

寒地文化都市中産家庭に於ける冬期 食糧貯藏の小觀察

北星学園短期大学家政科一年 (指導教授 林 敏 雄)

(昭和二十九年十二月完結)

〔一〕 本觀察の目的

この仕事は自分等の住む札幌市に於ける自分等の家庭の小調査である。即ち札幌市を以て寒地の一文化都市と定め、自分等の家庭を概して中産家庭と認めた。而してこの仕事は精密な学的研究を企図したのではなく、又正確な統計的觀察を目的としたのではなく、まして栄養学上の新事実を提示せんとするのではなく、自分等栄養学の梗概を学びつつある女子短期大学家政科の学生が、身近に少し許の資料を掴んでの些細な一習作に過ぎない。自分等はこの仕事によつて栄養並に食糧に関する實際の片鱗をでも窺ひ知り、知識の応用と、その考量との練習の一助にしようとした次第である。

寒冷にして、冬期降雪の多い地域においては、各家庭での冬期食物対策には格別の用意と工夫とを要することは論を俟たぬ処で、かかる地域では、古来冬期食糧貯藏の伝統的慣習がある。然し乍ら之れを札幌市に見るに、日本全土の上から見れば、いかにも北方寒冷の地にあるのではあるが、さりとて左程峻厳なる寒冬や交通も永く杜絶する程の積雪に悩む程でもなく、一般文化施設もよく整ひ交通運輸の便もよく開け、食糧物資の供給も、嚴冬の時季に於てすら著しい阻碍は受けないの

で、僻地孤立の寒里に於けるとは実状は大いに異なる。唯々運輸の便や、又食品販売業者の貯蔵食糧の放出によつて、冬期にもその種類の食糧の入手に不足は無いとしても、それ等食品の値上りは当然の事であるので、一家経済の上からも各家庭では矢張り冬期食糧の自家貯蔵が行はるるであらうから、その実情は如何様であらうか、又北海道は日本全土から見ても、可成特種な地域であり所産の食品にも独特のものがあり、之れ等が一種の郷土色を帯びて冬期貯蔵食糧の中に如何様に現はるるであらうか、更に又近時一般に栄養に関する関心も高まり、生活改善、特に食生活改善の運動も強調さるる折柄、対象家庭において冬期貯蔵食糧の上に、この事が幾分か考慮されているであらうか、以上の諸点を注意して観ることもこの仕事の目的である。

尙幸ひに昭和二十八年年度国民栄養調査が札幌市に就ても行はれ、その成績も報告されてあるので、それをも参考にして考案の資に供し度いと思ふ。

(二) 調査事項

(一) 家庭の選択と調査の方法

北星学園女子短期大学家政科一年在學生の中、寄宿舎在住者を除き、札幌市内に自宅を有せる者につき、下記事項についての解答を求め、資料として採用し得るもの十六件を得た。その家計職業類別は次の如くである。

洋服業	一	自転車販売業	一
公務員	二	音楽教授	一
商業	二	鉱山業	一
会社員	五	医師	一
銀行員	一	土木請負業	一

問ひ合せ事項は左の如くである。

1 去年の冬期貯蔵食糧

a 漬物—その種類及び貯蔵法

b 其他—その種類及び貯蔵法

2 本冬の貯蔵食糧計画

a 漬物—その種類及び貯蔵法

b 其他—その種類及び貯蔵法

(以上を表式とした)

〔三〕 調査の成績

(1) 第二問(即ち去年の冬期貯蔵食糧)に対する報告の集約(一家一件)

一、沢 庵 漬

十四件

二、切 り 漬

三件

三、大根糠味噌漬

五件

四、大根べつたら漬

四件

五、大根千枚漬

一件

六、大根しん葉粕漬

一件

七、白菜 塩 漬

九件

八、白菜粕漬(一件昆布入)

五件

九、白茶 糠漬

- | | |
|-----------------|-----|
| 一〇、きうり、なす、うり粕漬 | 一件 |
| 一一、きうり、なす、うり奈良漬 | 四件 |
| 一二、なす 塩蔵 | 二件 |
| 一三、きうり 塩蔵 | 一件 |
| 一四、きやべつ 塩蔵 | 一件 |
| 一五、青菜 塩蔵 | 一件 |
| 一六、きうり、なす 味噌漬 | 二件 |
| 一七、らつきよう砂糖漬 | 一件 |
| 一八、ぶどう 塩蔵 | 一件 |
| 一九、なす 辛子漬 | 一件 |
| 二〇、梅 干 | 二件 |
| 二一、福 神 漬 | 一件 |
| 二二、梅 酒 | 一件 |
| 二三、鯿漬 (塩蔵、粕、粕等) | 一二件 |
| 二四、鮭 粕 漬 | 一件 |
| 二五、鮭 粕 漬 | 二件 |
| 二六、いかの塩辛 | 九件 |
| 二七、いかの甘酢漬 | 一件 |

二八、するめ、昆布朮正油漬

一件

二九、人蔘、ごぼう、きやべつ、白菜、馬鈴薯、大根、玉葱の土中埋蔵

一件

即ち延八十九件で、一家庭で用意調製した種類数は最少三種から、最も多いのは九種に及ぶ。

(2) 第二問(即ち本冬の貯蔵食糧計画に対する報告の集約)――()内は(1)の場合との比。

一、沢庵漬(一件減)

十三件

二、切り漬(同数)

三件

三、大根糠味噌漬(一件減)

四件

四、大根粕漬(新)

一件

五、大根べつたら漬(一件減)

三件

六、大根千枚漬(同数)

一件

七、赤かぶ千枚漬(新)

一件

八、大根しん葉粕漬

消ゆ

九、白菜塩漬(一件減)

八件

一〇、白菜朮漬(二件減)

三件

一一、白菜糠漬(同数)

一件

一二、きうり、なす、うり粕漬(一件増)

五件

一三、きうり、なす、うり奈良漬(同数)

二件

一四、なす塩蔵(同数)

一件

一五、きうり塩蔵(同数)

一件

- 一六、きやべつ塩蔵(同数) 一件
- 一七、青菜塩蔵(同数) 一件
- 一八、きうり、なす味噌漬(同数) 二件
- 一九、瓜、ちそ、人参、ごぼう、なんばんの味噌粕漬(新) 一件
- 二〇、らつきよう砂糖漬(同数) 一件
- 二一、ぶどう塩蔵(同数) 一件
- 二二、なす辛子漬(同数) 一件
- 二三、梅 干(同数) 二件
- 二四、福神漬(同数但し家庭は変る) 一件
- 二五、梅 酒(同数) 一件
- 二六、鯺 漬(四件減) 八件
- 二七、鮭粕漬(一件増) 二件
- 二八、鮭粕漬(同数) 二件
- 二九、いかの塩辛(四件減) 五件
- 三〇、いかの甘酢漬 消ゆ
- 三一、いかの粕漬(新) 一件
- 三二、するめ、昆布、桃正油漬(同数) 一件

以上の外新たなものとして「はたはた漬、たいな塩漬、梅漬、生姜酒粕漬、きやべつ粕漬、からし菜塩漬」が各一件あり、又(1)の最後二九に挙げた「人参、ごぼう、きやべつ、白菜、馬鈴薯、大根、玉葱の土中埋蔵」を行つている一家庭があ

る。

即ち延八十五件で前年と比較すれば四件を減じ、「大根しん葉粕漬」と「いかの甘酢漬」は姿を消し、「大根粕漬」、「赤かぶ千枚漬」、「うり、ちそ、人参、ごぼう、なんばんの味噌粕漬」、「いか粕漬」、「はたはた漬」、「たいな塩漬」、「梅漬」、「生姜酒粕漬」、「きやべつ粕漬」、及び「からし菜塩漬」が新たに登場した。各家庭で計画する品目の数は二種類から、多きは九種類に亘る。

[四] 総括批判

(1) 各家庭では多かれ、少かれ、或る量の冬期貯蔵食糧を用意調製する。

(2) 各家庭で用意調整する貯蔵食糧は殆んど総べていわゆる「漬物」に属するものであつて、その品種から見ると、去年も今年も（多分例年）沢庵漬が圧倒的に多く、自家で漬け込みをしない家庭でも、既成品の購入によつてこれを賄うのであらふ。沢庵漬の日本家庭における普及は、凡そ伝統的、歴史的の事であつて、都鄙遠近おしなべて、日本人の食生活に不可欠の食品となり切つてゐるものと考へられる。

(3) 次に多きを算へるのは鯨漬である。これも両年共に、多さに於て沢庵漬に次ぐ。多くは色々の野菜類を切りこんで漬物とするが、北海道に独特のものとしては所謂「すしにしん」がある。鯨の漁獲高の多い北海道地域としては実に立派な郷土食糧で、動物質栄養素の給源として最良のものの一つであらふ。

(4) 多くは無いが鮭の粕漬並に糍漬があり、これも亦鯨と同じく此上も無くよい郷土的栄養食糧である。鮭は北海道に於て獲れるとは云へ、鯨に較べて、高価であるのが、比較的多く使はれない理由ではあるまいか。

(5) 次に「いかの塩辛」が多く造られる。「いか」もまた北海道においては鯨に次で大量にとれるものであるから、最も好適の郷土食料の一つであり、最も値下りの時を選んで、購入し、貯蔵食糧とするの当然の事であらふ。しかして日本人の

嗜好として、その肉や内臓を塩辛とするのも古来の伝統であり、又栄養上から觀ても、推奨してよいものと思はれる。

(6) 以上の他、白菜、きやべつ、きうり、なす、うり等の諸種の漬物は各家庭により様々で、結局その家人の嗜好によつて選ばれるものやうに見受けられる。

(7) 人参、ごぼう、きやべつ、白菜、馬鈴薯、大根、玉葱等を土中に埋藏し、貯藏に備えてゐるのは只一家庭のみであつた。これを已往に顧るに札幌市の各家庭に於ても、嘗ては冬期貯藏のこれ等の食料を土中に埋め、雪中に囲ひ、又は室を造つてその中に藏したのは余り遠い過去でもない。現今でも大概の家庭には室があると思ふ。しかるに今はかように斯かる貯藏法を用ひないのは、矢張交通運輸の便が開けて、比較的新鮮なこれ等の食料が、冬期でも市場で購入し得られるやうになつたためと思はれる。

(8) 今回の調査では漬物の「漬け方」に就ては報告が粗畧で推知するのも困難であるが、概して「漬け方」に改良進歩の点は見られず、又栄養的に強化補及が考慮された事も擱めなかつた。

(9) しかし乍ら、本年度の準備食料として新たに附加された十種の漬物の中「いかの粕漬」「はたはた漬」は動物質栄養給源として、又「うり、ちそ、人参、ごぼう、なんばんの味噌粕漬」「たいなの塩漬」「からし菜の塩漬」等は植物質栄養給源として、單に嗜好の上ばかりでなく、栄養補及の点からもよい工夫と思はれる。

〔五〕 び す び

(1) 現今の札幌市は交通運輸も便利であつて、冬期でも食糧の入手は自由であるが、各家庭では冬期食糧の貯藏の用意を怠らない。その因る所は、購入食料の値上り上、経済的の考慮が加へられる点にもあらふが、しかし最も主要なる理由としては矢張旧來の慣習を考へなければならぬであらふ。

(2) 僅か十六の家庭に徴しても、その貯藏食品の種類は実に雑多であり、しかも一家庭で少きは二―三種類から多きは九種

にも及んで用意する。この事は主として家人の嗜好による事と思はれ、同じ種類の漬物にしても、塩の加減も様々であらふ。これ等の事も、物資の入手は困難でなくとも、自家調製をなす一つの原因なのではあるまいか。

(3) 鮭、鮭、「いか」を用ゆるものは北海道独特の郷土食と見てもよいものと思はれ、又これ等は栄養の点から見ても極めて優れたものである。

(4) 冬期貯蔵食糧の用意は、元來その主要目的は勿論栄養の維持補及にあつたに違ひは無いと考へられるが、これを腐敗せしめず、貯蔵に堪えしめるために、塩漬、粕漬、糝漬、味噌漬乃至それ等の混用法等を試むる中に、一種特異の香氣風味の醸成を味ひ、これが恰も日本人食生活の嗜好に適し、遂に日常生活から離れ得ぬものとなり了つたと思はれる。しかしこの嗜好に適すると云ふ事はこれを栄養生理の上から観れば、食欲を亢進せしめ、ひいては胃腸内の消化作用をも促進せしむる結果を産むこととなるのである。各種貯蔵食糧、特にその代表的な主要食料としての漬物には、それ自体栄養価を有ち、栄養物である事は論を俟たないが、しかし植物性のもの等は貯蔵の操作や、食膳に上るまでの日時の経過等のため、新鮮のものに比して、大事なビタミン類の消失し去つてゐる事でもあり、又かかる食品はさう多量には食し得ぬものであるから、それ自体の栄養価値と云ふよりも、むしろその香氣風味の刺激による、同時に摂取する他の食料の消化促進作用に主なる効用を置くべきであらふ。故に栄養価補給の目的の下にビタミン類並にカルシウムの如きを混入せんとするには、この香氣や風味を少しもそこなはぬように注意すべきで、そのやうな研究や指導が肝要である。しからざれば、栄養に宜しいと云ふだけの事では、人は漬物の香氣や風味を犠牲にしてまで、所謂強化改進の方へ進んで来ないであらふ。

(5) 調査の表面だけでは、各家庭での漬物の漬け方に特に改良、工夫の点を見出し得ないが、これはまだ一般家庭の人々に栄養学的知識が浸透してゐないと、たとへその意図があつても、如何様にすれば最もよろしかるべきか―特に(4)の終りに注意した事項等について―まだ好適の身近な参考資料を持たない事にもよると思はれる。

〔附〕(1) 昭和二十八年年度の札幌市に就て行はれた国民栄養調査成績によれば、季節による野菜漬物の摂取量は五月四三・二瓦、八月四一・七瓦、十一月六三・四瓦、二月六四・八瓦となつてゐて、最寒で、しかも早春の二月が一番多い。これは全国畧同様である。

(2) 一般に寒地は、冬期、野菜の欠乏を来すから、栄養事情としてはビタミンCの欠乏を警戒する必要がある筈である。これを上記栄養調査の結果に見るに五月八二^{ワット}、八月四二^{ワット}、十一月九一^{ワット}、二月八六^{ワット}で、ビタミンCの摂取量は八月においてむしろ最低を示し、二月は却つて多い方で、全国都市平均の七二^{ワット}を上廻つてゐる。これを食品群の中の主要C供給源に照らして見ると、特に著しい点と思はれるのは二月は他の五月、八月及び十一月に比して柑橘類の摂取がずば抜けて多い事である。他の野菜、果実類の摂取は、二月は他の三ヶ月のに比べてずつと少く、又「野菜漬物」の摂取は(1)で述べた如く多いけれど、それからのC供給には決して満足な期待は出来ないものであるから、二月でもC摂取量がむしろ上廻つてゐると云う事實は、主として冬期柑橘類の輸入が潤沢で、人々は好んでこれを食すると云ふ事に、その原因を認めねばならないのではなからふか。この事は更に一層掘り下げた調査、研究が必要であらふ。以上序を以て参考に摘記した次第である。

参考文献省略