

戦時下における食生活

——昭和19年発行某婦人雑誌にみる調理・献立面からの検討——

The Dietary Habits and Science during World War II

The Cooking and Menus as Seen in the Monthly *Fujin No Tomo* Magazines
Published in the 19th Year of Showa

(1991年4月3日受理)

高 早苗 菅 淑江 大塚慎一郎
Sanae Ko Yoshie Suga Shin-ichiro Otsuka

Key words: 献立, 戦時下, 婦人雑誌

1 はじめに

第二次世界大戦末期および終戦直後の時期、我が国民は極度の食料難に耐えて生きることを強いられた。これは真に不幸な経験であったが、他の多くの歴史的事象と同様、この経験もその後の食生活の改善、向上、さらには現在の豊かで恵まれた状況を産み出すうえで『大きな改革を起こす原動力となった』ことは樋口も指摘する¹⁾とおりである。

そのような観点から著者らは、当時の実際の状況を記録し分析しておくことは、終戦から半世紀を迎え、当時の記憶もやや薄れようとする今日、有意義なことと考えこの研究に着手した。その第一着手として、当時出版されていた婦人雑誌の内、食に関する記事が多く、当時としてはかなり自由な発言がみられる「婦人の友」(月刊誌、以下本誌という)を取り上げ、終戦ま近く戦争の影響が最も強く表われたと思われる昭和19年1年間分を分析の対象とした。

前報²⁾では、当時の食生活を大局的に取り上げ、雑誌に掲載されている識者、一般読者の意見、助言等の分析から当時の食生活を概観した。

今回は、前報で概括した状況下でどのような食事がとられていたか、またそれに対する識者のより具体的な指導はどのように行われていたかを検討し考察した。本誌に掲載された献立の実例は15例と少ないが、これらは当時の食生活の実態の一典型として捉えることができると考えられる。

文中「 」で括ったものは、本誌から直接引用したもの、『 』は他の文献からの引用である。なお、引用にあたって旧漢字、旧仮名づかいは、現代用語になおした。

2 昭和19年当時の献立

(1) 家庭の献立例

表1-1は、本誌に掲載されたある読者の家庭の1日の食事の紹介である。この家庭は都市に在住する6人家族（主人、主婦、小学生2、幼児1、お手伝）である。主人は勤め人の中流家庭と推察される。

この食事が作られた日は、配給前日のため（野菜は3日に1度、魚は4、5日に1度）、材料が底をついた状態である。この主婦は「食のことは不得手で一向上手にゆかず困っています。」と述べ、誌上で助言を求めている。

表1-1 昭和19年当時の家庭の献立例

区分	献立名及び材料名
朝	みそ汁（大根）、ふりかけ、うに
昼	まぜ御飯（大根、里芋、ねぎ）
夜	雑炊（大根、小松菜、ねぎ）

（1月号p.22を著者作表）

この献立は、朝食に一汁一飯の従来の朝食の形態が生きている。米を主食とする我が国近代の食事形態の基礎は室町時代に始まり、その食べ方は飯に湯や汁をかける湯飯、汁飯であった。やがて飯と汁は分れ、一汁一菜ないし一汁一飯が庶民の普通の食事形式となった³⁾⁴⁾⁵⁾。汁物が副菜の第一に挙がるのは、上述の湯飯、汁飯の延長と考えられるが、食べ易さ、水分補給、満腹感、質・量の融通性、経済性などしかるべき多くの理由が見いだせる。これらの理由は、我々の対象としている食料危機の時代にもみそ汁が生き残った理由であろう。この献立の朝食には、その他にふりかけとうにが添えられているが、これらは副食というほどの物ではなく、いささかでも米飯をおいしく食べようとの意味合いであろう。

一方昼、夜は料理の組み合わせとしての献立の形態は維持できず、その内容は、飯の最も初歩的な食べ方である湯飯、汁飯に近づいており、朝食との対比は興味深い。このように食料が欠乏し、追い詰められた食生活の中であっても一汁一飯の朝食の形態が維持されているのは、この形態が最も簡素で単純化された食事のスタイルとして定着していたことを示している。これに対し昼食、夕食は固定した形式は持たず自由な組み合わせで構成されていたため、追い詰められた時に絞り込むよりどころが無く、献立が崩れやすかったと考えられる。

表1-2は、婦人画報（昭和18年12月号）⁶⁾に掲載された読者向け献立であるが、同様の傾向が見られる。また、朝食は本来質素であり、昼、夜と次第に菜を増やし内容を良くするのが一般的であるが、これらの献立では食料難のこの時期に朝と昼、夜の食事が同等化ないし逆転しているのが興味深い。

この献立（表1-1）の問題点について澤崎梅子は「1日1度は節米しなければならないから御飯の中にお芋か大根を炊き込んでいるというお話、これは工夫のない食生活だと思います。」（1月p.24）と指摘し、「ある時は定量の御飯はおいしく炊いておき、まぜる筈の材料を別に用いて水分の多いお汁とか、おいしい薄味の煮物をたっぷり作って冬ならば温かいうちに御飯のまえに食べ、その後でおいしい御飯を頂く」（1月p.24）ような工夫により、主食と副食を区別することでいくらかでも豊かな食事ができる」と指導している。

少ない米と代替食品の扱いは、庶民にとってかなり困難な問題で、「雑穀や大豆を混ぜて炊く御飯は水加減が難しく失敗することも多い。」（6月p.26）、「米は炊けても大豆は充分加熱されておらず、消化不

表 1-2 <十二月のお献立> (婦人画報 昭和18年12月号)

	朝	昼	夜
月	味噌汁(乾燥茄子) 生大根塩もみ	黄金パン 野菜スープ	八宝菜 香のもの
火	すいとん汁 白菜漬物	うどん(葱, 貝)	いも里芋こんにゃく 田楽 豆腐清汁
水 大詔奉戴日	茶粥 福神漬	菊花握り 即席汁(とろろ昆布)	鍋もの(たらちり)
木	味噌汁(里芋) うに	ふかし芋(ごま塩) ほうれん草磯巻き	風呂吹大根 蓮根油いり
金	蒸しパン ねり味噌	塩魚	芋御飯 清汁(蛤) 白菜酢のもの
土	味噌汁(乾燥野菜) 春菊お浸し	炒め御飯	うどん山かけ (もみ海苔, さらし葱)
日	芋粥, 佃煮	五目煮	貝フライ 玉子豆腐清汁 キャベツ線切り

良を起こすなどの問題もある。」(9月p. 31) など、その後もこのような啓発記事がたびたび見られる。

(2) 集団給食の献立

本誌に取り上げられている集団給食の献立は表1-3のとおりである。No.1は動員女子学徒の献立であるが、疎開先の母親へ学徒動員で残った女子学生が書き送った手紙(「生活記録 娘より母への手紙」と題して掲載)(12月p. 5~12)に書かれた深夜勤の作業表中に記録されている(図1参照)。この献立の特色は、朝食には一汁一飯の形態が維持されていること、3日とも3食の内2食は全く同じ内容であること、使用食品の種類も非常に限られており、変化に乏しい献立であることなどである。

特に食品数は、判断できる範囲で数えたところ1日目が5種類、2日目と3日目は9種類、3日間をまとめるとほぼ13種類(みそと油以外の調味料は除く)と極端に少ない。今日健康のために勧められている1日30食品の摂取は我々にとってもかなり難しいことであるが、昭和61年の国民栄養調査結果⁷⁾の22品目と比べても1日10種類以下というのは驚くべき少なさである。10代のまだ成長期にある若者がこのような貧しい食事で深夜勤をせねばならなかったところに、既に行き詰まっていた当時の状況を読み取ることができる。

No.2は本誌に1例のみ記述されていた学校給食の献立例である。この年4月、6大都市の国民学校に米7勺とみその給食が開始され、その1例として戸塚第一国民学校での実施状況が「この18日から先生も生徒と同様の食事が頂けるようになったことはうれしい。今日の献立は、西多摩国民学校生徒から贈られた野芹の味噌汁、昨日は浅利の配給もあったとのこと。お菜は各自自由に持参している。」(5月p. 23)と紹介されている。ここにも一汁一飯の基本形態が見られる。

No.3はある農繁期保育所で実施された献立の実例である(6月p. 15)。副菜は野菜、芋が中心で動物性

表 1-3 集団給食の献立

No. 1 動員女子学徒 (深夜勤) 用給食 (12月p. 8)			
	10月19日	10月20日	10月21日
朝	大根菜味噌汁 たくあん	大根菜味噌汁 たくあん	だんご, 大根菜 肉の味噌汁 たくあん
昼	うどん, 大根菜の 味噌煮	いため御飯 菜, 肉 たくあん	春雨, 肉, 大根 煮付け
夜	うどん, 大根 くじら味噌煮	いため御飯 肉, 菜 たくあん おしろこ	春雨, 肉, 大根 煮付け
No. 2 学校給食 (5月p. 23)			
昼	温かい御飯	野芹の味噌汁	
No. 3 農繁期保育所給食 (6月p. 15)			
	昼		おやつ
1日	じゃが芋きんぴら, 味噌汁		おとしやき
2日	まぜごはん, おひたし		塩ビスケット
3日	やさいの味噌煮, 胡麻あえ, じゃが芋		茶巾しぼり

(著者作表)

食品が使われた形跡はないが、常に2品以上の料理が組み合わされておられ、献立として一応整っている。この給食は材料を園児の家庭が出し合い、調味料は「村の理解によって」配給されるなど協力体制の上に成り立っている。一種の協力炊事(後述)の成果と思われる。なお、この献立には手作りのおやつも併記されており、おやつ の位置づけがきちんとなされていたことがうかがえる。

3 専門家の指導・助言

(1) 配給食品の使い方

表 2-1 の献立は、前記 1 家庭の献立例で取り上げた家庭の配給当日、配給品と家庭菜園で取れた野菜等を用いて澤崎が立てたモデル献立である。一汁二菜の形態を備えており、材料は数種の限られた物しか用いられていないが、前述の家庭献立に比べ非常に豊かな印象を与えている。この献立について澤崎は、「食事ごしらは出来るだけ短い間にするのが戦時下の食生活の大きな条件でしょう。」(1月p. 22), そこで「時間のかかるぬ料理を目的に」(p. 24) 立てたと述べている。灯火管制, 空襲への備え, 燃料の節約等の理由から、調理時間が献立作成上第一に考慮すべき点になっているところが、戦時下の献立の一つの特色になっているといえよう。

10月深夜勤(作業時間4時11分30秒)

10月	木	金	土
19日	20日	21日	
報道	味噌汁 味噌汁	味噌汁 味噌汁	味噌汁 味噌汁
特記	味噌汁 味噌汁	味噌汁 味噌汁	味噌汁 味噌汁
天徳	味噌汁	味噌汁	味噌汁
明徳	味噌汁	味噌汁	味噌汁
眼徳	味噌汁	味噌汁	味噌汁
朝	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	味噌汁	味噌汁	味噌汁
夜	味噌汁	味噌汁	味噌汁
作業	油止り	油止り	油止り
内務	油止り	油止り	油止り
外務	油止り	油止り	油止り
雑用	油止り	油止り	油止り
1.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
2.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
3.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
4.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
5.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
6.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
7.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
8.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
9.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
10.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
11.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁
12.00	味噌汁	味噌汁	味噌汁

図 1 動員女子学徒の作業表 (12月号p. 8より)

表 2-1 専門家が立てたモデル献立

献立名及び材料名
たこ、大根千六本の酢の物（たこ、大根、蜜柑の皮、大根の葉、三杯酢） いかのわた和え（白菜の茎、いかのわた、塩、しょうゆ） そばろ汁（白菜の茎、油少々、塩、しょうゆ）

（1月号p. 24「献立について」澤崎梅子を著者作表）

この日の配給品の蓮根1本、大根15糎位、葱4本、たこ60匁位、いか一杯と残っている野菜から作る次の配給までの献立例として

「いかあしの油みそ蜜柑皮入り、蓮根といかの甘煮、いかの照煮又はつけ焼、蓮根といかの天ぷら、酢ばす、古い大根でかか煮または炒り煮、葱の煮びたし、葱の油焼田菜、小松菜ひたし、大根といかのわたみそ和へ、大根・葱・小松菜碗田菜」

を挙げ、「これらを明日、明後日の生活予定と調味料、燃料とにらみ合わせて」（p. 24）選ぶとよいと述べている。モデル献立を含め、これらの調理法は、従来から日常的に用いられていたものばかりであるが、材料の種類が乏しいため、調理法で変化を付ける工夫が要求されている。すなわち食料難の時代に少ない材料を用いてより計画的、合理的にしかも嗜好的にも満足の得られる食事を供するためには、多くの調理法に精通しておくことが有効であることが示されており注目される。

また「よい食事というのはよい予定から始まるのです。」「配給のあった日に次の配給までの間にこれらをどう使うか大体の割当を考えておくべき筈です。材料の充分にあるときなら当座の保存食品まで作っておけばよいのです。」（p. 24）と述べて「計画的経営」の重要性を強調し、調味料、燃料の計画的運営についてもきめ細かい指導がなされている。例えば「砂糖、塩、粉、醤油だけは……1週間分づつの小出しをして……必ず計量用のスプーンを備えておいて手まめに計って使いさえすれば……おいしい味の調和がわかって来て料理が上手になります。」（p. 24）などは調理の基本として現在にも通用する事項であるが、食料難という苛酷な条件下においていっそう計画的、合理的な調理が重視されていることは前述の調理法と合わせて非常に興味深い点である。また、おいしさにも言及していることは『……耐乏食が、近世における飢饉の折の救荒食と根本において異なるところは、貧しい材料を使いながら、何とか美味しく、また少しでも満腹感があるように、……食品の組み合わせや調理法を工夫している点である。そこにやはり、近代以降100年間における我が国の、食文化水準の向上をうかがうことができよう。』と石川らが指摘している⁸⁾とおりであり、これは20世紀の食料難の特色のひとつと言えよう。

(2) 自給食品の活用

9月号には、「我が家の栄養生産」と題して、香川綾が家族と共に実践している自給自足の生活を紹介している。表2-2の献立は、そこに掲載されていた香川家の自給食品を主体とした普段の献立である。

a. 動物性食品の確保

この献立でまず気付くことは、山羊乳を用いていることである。香川はこの他にも「炒り大豆、小豆、八重なり（緑豆の別称 著者注）などを入れた冷たいお粥に山羊乳をかけてオートミールのようにしたり」、「山羊乳入りのおいしい蒸パンを作る」（p. 19,20）など、乳類が今日ほど一般的では無かった時代に飲用としてだけでなく、山羊乳を料理素材に用いていることは敬服に値する。当時、山羊乳の利用は、

決して一般化していたわけではないが、牛に比べると山羊は飼養が容易であり、農村のみならず都会在住の非農業家庭でも飼養・搾乳を試みる者が少数ながらあった。不可食性の植物資源を主に乳の形の動物性食物に変換するという酪農の原典が、食料危機の中に出現したと考えられる。

また、動物性食品の摂取について香川は、「畠の栄養生産によって、カロリー源を得ると同時に、塩類、ビタミン、蛋白質の補給としての動物性食品の自給ということを考えたいと思います。」「これから生まれる赤ちゃんに産着を用意するのと一緒に鶏の雛を一羽育てて頂きたいことです……離乳期になる頃には……卵を産むようになるでしょう。」「更に隣組の協力によって山羊を飼うことが出来ればどんなによいでしょう。」(以上p. 20)と述べ、離乳期からの動物性食品の重要性を説いているが、ここにも当時必要とされた科学的、合理的、計画的な姿勢が買われている。また、動物性食品は自給によって初めて確実に確保できるという当時の状況も如実に伝えている。

表 2-2 自給食品主体の献立

区分	献立名及び材料名
夜	じゃが芋マッシュ山羊乳入り、枝豆塩茹で、麦御飯1杯(盛り切り)、香のもの(茄子、青瓜沢山)
朝 昼	御飯1膳分(盛り切り)、じゃが芋塩茹たっぷり、味噌汁(野菜茹汁または呉汁) 冷たいお粥またはうどん(そば)
夜	薄味の南瓜、じゃが芋または玉蜀黍をたっぷりと、塩味スープ(前記の茹汁に南瓜またはじゃが芋をつぶして、塩、胡椒少々)

(9月号p. 18~19「戦時食としての主食、副食の食べ方」香川綾を著者作表)

b. 菜園による食料自給の計画

香川は食料の自給について「主婦は家族を守るために汗を流して食料の生産自給をしなければなりません。」「しかも、無計画にするのではなく、決戦下に必要な栄養をとるために計画的に畠を作りたいと思います。」と単に空腹を満たすためだけではない、より積極的な自給を訴えている。そして栄養学の根拠に基づいた「栄養の計画生産」を提示している。これは戦時下のエネルギー必要量を「今までの栄養学で最低の必要カロリー」(以上p. 17, 18)に置き、それから配給の米(2合3勺)及び副食・調味料から

表 2-3 戦時下最低必要エネルギーと供給食品の内訳

最低必要エネルギー (成人男女平均)kcal	内 訳		
	供給食品	供給エネルギー kcal	割合 %
1900kcal (ただし仕事量は、 男2500, 女2000kcal とする)	米の配給(2合3勺)	1,155	60.6
	副食品及び調味料	350	18.4
	主食代替食品の自給	400	21.0
	合 計	1,900	100.0

(9月号p. 18「栄養の計画生産」香川綾を著者作表)

得られるエネルギーを差し引いたエネルギーを主食代替食品の自給によって得ること（表2-3参照）と、そのエネルギー（400kcal）を得るための食品の種類・生産量・農地面積の試算である（図2参照）。建物疎開の跡地や空襲による焼け跡等、今日に比較すれば大都市にもかなりの程度の耕作可能の土地があったにしても、5人家族の1家庭あたり200坪の家庭菜園用地を確保することは至難のことではなかったろうか。

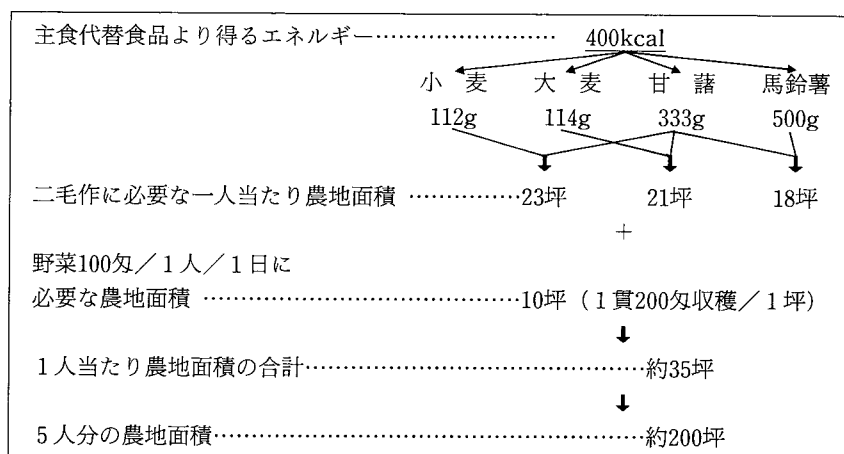


図2 主食代替食品の自給に必要な農地面積試算

（9月号p. 18「栄養の計画生産」香川綾を著者作図）

c. 科学的、合理的姿勢

この献立（表2-2）には、山羊乳の使用だけでなく一食の中に穀類が無いこともあるなどの食品構成や、調味がみそ・しょうゆ中心であった時代に塩茹でを多用していることなど当時としてはかなり異質といえる特色がみられ、栄養学の知識に根ざした合理的な柔軟な対応を読み取ることができる。

少ない米への対応としては「米のみを主食とする考え方を根本的に改めなければならないということです。」「食事の習慣というものは子供の時から変えて行けば何の苦労もないということです。お米を食べなければ満足しないというのは大人の考えであって、子供たちはお米をそれほど必要とせず、……。」

（p. 18）と自らの体験を踏まえて述べ、非常事態への対応方法として、それまでの食習慣を見直し改めることの必要性和有効性を説いている。当時、従来の食習慣の見直しが盛んに論じられているが、調味についても「芋でも野菜でもこれを多量に摂る場合即ち主食として食べる場合、味は濃くしてはなりません。」「一体に塩をきつくしたり、こてこて煮たりすることは、量が減ると同時にそれだけ野菜汁を流しだして栄養価を失うことになり、また燃料、調味料の点からも二重、三重の損失です。」（p. 19）と述べ、うす味を勧めている。うす味については、前述2の(1)家庭の献立例で澤崎も勧めているが、現在の健康志向と意味合いは異にするものの、この時期にうす味に関心が向けられ実践されたことは、その後の我が国の低塩化推進に何らかの良い効果があったものと考えられる。

どのような状況にあっても、飢えを凌ぐだけでなく健康と活動に必要な栄養量は必ず確保せねばならないという強い信念に基づくこの実践力は、混迷化する今日の我々にも多くの示唆を与えてくれる。

(3) 協力弁当（炊事）の提唱と実施例

澤崎は、本誌4月号で以下原文を引用するような興味深い提唱を行っている。「地域的に手に入る材料の種類に偏りもあって、現在の配給状態の中でめいめいが取り合わせのよいお弁当を作るということはむつかしいことかもしれません。しかし、これを一人でなく二人、三人の協力によって、材料を持ちよるなり交換するなりして作ることが出来たら材料偏在の欠点もおぎなわれ、お弁当の完全食が出来る筈だと思いつきました。」(澤崎4月p.22) このような主旨に依って、「友の会の生活講習所に通いながら、挺身隊に加わっている若い人達」が実際に作ったのが、表2-4に示した弁当献立である。「今どきのお弁当としては贅沢な！と思われる方があるかもしれませんが、……たとへ朝や夜がお粥であっても、また非常な時に何度か塩むすびがつづいてもそれに耐えられるだけの健康が養われることにもなり、これほどよいことはないと思います。」と材料持ち寄り、当番制で実際に作られた協力弁当の効果を謳っている。「実行の手がかり」として・協力の相手は3人が一番適当・組み合わせは畑のある家、卵などの生産力を持つ家等それぞれ事情のちがう人同志が組み合わせ・毎日帰る前の10分間を協力弁当の相談にあて明後日の献立について話し合うの3点を挙げている(以上澤崎4月p.22, 23)。

表2-4に示した5例の弁当は、いずれも卵、魚等の動物性食品と複数の野菜や芋が使われ、料理は3種類が組み合わせられている。また、栄養面、配色、味覚上の調和なども配慮され、献立として充実している。朝夕がお粥という実態と照らし合わせると驚異的とも言える内容である。

同じ4月号に、たまたま澤崎の提案とは別に舞鶴市在住の隣組5軒(4軒までが夫の勤務先が同じで、生活程度もほとんど同じと記している。)が通学生の為に始めていた「子供の協力弁当」(多い日は7個、少ない日は3, 4個)の実践記録が掲載されている(表2-5参照)。やはり内容的に非常に充実しており、当時の食事としては格段にすぐれているといえよう。

表2-4 協力弁当

No.	献立名及び材料名
1	炒り卵(乾燥卵, 長ねぎ), きんぴらごぼう, おひたし(小松菜)
2	金糸卵(卵), きんぴらごぼう(ごぼう), 小松菜ごま和え(小松菜, ごま)
3	ませ御飯(人参, ごぼう, 青のり), 里芋の二杯酢(里芋), 卵やき(卵)
4	塩かれいの油焼(かれい), 人参・八つ頭・こんにゃくかか煮(人参, 八つ頭, こんにゃく), おひたし(小松菜, ごま), 香の物(たくあん)
5	干えび甘辛煮(干えび), 人参, じゃが芋塩煮(人参, 馬鈴薯), ほうれん草ふりあじ(ほうれん草), 昆布佃煮

(4月号p.22~24を著者作表)

表2-5 子供の協力弁当

区分	献立及び材料名	1コ分材料費
1日	鯖バタ焼, 小松菜のり巻き, 煮りんご, たくあん	9銭
2日	しめ鯖, 酢漬大根, たたきごぼう, じゃが芋茶巾しぼり, たくあん	4銭
3日	野菜コロッケ, 高野と海藻煮付, 鰯あめ煮, 梅干	10銭

(4月号p.24を著者作表)



図3 協力弁当の例 (4月号p. 24)

配給も満足に得られない極度の食糧難は、個人または家庭というそれまでの生活単位をいわば放棄させ、合理性という面からいえば極く初歩の“食の社会化”を自然発生的に起こさせたと理解される。このような食の社会化は、それまで家の内で営まれていた食を家の外へ広げる役割を果たしたと考えられる。

共同炊事、協力食事は節約効果や合理性の観点から、昭和16年頃より推進され、『……御飯の炊きでは2軒で1カ月に44銭4厘の節約、燃料費は半分』等その効果は絶大であった⁹⁾。また、上記舞鶴の例では「私どもの隣組では前から積極的に内職をしたいと望んでいましたが、協力炊事をはじめ、落ち着いてお仕事が出来るように手筈をして近くははじめようとしています。」(p. 24) と次の展開を述べており、上記のような物質的な効果に加えて、時間を生み出し生産に当てるといふ効果も期待されていたことが理解される。

4 ま と め

第2次世界大戦前後の危機的な食糧事情下の食生活に関する研究の一環として、本報では月刊誌婦人の友の昭和19年(1944年)発行の12冊に掲載された食生活関連の記事の内、食事内容(献立)の実態とそれに対する識者の指導を対象に検討・考察を加えた。結果は次の4点に要約される。

1) 庶民の追い込まれた一汁一飯、あるいはそれ以下の献立。

個人の家庭の食事と集団給食を通して、献立は最低限の組み合わせともいえる一汁一飯にまで絞り込まれ、さらにはこれが混合された形になった雑炊だけの食事にまで至っている。加えて、使用されてい

る食材料の種類もごく少数のものを繰り返し用いており、極限に近い貧困な食生活を強いられる状態であった。

逆の観点からこれを見ると、極限状態の食事が一汁一飯ないし雑炊という形をとることは、米にエネルギー源の大半とタンパク源のかなりの部分を依存してきた我が国の食生態・食文化の伝統の強い影響下で、飢餓感を何とかまぎらすための量を確保し、量質共に限られた材料を喰い延ばそうとする、一般庶民のぎりぎりの生き方であった。

2) 識者、専門家による科学的、合理的な対応の具体的な指導。

以上のような状況に対し、識者、専門家は合理的、科学的、計画的な対応を説き、調理法により献立を多様化することも不可能ではないことを、配給品や自給食品を使った献立の実例を上げて示している。

ここでは、飢えを凌ぐだけでなく食べる楽しみを失わない姿勢を求めつつ、苛酷な状況を克服する責任を自ら負おうとする識者、専門家の努力が読み取られる。

3) 食糧危機を契機とした旧来の日本型食生活の見直し。

厳しい食糧事情への対処の一環として、識者、専門家は旧来の日本型食生活を見直し、あるいはそこからの脱却の必要があることを説いている。本誌に述べられている香川綾の実践例は、特に出色であるといえよう。

識者、専門家による旧来の日本型食生活の見直しの提唱と並行して、一般庶民も従来の食生活様式を固守し続けることは不可能な状態に追込まれており、ここに戦後の急速な食生活の変化、西欧化の一因が潜むことを指摘出来る。

4) 協力弁当、共同炊事という形での食の社会化。

食糧危機への対処の一つの手段としてとられたのが、共同・協力しての食事作りという方法であり、協力弁当というユニークな方法が提唱され、また実際に行なわれている例があることが紹介されている。共同炊事についても、その推進が勧められている。

協力弁当にしる共同炊事にしる、従来の家庭単位で家庭の枠内で行なわれてきた日常の調理作業を家庭外に引き出したことにほかならず、食の社会化の一つのステップとして理解することが出来る。調理を一つの生産活動として捉えれば、他の生産活動一般の例と同じく、社会化による金銭的、時間的効率向上は明白であり、当時の厳しい状況下でその恩恵は特に大きく受け取られたであろう。

このこともまた、今日、当時とは形は変わったものの、大きく進展を遂げ、なお進展を続けている食の社会化を産む土壌の一成分を成していると考えられる。

この一部は第37回日本家政学会中・四国支部研究発表会において発表した。

稿を終えるにあたり、貴重な資料をご提供くださった岡山友の会のご好意に対し、ここに謝意を表する。

5 文 献

- 1) 樋口清之：新版 日本食物史—食生活の歴史—，P. 284，柴田書店，(1987)
- 2) 菅淑江，高早苗，大塚慎一郎：戦時下における食生活—昭和19年発行某婦人雑誌にみる—，中国短期大学紀要第21号，P. 17～27，中国短期大学紀要委員会，(1990)

- 3) 1) に同じ
- 4) 石川寛子, 市毛弘子, 江原絢子: 食生活と文化一食のあゆみ一, 弘学出版, (1988)
- 5) 赤羽正之, 小野房子, 川端晶子, : 献立概論, 医歯薬出版, (1971)
- 6) 小田きく子, 大橋きょう子, 柏木麻由美, 中嶋茂美, 宮下けい子, 上岡 薫, 渡辺泰子, 加藤澄江: 太平洋戦争下における我国の食生活及び食物事情について—第5報—, 学苑 生活科学紀要, P. 63, 昭和女子大学近代文化研究所, (1989)
- 7) 厚生省保健医療局健康増進栄養課編: 国民栄養の現状 昭和61年調査成績, 第一出版, (1988)
- 8) 4) に同じ, P. 182
- 9) 6) に同じ, P. 18