

大東町の食文化の変遷と 住民の生活の質の変化に関する研究（第三報）

一住民が語る食生活の変化の中に表れた食の価値観と健康観一

松岡 牧 小笠原広実 守屋治代 見城道子 尾岸恵三子

要旨：本研究は、2001（平成13）年より開始した「大東町の食文化の変遷と住民の生活の質の変化に関する研究」の継続研究である。第一報では、伝統食の伝承と住民の意識についての示唆を得て、第二報では、壮年期世代の伝統食の伝承に関する認識についての示唆を得た。そこで、本研究である第三報では、食生活の変化を明らかにすることにより、その変化の中に表現された食の価値観と健康観を明らかにすることを目的とした。調査方法は、年齢75歳から90歳（平均81.5歳）の女性6名を対象に半構成的面接法を用いてデータを収集し、質的分析を行った。その結果は以下の通りである。

- 1) 行事の変化、日常生活様式の変化などにより、食生活だけでなく食を通じた人との交流が変化した。
- 2) 自給自足の生活から食糧は何でも購入可能な生活に変化したことにより、自作の野菜に対する価値観が高まった。
- 3) 農作業の意味が、日常の食を得るための労働から健康にとって大切な体を動かす活動や役割意識など精神的充足の面にまで広がった。

はじめに

生活様式や食生活の変化に伴った生活習慣病の増加が指摘される中、日本古来の伝統食の価値が見直されている。そして、日本の伝統的な食事内容は、健康にとって優れているといわれ、全国的にも伝統食を語り継ごうという動きがみられている。しかし、生活様式の変化に伴い、日々の食事は大きく変化してきている¹⁾。そのような近年の傾向を背景に、我々は、2001（平成13）年より、「大東町の食文化の変遷と住民の生活の質の変化に関する研究」を行ってきた。

第一報²⁾では、静岡県小笠郡大東町は、近年の生活様式の影響を受けながらも、伝統的な食生活習慣をとどめている地域であることから、伝統食の伝承と住民の意識に焦点をあてた調査を大東町内の食に関連した自主グループの女性を対象に行った。

第二報³⁾では、伝統食を伝承してゆくには、日々の食事を作り次世代に伝えていく役割を担う壮年期世代の伝統食の伝承に関する認識が鍵となると考え、伝統食の伝承についての認識と日常の食卓に取り入れる実態についての調査を大東町内に勤務する壮年期世代の町民に行った。

そして、上述の研究により、伝統食を知っている人ほど「食事は規則正しく食べる」「インスタント食品を減らす」「地元の農産物を使う」という人が多いとの関連が認められ、この結果から、伝統食を大切にする意識が高まることによって、健康的な食生活への関心が高まることが期待できると考えた⁴⁾。しかし、日常の食事を作り次世代に伝えていく役割を担う壮年期世代において、「伝統食を次世代に伝えたいと思う」という伝承の意欲は、45.7%であるのに対し、「伝統食を次世代に伝える機会がある」という伝承の機会は16.6%と低かった。また、「伝統食を知りたいと思う」という伝承の意欲は40.4%であるのに対し、「伝統食の調理を教わる機会がある」という伝承の機会は10.9%と低かった⁵⁾。

そこで、本研究では、第一報で調査した結果、伝統食を知っている人が、全体で47.8%に対し、70歳以上で92.3%⁶⁾であったこと、第二報で調査した結果、伝統食は「老年者が食べる習慣がある」比率が高かった⁷⁾ことを基に、老年者を対象に、半構成的面接を行い、食生活がどのように変化し、あるいは継承されているかをその

体験者から具体的に把握することにより、そこに表れた住民の食の価値観と健康観を明らかにした。

I. 研究目的

研究目的は、次の通りである。

1. 食生活の変化について具体的に把握し、食生活の変化をひきおこした要因を分析する。
2. その結果を踏まえて、その変化にあらわれた食の価値観と健康観を考察する。

II. 研究方法

1. 調査方法

1) 文献調査

研究対象の選定にあたり、食生活の変化に関連すると思われる大東町の特徴として以下の事項について文献調査を行った。

- ①大東町に至る合併の経緯
- ②居住の基本である水
- ③交通機関

2) 面接調査

調査方法は、以下の順序で、半構成的面接法によって行った。

①文献調査の結果を踏まえて対象者を選定した。

②調査枠組みに沿って、インタビューガイドを作成した。

③1名の対象者に対し、2名の調査者が、半構成的面接を実施した。

2. 対象

対象者の条件として、年齢は、75歳以上とした。第一報で、伝統食を知っている人の割合が70歳以上の人に多いという結果を得ていた。しかし、現在70歳の方は、敗戦時に12歳という年齢である。そこで、戦争前後の記憶が明瞭であると思われる年齢として、敗戦時に現在の高校卒業時と同程度の17歳以上である75歳以上とした。

そして、調査方法が面接法であることから、大東町の昔からの食文化について語れる人、1時間ほど会話可能である人とした。また、現在の食生活までの変化を調査目的としているため、

在宅で生活をしており、健康な人とした。

また、地域については、文献調査を基に、小笠山山頂から高天神城跡に向かう東南稜とその丘陵地帯を「山側」とし、小笠山を水源にする下小笠川・亀惣川流域に展開する水田平野部を「平野部」とし、菊川に合流する佐東川、牛淵流域平野部と菊川の河口部に連なる遠州灘に面した海浜部の砂丘地帯を「浜側」として、その三地域から大東町老連理事会および大東町老人クラブ各地区の役員の協力を得て各地域より2名、合計6名を選出し対象とした。

3. 調査期間

2003(平成15)年7月22日から8月1日の期間で、調査対象者の都合に合わせて日を決定し実施した。調査対象者1人に対し、面接時間は、1時間以上2時間以内とした。

4. 倫理的配慮

書面および口頭で、面接によって得られた内容はテープレコーダーに記録すること、その管理には十分注意しプライバシーの保護に配慮すること、調査結果は研究目的以外には使用しないこと、都合の悪い事柄についてはいつでも調査への協力を中止できることを説明した。

5. 調査枠組み

1) 食生活基盤

職業

2) 食の素材の確保状況

- ①購入方法(交通・流通網を含む)
- ②保存方法(塩漬け、乾燥、冷蔵)

3) 食事

①日常的な食事

食事の回数、食事場所

食事の内容

主食：脱穀状況・炊き方・混ぜ物

男女差：品目数の差など

よく食べていた物

家族的な好物

②特徴的料理

季節性：季節素材(旬の素材)の利用

行事食：行事を中心とした行事食

③調理方法

4) 伝承される味覚

漬物

発酵など微生物利用がもたらす味

自家製調味料

5) 食の価値観

食事で大切にしたいこと

伝えたいこと

6) 健康観

自分の健康状態に対する考え

自分の役割に関する考え

生活の知恵

6. 分析方法

面接内容をテープに録音し、録音内容を逐語録に起こした。逐語録から調査項目別に内容を抽出し、カテゴリー化した。

III. 結果

1. 食生活の変化に関連する大東町の特徴

1) 大東町に至る合併の経緯

現在の大東町は、江戸時代においては、28ヶ村に分かれていたが、1889（明治 22）年の市制町村制施行により、土方村、佐東村、岩滑村、中村、大坂村、三浜村、三俣村、千浜村に改正設置された。その後、1943（昭和 18）年に三浜村と三俣村が合併し陸浜村となり、1956（昭和 31）年に陸浜村と大坂村が合併し大坂村となり、1957（昭和 32）年に大坂村と千浜村が合併し大浜村となる。また、1945（昭和 20）年に佐東村と岩滑村が合併し佐東村となり、1956（昭和 31）年に佐東村と土方村が合併し城東村となり、1958（昭和 33）年に城東村と中村が合併し城東村となる。そして、1973（昭和 48）年、大浜町と城東村が合併し、大東町が誕生する⁸。上述の通り、合併の経緯は、浜側と山側に分かれて行われていった。

2) 居住の基本である水

大東町は、小笠丘陵の東南に展開し、小笠山山頂から高天神城跡に向かう東南稜とその丘陵地帯、小笠山を水源にする下小笠川・亀惣川流域に展開する水田平野部、菊川に合流する佐東川、牛淵流域平野部と菊川の河口部に連なる遠州灘に面した海浜部の砂丘地帯から成り立っている⁹。

小笠山山頂から高天神城跡に向かう東南稜とその丘陵地帯は、古大井川が堆積した砂礫積が隆起した小笠山は、東北側が高く、南西側が低い丘陵地形になっているため、水脈は東北から南西に流れていく。しかも、小笠川の砂礫層の下部には砂泥岩層が厚く成しており、その中でも土方泥層は、きわめて水の浸透性が悪く、井戸水に大変不自由したところである。土方泥層は青岩と呼ばれ、青岩にあたる民家は飲料水をほとんど雨水天水に頼った¹⁰。（入山瀬、土方、落合）

亀惣川沿いでは、水が出ても洪い水が多かった。中区は特に赤茶色の水が出るため、樽にシヨロと炭と砂や砂利を敷いて漉して使う家が多かった¹¹。

菊川に合流する佐東川、牛淵流域平野部と菊川の河口部に連なる遠州灘に面した海浜部の砂丘地帯は、2から3メートルも掘れば水が出た。しかし、砂地のため、掘るときに崩れないようにキガ（木製の井筒）で内壁を支えつつ掘り下げなければならなかった¹²。

満勝寺山沿い（中区）、高天神城跡の南、畑ヶ谷、上土方、今滝、嶺向（山側東）。安国山貞永寺の南側、南ガ谷（大坂地区）などは、小笠山礫層が帯水層になっているため、その下部にあたる土方泥層との境界面が水みちになり、そこから湧きだす水があった¹³が、三地域の井戸水には上述のような特徴があった。

この他に、平野部では、河川の氾濫が多かったことも特徴である¹⁴。

1973（昭和 48）年に佐東川河川改良、1974（昭和 49）年に千浜東浄水場の完成、大浜浄水場第二期拡張工事起工式、花面橋（中寺新田）の完成、1975（昭和 50）年に竜今寺川改修完成、高松川工事竣工（大東町南部）、城東上水道と大浜上水道の一本化、中地区と千浜地区の上水道接続、1977（昭和 52）年に大東町北浄水場（城東支所北側）の起工式、1985（昭和 60）年に大井川広域水道・東部配水池建設に着手、下小笠川、菊川、牛淵川の合流部にある鹿島橋の完成、1987（昭和 62）年に大井川広域水道・西部配水池建設に着手、1989（平成元年）に北

部・西部・入山瀬配水池が落成と大東町になってから行われた河川改良，上水道工事が多い¹⁵⁾。水は居住の基本条件であり，集落発展の条件でもあった¹⁶⁾ことを考えると，大東町誕生以前には，井戸水や川の氾濫によって生活が左右されていたと予測できる。

3) 交通機関

1914（大正3）年に新袋井と新横須賀間で開通した中遠鉄道が，1925（大正14）年に新横須賀と南大坂間に開通し，1927（昭和2年）に南大坂と新三俣間で開通した。この中遠鉄道の新袋井駅は，国鉄袋井駅構内への乗り入れが可能であった。また，藤枝方面から延びてきた藤相鉄道駿遠線が，1948（昭和23）年に地頭方と新三俣間で開通し，中遠鉄道とつながった。この鉄道は，1964（昭和39）年に堀野新田と西千浜間が廃業し，1967（昭和42）年に新三俣と新袋井間が廃業し，1970（昭和45）年に全面廃業となった。国鉄藤枝駅と袋井駅に流通する交通機関が，海浜部のみに存在していたことは，他の地域とは異なる特徴である。

2. 選定された対象者の背景

選定された対象は，年齢75歳から90歳（平均81.5歳）の女性6名である。そして，6名中，3名が，大東町内の出身者であった。また，その他の3名も小笠郡内の出身である。

3. 食生活の変化の要因

各地域別に＜食生活の変化を示すキーセンテンス＞を列挙し分析すると，主に，戦前，戦中，敗戦直後の食生活と現在の食生活の違いが際立ったため，その変化に焦点をあてて特徴を取り出した。その結果，＜戦時中の食糧難＞＜戦争で働き手がなくなる＞＜社会制度の変化＞＜生産方法の発達＞＜人々の好みの変化＞＜賃金収入を得るための仕事場の増加＞＜環境の汚染＞＜商店の増加，変化＞＜情報を得る機会の増大＞＜組合活動の変化＞＜バスの運行＞＜電化製品の発達＞＜家族構成の変化＞＜自分や他の働き手の身体の衰え＞＜地域での行事の変化＞が食生活の変化の要因として抽出された。

4. 三地域における農産物の特徴

各地域の農産物を＜蛋白源＞＜野菜・果物＞

＜米・麦＞＜その他＞別に分類した。その結果，特徴として，＜主食，蛋白源，野菜共に自給自足が原則の生活であった＞＜蛋白源として三地域で共通しているのは，大豆とその加工品の利用であった＞＜その家の自給状況で食べられるものが異なっているという生活だった＞＜動物性の蛋白質は鶏肉からとられているが，廃鶏の時のみと限られており，貴重であった＞＜現金収入を目的に作っているものは，自宅では日常的に自由に食べることはできなかった＞＜三地域とも，野菜，果物の種類は豊富であった＞ことが挙げられた。

5. 日常的食事

日常的食事は，各地域別に，＜主食＞＜副食＞＜漬物＞＜おやつ＞＜食事時間・回数＞別に分類した。結果は，表1の通りである。

6. 食材の保存

食材の保存は，＜保存方法＞と＜時期＞に分けてまとめた。その結果，＜塩を利用する＞＜発酵させる＞＜煮る・焼く・蒸すなど火を通す＞＜干して貯蔵する＞＜風通しの良いところに干す＞＜米は玄米のまま保存する＞が三地域共通の保存方法であった。これらに加えて山側と平野部では，更に＜井戸を冷蔵に利用する＞という保存方法があった。時期については，三地域共通で＜旬の季節に収穫されたとき＞＜日常的に手に入りにくい物は手に入るとき＞に加工するということがあった。

7. 特徴的料理

特徴的料理は，表2に示すように＜主食＞と＜副食＞に分けて抽出した。その結果，主食としては，＜麦のはいってないご飯＞＜とり飯＞＜五目御飯＞＜さくら飯＞＜赤飯＞＜お寿司＞，副食としては，＜煮あげ・おひら＞＜雑煮＞＜サバの煮つけ＞＜なます＞＜てんぷら＞＜むつ菓子＞＜甘酒＞が特徴的料理として抽出された。

8. 食の価値観

食の価値観においては，＜野菜に関するもの＞＜交流に関するもの＞＜嗜好に関するもの＞に分類した。

＜野菜＞については，「きれい」あるいは「家

表1 日常的食事(1940年～1970年頃)

		海岸地域(浜側)	平坦地域(平野部)	山沿地域(山側)	日常的食事の特徴
主食	米の割合	・米と麦5割ずつ	・麦のたくさん入ったご飯 ・1/3くらいの割 ・米は白米で	・えます(押し麦を水に漬けておく)が3割～5割入る ・米は7分づきで	・全地域で麦が3～5割入る。海岸・平坦地域では白米で食し、山沿地域では部づきで食すところもあった。 ・炊き方は、朝一度に大量に炊いておき、他の物を混ぜて量を増やすこともしていた。
	炊き方	・3升、5升を一度に炊く ・イモ、イモのツル、カボチャを混ぜて粥で		・1升、1升2合を1度に炊く	
副食	主な副食	・煮しめ(魚、野菜、昆布)。野菜は、大根、里芋、人参、牛蒡など。魚は、イワシのつみれ、うどん粉で団子にして。	・煮あげ(魚、野菜、昆布、ひりょうず)。野菜は、里芋、人参、牛蒡、ジャガイモ) ・お納豆(9月に作り、冬中)	・野菜の煮物 ・お納豆	・食材:野菜が主で、蛋白質源は味噌(豆)か魚から摂取していた。魚は生ではなく、ダシ粉や煮物として食していた。池が近くにあった所では、池の魚を使うところもあった。 ・調理法:①自家製の根菜類を主とした煮物(「煮あげ」「煮しめ」)。家により、昆布・魚のつみれ・豆腐の揚げた物が加わる。②野菜類を発酵させた漬物(「お納豆」)。具は、自作の野菜類に生姜などが加わる。具の数には家により差があった。 ・味噌汁:全ての地域で自家製の味噌を使い、自作の野菜を具に使った。具の数には家により差があった。
	味噌汁	・ダシは、サバ・カツオ粉や削り節で ・味噌は畦で作った大豆で自家製	・ダシは、池で取れた小魚 ・具は、大根(冬は干したものの)、葱、インゲン、ジャガイモ、ワカメなど ・朝作り、昼は他になければそれでお粥にする。 ・味噌は自家製	・ダシは、サバ・イワシ粉。家によっては味噌汁はつからない所もあった。 ・具は、家にある野菜を一種。家によっては味噌だけ。 ・味噌は自家製	
	漬物	・大根の味噌漬け、タクワン、赤漬け(シソの葉の梅酢で塩漬け) ・ラッキョウの塩漬け ・まくわ(瓜)の即席漬け	・大根・白菜の糠漬け、塩漬け ・らっきょう(焼酎瓶で酢と塩漬けし、ころがして漬ける) ・梅干し ・マクワウリ ・日持ちさせるため、塩を効かせた。 ・漬け物ばかり食べていた。漬け物がないとご飯がとまらない。	・たくわん(冬に一年分を一斗樽3つくらいつけた。早く食べる物は塩を少なく、夏を越す物は塩を多く) ・らっきょう(瓶で) ・梅干し ・白菜 ・漬け物がお茶請けやおかずの一品だった。	・全地域で自作で、主に大根漬け、らっきょう漬け、梅干しを食していた。その他、まくわうり、白菜があった。 ・タクワンは大量に作り塩気を効かせて長持ちさせていた。家により、味噌づけ、赤漬けなど。 ・らっきょうは、専用の焼酎瓶を用いてころがしておく独特のやり方で漬けていた。 ・副食の1品やお茶請けとして食していたので、摂取量としては多かった。
	おやつ	・さつまいもの蒸し切り干し ・イモノコの粉を蒸かしたもの	・さつまいもの切り干し		・海岸、平坦地域で、さつまいもの切り干しをよく食べていた。
	食事時間・回数	・4回(朝は味噌汁と漬け物、10時に家にいる年寄りを作ったおかずが加わる、3時に残り物、夕) ・体を使って働く人は6回(朝、間、昼、間、夕、夜)。他の人は3回。	・彼岸(3月)から彼岸(9月)まで4回。冬は3回。 ・4回は、朝、10時、2時、夜)	・5月～10月、茶摘み時は4回(朝、10時、2時、夜)。茶摘み時の10時と2時は、弁当を持っていく。 ・他は3回。	・労働量に合わせて、3食以外に時期により4回～6回と回数を増やしていた。4回のことが多く、その場合は、昼食の時間帯はない。 ・食事内容は、朝は味噌汁と漬け物だけであったり、残り物のおかずを食べたり、茶畑で弁当を食べて屋間は自宅に戻らなかったり、仕事の流れに合わせた食事形態をとっていた。

表2 特徴的料理

	料理名/食材名	内 容
主 食	麦の入っていないご飯	4月3日ひな祭りに嫁の身でも在所に一泊でき食べる事ができた
	とり飯 (鶏肉、人参、こんにゃく)	大勢の会食時に出された
	五目御飯 (昆布、お揚げ、人参、さつまいも)	家族の好んだ食事で、お正月など行事のときの食事。
	さくら飯	庚申講(班の1軒に集まる)の料理のひとつ。家族の好んだ食事。
	赤飯	行事のとき、神様にあげるとき、祭り食、節句のときに炊いて食べる。 地の神様の9月15日に新しいわらの茶碗を作って赤飯を供える。 4月3日女子の節句料理のひとつ。家族の好んだ食事。
	お寿司 (おいなりさん、海苔巻き)	人が集まるとき、女子の節句、に作る。 大きな重箱にいくつも作っていくので女衆は大変だった。 現在は一人分を持っていくだけ、買ってくるようになり作れなくなった、買ったほうがきれいでおいしく見える。
副 食	豆腐、お揚げ、油揚げ	正月やお盆、来客時に食べるものだった
	煮あげ・おひら	・庚申講(班の1軒に集まる)や、祭り食の料理のひとつで、家に持ち帰り家族に切り分けて食べる。仏事でも、お祝い事でも作る。うぶすな神社祭りに来た人には、ワリゴにご飯とともに詰めて配る。 ・具材は、《油揚げ、にんじん、ごぼう、コブ、しいたけ》や《にんじん、ごぼう、昆布、魚、秋なら松茸》など、そのときに取れるものを5種類・7種類・9種類にする。 ・具材の切り方は、10～15cmくらい大きく切る。魚は尾頭付き。 ・煮る方法は、大きな鍋でひとつづつ材料を煮る。 ・盛り付け方は、煮物を一人一人お皿からはみ出すように盛り付け、新聞紙に包み持ち帰る。 (普段の食卓の煮物は、大きく切らず、一緒に煮る点で異なる。)
	雑煮	正月三が日の料理。神様にも毎朝神前に運ぶ。 具材は、水菜、白菜、大根に鰹節をかいて掛けて食べるなど。 だしは入れず、しょうゆ味。昔は3膳は食べたが、今は1膳。
	サバ煮つけ	正月に食べる。(生では食べない)
	なます	カメにつくりおきしておき、正月に食べる。
	てんぷら	さつまいもを斜めに切ったものや大豆を揚げた。
	むつ菓子	餅米の粉と砂糖で作られたお菓子で、おひらの代用にした。お菓子屋さんで、おひらと同じ形のお菓子を作った。以前は子供のお祝い(七五三のお返しなど)には、必ずムツ菓子がついた。今は甘い物はなくなってきて使わなくなった。
	甘酒	祭り食のひとつ。

で作った物は汚い」、「安い」、「早い」、「作らなくても何でもある」などの理由で、店で買う方がよいとされている傾向にある。特に、若い人にその傾向があることを指摘している。しかし、調査対象者は、自作の野菜を食べていることをよいとしている。よいとする理由として具体的にあげたものは、自作の野菜は無農薬であり、着色料、人工甘味料などを使用していないことがあった。

<交流>については、昔は、食事に関係する交流が多かった。特に、親戚間の交流が多い。地区ごとの地産物の交換もあったが、特に、特徴的なのは、祭りの時には、地区の異なる親戚を招き、また招かれといった交流である。以前は、祭りの日が地区ごとに異なっていたために行えた交流である。しかし、現在は、祭りの日が同じになってしまったため、なくなってしまった。また、このような人が集まる時の料理を

作る役割は女性であり、大変であったとも述べている。そして、「ひな祭りには、嫁の身でも在所に一泊でき、白いご飯を食べられることが楽しみであった」という言葉も聞かれた。

上述のように失われてしまった交流に対し、食生活が変化することで出現した交流が現在も一部ではあるが存在する。それは、味噌造りの自助グループによる交流である。昔は、味噌や醤油は、畦で大豆を作っていたこともあり、どこの家でも自家製であった。その後、こうじ屋がなくなり、賃金収入の増加によって、買えば入手可能になったことで、味噌や醤油を作らなくなった家も多い。その様な中で、時期は不明であるが、組合などの組織で味噌造りを援助してくれるようになると、近所の仲間や兄弟同士のグループといった自助グループを作って、味噌のみは、「自家製」の物をつくり使用している家が現在も存在する。

そして、現在の食事に関する交流として、重要であると感じているものに、子ども（註：子どもとは、孫・曾孫世代のことをいう）との交流がある。調査対象者が子どもの頃は、「さつまいもの蒸し切りの皮むき」、「味噌造りの手伝い」、「麦をひしゃぐ（註：粉にする、あるいは、つぶすの意味）」という子どもの役割を通して大人との交流があった。しかし、現在、そのような役割はなくなったが、子どもが食卓に加わることにより、「みんなそろっていただきます」と言って食事をするようになった。それにより、食事が、単に食べるという食事ではなくなった。食事への感謝が生まれ、交流ある食事となった。

<嗜好>については、昔は「ぼっかり食」だったことも影響しているのか、やはり、「おいしい」ものを食べたいという思いがある。それは、料理の作り手が、嫁や孫の嫁といった自分以外の者であっても、自分が作り手であっても共通に見られる。また、日常の食事を作る際には、単においしいだけでなく、簡単にできる料理への工夫もみられる。その反面、法事などの行事の際の料理は、手間のかかる料理でも、「おいしい」「作り方を教えて」と言われると教え、そのような料理は自らも積極的に作っている。

このように、おいしい物を食べたいという思いがあるが、子どもの好き嫌いについても指摘している。昔は、料理を個別に盛り付けることから、嫌いなものでも食べなければならなかった。しかし、現在では、子どもが根菜類などを食べないことを問題としている。そのような傾向に対し、「曾孫が煮干、人参、ほうれん草など何でも野菜を食べる。幼稚園の先生が老人のいるうちの子どもは何でも給食を食べるのでいい」と言ってくれた」という言葉に代表されるように、老人がいることで、家族の嗜好により影響を及ぼしていることも感じている。

また、調査対象者の祖母には、昼食の準備やお弁当のおかず作りといった役割があった。しかし、現在、料理に関しては嫁や孫の嫁に任せている老年者が多く、老年者の食事への役割が減っている。そのような現状でも、「孫の嫁が、自作の野菜を積極的に調理してくれる」と言った言葉から、自作の野菜を提供する役割を担っている。

その他に、戦前、戦中、敗戦直後は、魚を食べる機会も少なく、食べられたとしても、用水池にいたフナなどの小魚であった。その小魚は、「貴重なタンパク源であった」と言っており、「骨まで食べられるので体に一番良い」と言っている。そして、料理に使用される自作の野菜が10種類にも及ぶこと、毎日同じ料理にしない工夫、「毎日、畑のタマネギを刻んで、シラス、スタチ、ミカンを生そのままかき混ぜてご飯にのせて食べている」と述べていることなどから、おいしい、好き嫌いというだけでなく、栄養のバランスも重要視している。

9. 健康観

健康観について述べた表現をカテゴリー化した結果、第一に調査対象者たちの<身体の現状>、第二に<健康にとって大切なこと>として《体を動かすこと》《人との交流を楽しむこと》、第三に<健康に関する知識への関心>、第四に<戦争体験に影響された生命観>が抽出された。

第一に調査対象者たちの<身体の現状>は、「足が痛い」「高血圧である」のどちらかの症状が一人を除いてあった。しかし、それらの症状

があっても、「力仕事はやらない」「自分でできるように野良仕事もしていかなければいけない」「農作業は制限している」などと自己コントロールできる範囲で活動をしている。また、「嫁に來た頃の苦勞と信仰により、腹を立てると胃と肝臓に悪い（いかんぞー）と考え」そのような考えにそって生きてきたと述べた人もいる。そして、このような生活を送る中で、自分は健康であると述べている人と「みんなに会うと元氣だねといってくれる」が自分ではそのようには考えていない人、「くたびれちゃってね」と述べた人がいる。

第二の〈健康にとって大切なこと〉としての《体を動かすこと》は、すべての調査対象者が大切であると述べた。

その内容は、ゲートボールやグランドゴルフなどもあるが、楽しく生きがいとして体を動かしているものは、農作業であった。その農作業も自分の意思で作る作物を考えて行っている人と自分の役割として行っている人に分かれる。

また、農作業を中心とした《体を動かすこと》が大切である理由も、「家の中にいるより、青いものの中にうずまって仕事をしている方がいい」や「子どもの頃から外で動く生活をしてきたので、部屋の中にじっとしてられない」というような家の中より外にいることに重点を置いたものがある。その一方で、「痴呆の防止」「自力歩行の維持」というような身体の自立に重点を置いたものがある。それは、「家族に大切にされているため、長思いをせずにはさようなら（死亡）すれば結構だと考えている」に代表されるように、家族に迷惑をかけたくないという思いがある。そのため、体を動かすことが大切であるとしながらも、米作など体力が必要な農作業は行わずに苺の苗取りに自分の役割を見出していたり、買い物も自転車で行くことができても家族が心配するので欲しいものがある時のみにしているなど、自分が行動できる範囲を見極めている。

次に、《人との交流を楽しむこと》も健康に関係していると言う。

昔は、畑への道中で、立ち話をするという交

流があったが、現在は、車での移動になったことにより、老人会の集まりが楽しみになったというように、生活様式の変化によって、変わった交流もある。しかし、カラオケのように現在、好まれている交流ではなく、昔からある詩吟を披露することで喜ばれることによる交流の楽しみもある。

その他に、自分の作った料理を「おいしい」「作り方を教えて」といわれることで、法事における交流が楽しみとなったり、孫の嫁が作る料理に自分の作った野菜が利用されることによる交流も楽しみとなっている。

そして、孫の嫁や曾孫が「ばあちゃん」と言ってくれることがうれしい、3世代で暮らすことが健康にとって大切だと述べていることから、他世代との交流も楽しみとして大切にしている。

第三の〈健康に関する知識への関心〉における健康に関する知識とは、食品添加物、ゴミ問題、伝染病、衛生、塩分、貧血などについてである。情報源としては、生活学校、保健婦、講習会、テレビが主であるが、特に、情報源が特定できない人もいた。

最後に、第四として、〈戦争体験〉が、調査対象者にとっては、生活様式を変化させざるをえないものであった。そして、戦争によって、多くの人、特に若い人が亡くなった経験から、生命に対する考え方に大きく影響している。

IV. 考察

三地域に分けて半構成的面接を実施したが、食の価値観および健康観については大きな地域差は見られなかった。むしろ、住民が語る食の変化と食の価値観、健康観から、三地域に共通した以下の特徴が見出せた。

1. 食を通じた人との交流の変化

祭りの開催日が地区ごとに異なっていた頃は、親戚間の交流が盛んであった。しかし、現在、祭りの開催日は同じになり、祭りを契機とする親戚間の交流はなくなった。また、生産方法の発達、商店の増加や変化などにより、山側と浜側間で物資を交換する交流もなくなった。

このように、失われた交流に対し、新たに重

要視されるようになった交流として他世代、特に、子どもとの交流がある。以前は子どもの仕事としての役割があり、その役割を通しての交流があった。しかし、それは、大人の手伝い、子どもの教育やしつけという意味はあっても、自らの健康や食に関係する交流ではなかった。ところが、現在では、その子どもと一緒に食事をし、子どもの食習慣の中でも挨拶を尊重することが、食生活にメリハリをつけている。また、子どもが、声をかけてくれる嬉しい存在となっている。

上述の祭りを契機とした親戚間の交流は、調査対象者たちが主体となって行った交流に対し、子どもとの交流は、子どもの求めに応じた形での交流とも言える。しかし、祭り時の料理は、女性にとっては、負担の大きいもので、常に楽しいとは限らなかった。そして、現在、自分が健康でありたい理由として、家族の中でも、若い人には迷惑をかけたくないという思いがある。この二点を考慮すると、自らが主体となる交流ではなく、子どもの求めに応じた交流が食や健康にとって重要な意味をもつようになったことが理解できる。

他方、自らが主体となって行われている交流も生活様式が変化することで、現在も存在する。味噌造りの自助グループの交流である。味噌や醤油が各家で造られていた頃には、存在していなかったと思われる。しかし、味噌や醤油が各家で造られなくなると、組合などが援助をし、味噌のみであるが、近所の仲間や兄弟同士でグループを作り、「自家製」の味噌を造るようになる。このような、組合などの援助による味噌造りが、現在も、自助グループの交流として存在する。

2. 自作の野菜の価値観の変化

自作の野菜は、自給自足の生活においては、自明のものであった。特別な意味は持たず、生きていくための食材でしかなかった。現在では、家で作った野菜は汚い、作らなくても何でもあるという理由で、商店に並ぶ野菜を購入する傾向にある。商店に並ぶ野菜は、安くて、きれいであり、自作の野菜より、一般には好まれる傾

向にある。

しかし、調査対象者にとって、農薬の問題などが露呈している現在、自作の野菜は無農薬であり、着色料や人工甘味料などを使用していない食材として価値があるものとしている。また、家族が自作の野菜を使用して調理してくれることが、調査対象者にとって、自作の野菜を提供する役割にもなっている。つまり、自分の役割として自作の野菜の存在が、重要な価値を持つようになった。更に、自作の野菜は、種類も豊富であり、その野菜を使用した料理を食することで、子どもの偏食をなくす方向に作用している。このことは、多種の自作の野菜を使用した料理を好む調査対象者の嗜好が、子どもたちの偏食によい影響を及ぼしているのである。

3. 農作業の意味の変化

農作業は、家業であり、労働であった。しかし、現在では、賃金収入を得るための仕事場の増加や自分や他の働き手の身体の衰えなどが見られている。そのような現状の中、農作業は、調査対象者たちにとって、賃金を得るための労働ではなく、体を動かす大切な作業と変化した。農作業を中心とした体を動かすことは、健康にとって大切なことであり、楽しみであり、生きがいとなっている。

そして、健康にとって大切な農作業であるが故に、自分の身体状況を自己コントロールできる範囲で活動をしている。調査対象者のほとんどに、足の痛みか血圧が高いという症状がある。しかし、それらの症状が悪化しない範囲で農作業を楽しみ、生きがいとしているのである。

おわりに

75歳以上の住民を対象に大東町の食生活の変化とその食生活の変化の中に語られた食の価値観および健康観を調査した。戦争、近代化などにより、生活様式が変化し、食生活が変化している。その結果、以前には、価値のあるものとして意識されていなかったものが、価値あるものと意識され、食の価値観や健康観に影響していることが示唆された。

謝辞

本調査に、ご協力していただきました大東町老連理事会および大東町老人クラブの役員の方々、山王荘老人福祉センター藤田様には、深く感謝いたします。

そして、快くインタビューに応じ、大変貴重な情報を提供していただきました方々に、深く感謝いたします。

尚、本調査は、吉岡彌生記念館大東町健康調査研究助成を受けて実施いたしました。

¹ 農山漁村文化協会編：スローフードな日本！地産地消・食の地元学 地域の食の記憶を記録に残そう，現代農業増刊，2002

大野良之他編：生活習慣病予防マニュアル，南山堂，2001

静岡市生活改善グループ連絡協議会編：しずおかの伝統食 ごぼう、里いも、はす、大根，静岡新聞社，1997

「日本の食生活全集静岡」編集委員会代表 大石貞夫他編：日本の食生活全集 22 聞き書き静岡の食事，農村漁村文化協会，1987

松谷義範：飯一食生活の問題一，勁草書房，1987

² 小笠原広実他：大東町の食文化の変遷と住民の生活の質の変化に関する研究（第一報）一伝統食の伝承と住民の意識に焦点をあてて一，大東町健康調査報告書 平成13年度，2001

³ 見城道子他：大東町の食文化の変遷と住民の生活の質の変化に関する研究（第二報）一壮年期世代の伝統食の伝承に関する認識一，大東町健康調査報告書 平成14年度，2002

⁴ 前掲，第一報，p.41

⁵ 前掲，第二報，p.26

⁶ 前掲，第一報，p.35

⁷ 前掲，第二報，p.25

⁸ 増田実：大東町の人々，南遠郷土史懇話会，1976，pp.33-38

八木洋行他：大東町の地名，大東町教育委員会，1997，pp.23-25

⁹ 前掲，大東町の地名，p.21

¹⁰ 伊久美新一他：民家は語る，大東町教育委員会，1996，p.68

¹¹ 前掲，民家は語る，p.71

¹² 前掲，民家は語る，p.74

¹³ 前掲，民家は語る，p.71

¹⁴ 前掲，民家は語る，p.50

¹⁵ 大東町企画課：広報『だいとう』縮刷版 第一巻，静岡県大東町，1998

大東町企画課：広報『だいとう』縮刷版 第二

巻，静岡県大東町，1999

大東町企画課：広報『だいとう』縮刷版 第三巻，静岡県大東町，1999

¹⁶ 前掲，大東町の地名，p.68