

食文化の受容と変容 「だし」の視点から

県立なら食と農の魅力創造国際大学校 河野 一世

椀から立ち上るだしの香り。口に含めば、かつお節と昆布の香りと味がからだの隅々までしみわたっていくようで、懐かしささえ覚える。日本人はだしの香りと味に親しみ、吸いものや煮ものなど料理のベースとして利用してきた。ここでは、日本の食文化とだしについて概観しながら、食文化の受容と変容について展望してみたい。

1. 日本の食文化とだし

食文化とは、その定義は学問分野により多少異なるが、ここでは、自然環境、歴史・社会環境を形成要因として、「民族・集団・地域・時代などの中で共有され、それが一定の様式として習慣化され伝承されながら定着した食物摂取に関する生活様式¹⁾」とする。

海に囲まれた日本列島はアジアモンスーン地域に位置し、夏は高温多湿で、良質で豊富な水に恵まれ、人々は米を中心に多様な農産物・海産物を上手に利用してきた。自然の恵みを持続的に利用するために、乾物や醗酵などの保存技術を生み出し、自然への感謝や畏敬の念を年中行事や行事食の形で伝えてきた。歴史的には、精進料理・南蛮料理・欧米料理などを時代ごとに受容しながらも、栄養のバランスがとりやすい「飯・汁・菜・漬物」で構成される和食の基本形を800年以上にわたり継承してきた。その内容は、仏教伝来などにより野菜中心で油を使う習慣もなかったため、「だし」のうま味を生かした食事が基本であった。

このように日本人が継承してきた食事そのものや、年中行事や祭礼などの地域共同社会の絆となる食習慣や郷土料理など、日本の食文化すべてを対象として、2013年に「和食：日本人の伝統的な食文化—正月を例として—」が、ユネスコの無形文化遺産に登録された。2015年には、

一般社団法人和食文化国民会議が発足し、現在、その研究・普及・啓発活動が全国レベルで本格的に展開されている²⁾。

また、日本人の食生活に身近なだしについては、2017年3月に告示された次期学習指導要領においても食文化を継承する大切さやだしの役割が明示されている。小学校家庭科では、「和食の基本となるだしの役割についても触れること」³⁾、中学校技術・家庭科の家庭分野では、「日常の食事として食べられている和食を取り上げること」、「だしの種類や料理に適しただしの取り方に気づくことができるようにする」⁴⁾という文言が新たに加わった。学校における食育が推進される中で、日本の伝統的な食文化を見直す姿勢が一段と強まっている。

2. かつお節だしの食文化的研究

筆者は、味の素(株)広報部在籍中(1980~90年代)に、“だしの素”の驚異的な伸長を目の当たりにしてきた。日本人のかつお節だしへの嗜好性の高さに強い関心をもったことが発端となり、かつお節だしを対象とした食文化的研究を試みようと考えた。ここでは、かつお節だしと日本の食文化との関わりについて考察してみたい。

(1) 日本の気候・風土とかつお節だしの関わり

原魚であるカツオは、熱帯から温帯水域に広く分布する回遊魚である。北上海域にあたる日本では縄文時代から食されており、藤原京(694~710年)跡からは、「生堅魚」と記された木簡が多数出土している。「かつほぶし」の文字の初出は種子島家譜(1513年)とされるが、奈良時代の『養老律令』(718年)の中に、重要貢納品として堅魚、堅魚煮汁、煮堅魚などの表記があり、これらは前出の「かつほぶし」の前身と考えられる。平安時代の『延喜式』(927年)には貢納した10カ国があげられている^{5)~7)}。

江戸時代には、生で食するほか、現代のかつお節に近いものも出回りはじめ、削って食べたり、これらを煮出して汁ものや煮もののだしとしても使うようになった。

Kazuyo KONO

県立なら食と農の魅力創造国際大学校フードクリエイティブ学科長、放送大学講師

〔著者紹介〕(略歴)お茶の水女子大学家政学部卒。同大学院人間文化研究科修了(学術博士)。味の素(株)中央研究所、広報部、(財)味の素食文化センター専務理事を経て退職。お茶の水女子大学生活環境教育研究センター教授を経て現職。主な著書に『だしの秘密』『日本生活史辞典』『食物学概論』『生活を科学する』

〔専門分野〕調理科学、食文化



生切り

水分70%前後の生カツオの頭を切り落とし、3枚におろす。機械化が進んでいる。



煮熟 95℃～98℃で1～1.5時間。



焙乾(荒節)

くん乾と放冷を10～15日間繰り返す。水分は17～20%。



燻づけ・日乾 を繰り返す。



(本枯れ節)

カビづけかつお節、仕上がりにまで約4ヶ月を要する。水分約14%。

写真1. かつお節の製造工程(文献5, 7)を一部改変。

人々は、大量に漁獲されるカツオを保存するために乾燥させることで、生カツオに比べて著しくうま味が増すことを経験的に知った。だしとしての食べ方は、野菜中心の淡泊な料理にうま味を補うためのものだったが、これを可能にしたのは、かつお節からうま味成分が溶出しやすい、ほとんどが軟水域にある日本の水の存在⁵⁾⁷⁾が大きかったと考えられる。

因みに、カツオの産卵海域であるインド洋に浮かぶモルディブ共和国は、日本同様かつお節製造の起源をもつといわれ、現在もモルディブフィッシュ(日本の荒節にあたる)が作られている。海に囲まれた1,200の島嶼国であるが、飲料用水が乏しく、だしという概念が生まれることはなかった。700年以上にわたるかつお節製造の歴史を有しながら、当時も現在も、数少ない自給可能なたんぱく源としてモルディブフィッシュが食されている⁵⁾⁷⁾⁸⁾。

(2) かつお節とかつお節だしの香りとうま味

かつお節は、乾燥することで好ましくない味やにおいが除かれ、うま味成分が凝縮され、これを煮出すことでだし汁となる。加工には大変な手間と時間がかかるが、

長期間の保存がきき、調理の段階では極めて短時間でだしがとれる知恵の産物である⁵⁾。その製造工程ではいったい何が起きているのだろうか。

現在の一般的なかつお節製造工程を写真1に示した。水分が70%前後のカツオは、生切り、煮熟、焙乾工程を経て、水分20%弱の荒節となる。燻することによって魚の臭みが除かれ、好ましい旨味成分を残しながら、好ましい香り成分が付与される⁵⁾。現在はこの荒節が市場のほとんどを占める。その後、カビづけと日乾を繰り返し、カビが生えなくなるのに約4カ月を要し本枯れ節となる。カビの働きで水分は14%前後まで減少する⁵⁾⁷⁾。世界で最も堅い食品の一つとされる。

かつお節製造工程中の成分変化については、カツオの個体差に加え漁獲時期や海域によるばらつきも大きく、再現性の確認がかなり難しいといわれるが、筆者らの実験結果からも、生カツオの含水量が焙乾工程(荒節)で一気に減少し(図1)、うま味成分であるイノシン酸が煮熟工程で急増することが明確に示された⁵⁾⁷⁾(図2)。これは、新鮮な魚に多く含まれるアデノシン三リン酸が、煮熟により一気にイノシン酸に変化したためである⁵⁾。こ

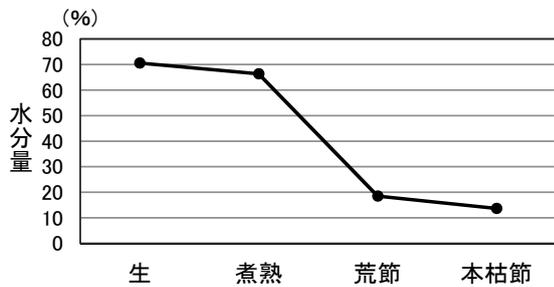


図1. かつお節製造工程中の水分量変化⁵⁾.

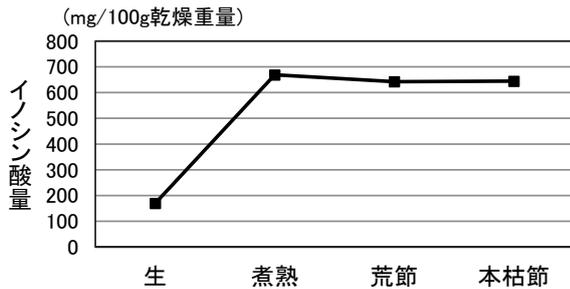


図2. かつお節製造工程中のイノシン酸量の変化⁵⁾.

のようにかつお節は、その製造工程で好ましい香りが付与され、成分値からもうま味が増すことが確かめられている。

(3) かつお節とかつお節だしの生理機能

かつお節やかつお節だしの薬餌効果については、江戸時代に刊行された『本朝食鑑』(1697年)や『大和本草』(1708年)などの本草書のなかで、「食して悪いところなく大いに人に益あり」と評価されている⁵⁾⁷⁾。近年、多くのヒト臨床試験や動物実験が行われ、これら本草書の記述を裏付けるように多くの生理機能が報告されている。

最近の研究から、かつお節中に著量含まれるアミノ酸の1つであるヒスチジンには、体重増加や脂肪の蓄積を抑制する作用があることが報告されている⁹⁾。しかも食事ごとにヒスチジンを摂取することで、体重や内臓脂肪の減少をリバウンドなく、長期的に維持できる可能性があることも示された¹⁰⁾¹¹⁾。つまり、抗肥満効果のあるヒスチジンはかつお節だしに著量溶け出しており、これを食事ごとに料理のだしとして食べ続けてきた日本人の食は、リバウンドなく体重を維持する効果が極めて大きいものであったといえよう。今、日本人に肥満が少ないことが世界中から注目されているなかで、日本人の長年の食習慣が寄与してきたエビデンスの一つといえるのではないだろうか。

その他にも、血圧降下作用¹²⁾、精神および肉体の疲労改善効果、眼精疲労改善効果、乾燥肌・荒れ肌改善効果、脳血管障害の予防作用などが確認されており、そのメカ

ニズムとして血流改善の関与が推察されている⁵⁾⁷⁾。これらのかつお節だしに含まれる単独成分ではなく、だし中の種々の成分の複合効果によるものと考えられている⁷⁾。

このようにかつお節やかつお節だしの生理機能は高く評価されているが、現在もその効能を顕著に示している伝承例として、沖縄県の「カチューユ(鰹湯)」がある⁵⁾⁷⁾。疲れたときや二日酔いに飲むと効果があるといわれており、2012年に那覇市在住者に行った筆者らの調査でも、母数は少ないが、90%に伝承され内70%に飲用経験もあるという結果を得ている¹³⁾。

(4) かつお節と昆布の混合だしの誕生

江戸時代には現在の日本食がほぼ完成し、しょうゆ、みそ、みりん、酢などの調味料が広く出回り始めた。かつお節だしも例外ではない。江戸初期の『料理物語』(1643年)にはかつお節だしのとり方の初出があり、だしといえばかつお節だしを指すほど普及した^{5)~7)}。一方昆布は、かつお節同様、『延喜式』に朝廷への貢納品として記されており、江戸時代以降は精進料理のだしとして重要な位置を占めてきた⁵⁾。

現在、日本料理のだしといえば、かつお節と昆布の混合だしが一般的であるが、江戸時代には混合だしは極めて少なかった。明治時代には『年中惣業の仕方』(1894年)に、通常の清汁にはかつお節だしを用い、上等にするときはかつお節だしと昆布だしを等量合わせて使うとある。昭和に入り、一晚昆布を浸水し沸騰直前に水の5%のかつお節を使うと一番香味のよい清汁ができるとあり(『日本料理のおいしい拵え方』(1928年))、以後教科書には頻繁にこのとり方が記載されるようになった⁵⁾。現在の中学校家庭科の教科書には、だしのとり方として水の2%のかつお節と1~2%の昆布を用いた混合だしが記載されており、だしといえば混合だしが一般的になっている¹⁴⁾。

(5) だしのうま味成分は世界共通、だしの香り(匂い)は地域に根ざした食文化

かつお節や昆布、煮干しなど日本のだし素材同様に、世界的に普及しているフランス料理のだし(ブイヨン・フォン)や中国料理の湯(タン)も、身近に手に入る生の肉や魚に野菜を加え、長時間かけて調製し、だしとして料理に利用してきた。

それぞれの国や地域の自然環境、食習慣などにより、だし素材は異なるが、だしのおいしさの決め手となるうま味成分はすべてのだしに共通している。植物系のうま味成分であるグルタミン酸(アミノ酸)と動物系のうま味成分であるイノシン酸(核酸成分)である⁵⁾¹⁵⁾(表1)。そしてこれらが同時に存在すると、だしのうま味が飛躍

表 1. だしの種類と呈味成分¹⁵⁾

	種類と特徴		主な呈味成分 (太字はうま味成分)
日本料理 (だし)	昆布だし	素材の風味を生かす。 潮煮、湯豆腐など。	Glu , Pro, Ala
	かつお節だし	東京を中心として、 幅広く、いろいろな料理に。	IMP , Glu , His
	昆布とかつお節の混 合だし	一番だしは懐石料理に用いられる上等なだし。	Glu , IMP , His
	煮干し (だしじゃこ)	主に関東で、惣菜向き汁物、みそ汁、濃厚な味の 煮物など。	IMP , Glu , タウリン
西洋料理 (ブイヨン・フォン)	牛のブイヨン	スープ用のだし。牛すね肉、骨、香味野菜。	IMP , Glu , 乳酸
	鶏ガラのブイヨン	鶏ガラ、香味野菜。	IMP , Glu
	自身魚のフォン	魚料理用ソースの土台。舌びらめ、香味野菜。	IMP , Glu
中国料理 (湯)	鶏湯 (ヂイタン)	鶏まるごと+生姜・ねぎを水から煮込む。澄んだ 上等のスープ。	Glu , IMP , Ans
	肉湯 (ロウタン)	豚もも肉など+生姜・ねぎを水から煮つめてだし をとる。	IMP , カルノシン, タウリン
	乾貝湯 (カンペイタン)	干し貝柱を水でもどして、煮出す。 濃厚なよい味。	Glu , カルノシン, コハク酸

(注) **Glu** : グルタミン酸, Pro : プロリン, Ala : アラニン, **IMP** : イノシン酸, His : ヒスチジン, Ans : アンセリン。

的に強くなること(うま味の相乗効果)が知られている。上記の混合だしも理にかなっていたわけである。洋の東西を問わず人びとは、身近に手に入る材料を組み合わせでだしをとり、相乗効果を経験的に学習し料理に生かしてきたのである。

これに対して、だしには素材由来の香りがある。前述のように、かつお節でとっただしは燻煙香が命といわれ、かつお節の焙乾工程における香りづけがだしの香りに大きく影響する。日本の気候・風土の中で育まれた素材特有のものである。同様に、西洋料理のブイヨンではだし素材の牛肉や香味野菜、中国料理の鶏湯では鶏肉とネギ・ショウガなどによってだしの香りが異なり、これらがだしの特徴ひいては料理の特徴を端的に表している⁵⁾。これこそ地域に根ざした食文化そのものといえよう。

(6) だしへの強い嗜好性が食文化受容のカギ

1) 日本人と中国人の嗜好比較とだし分析からみえてきた受容のかたち

日本で食されてきたかつお昆布だしは、隣国でありながら中国では最近までほとんど食されていない。一方日本では高度経済成長期の1960年代以降、食の国際化・多様化の中で中国料理が庶民の間にも普及するようになり、鶏湯を料理のベースとしてもまたスープとしてもよく食するようになった。

そこで、かつお昆布だしに対する日本人と中国人の嗜好比較試験を、鶏湯を対照にして行ったところ、中国人と日本人では嗜好性に大きな違いがあることが明らかとなった。さらにその理由を知るために、だしの評価用語の選定が必要となり、ディスカッションとアンケート結果を多次元尺度法でグループ分類し、最終的に14語(表2)に絞って官能評価を行った⁵⁾⁷⁾¹⁶⁾¹⁷⁾。その結果、日本人は、かつお昆布だしのほうが鶏湯より、「あぶらっこさ」、「くせ」、「なま臭さ」のいずれも弱く、「調和」がとれていて「好ましいだし」であるとした。一方中国人は、鶏湯のほうがかつお昆布だしより、「あぶらっこさ」が強く、「くせ」、「なまぐささ」は弱く、「調和」がとれており、「好ましいだし」であるとした。つまり、「好ましい香り」、「くせがない」、「なま臭さが弱い」、「調和」がとれていて「好ましいだし」として、日本人はかつお昆布だしを選び、中国人は鶏湯を選んだのである。

しかし、この嗜好試験の結果が示すように、日本人は鶏湯よりかつお昆布だしを好ましいだしと評価しているにもかかわらず、今の日本では中国料理が普及し料理のベースとしてもまたスープとしても鶏湯をよく食している。

そこで、両国で食されている鶏湯の成分が異なっている可能性があるのでは?と考えると、両国の中国料理店でサンプリングした中国製鶏湯、日本製鶏湯それぞれ14種と、

表 2. 最終的に評価で選んだ用語 (14語)⁵⁾⁷⁾

desirable aroma (香りがよい)
sweet (甘味)
sour (酸味)
salty (塩味)
umami - savory (うま味-グルタミン酸の味)
pucker (渋味)
rich and heavy (濃厚感)
greasy taste (油っこさ)
odd taste (くせ)
taste of chicken (鶏肉の味)
fishy flavor (生臭み)
smoky (薫煙臭)
well balanced taste (調和のとれた)
aftertaste (後味)

かつお昆布だし 4 種について、遊離アミノ酸や核酸成分など味にかかわる全成分とにおい成分を分析した。その解析結果を図 3 に示した⁵⁾⁷⁾¹⁷⁾¹⁸⁾。簡単にいえば、第 1 主成分はうま味の軸とみなすことができ、第 2 主成分は甘味を呈するアミノ酸がプラス方向に位置した。全試料の分析値を図上にプロットしていくと、中国製鶏湯、日本製鶏湯、かつお昆布だしはそれぞれ別々のグループに分かれた。におい成分についても同様であった。しかも日本製鶏湯は、中国製鶏湯より日本のかつお昆布だしの近くに位置し、味の傾向は、かつお節に著量含まれるアミノ酸であるヒスチジンと、同じくかつお節のうま味成分であるイノシン酸に近い位置にあった⁵⁾⁷⁾¹⁸⁾。

以上のように同じ鶏を主とするスープではあるが、日本と中国では味とにおいがやや異なるものを食べていると考えられる。このことこそが日本人と中国人の食生活の違いを反映し、嗜好の違いを示唆している。さらに日本人の好む日本製鶏湯の成分は、日本人が親しんできたかつお昆布だしに近いものであった。つまり中国から鶏湯を受容する際に、そのままの形ではなく、日本のだしであるかつお昆布だしに近い形にアレンジしてきたことを裏付けていると考えられる⁵⁾⁷⁾。

鶏湯は江戸時代後期に異国料理として紹介され、高度経済成長期以降に広く普及するようになった。それから半世紀以上たった今日でもなお、長い歴史のなかで培われてきた日本人の嗜好が、食の受容の過程のなかで大きな役割を果たしていたのである。日本在住の中国人シェフたちが、中国の鶏湯そのままでは全く受け入れられず「日本人が好む鶏湯」の調製に心血を注いできたことと話してくれたことも、昆布やかつお節、煮干しを入れた秘伝のスープを売りにしたラーメン店が流行るのもうなずける現象であろう。

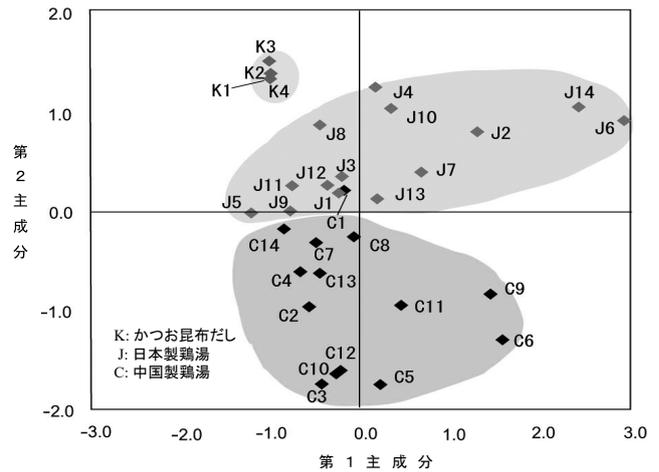


図 3. 呈味成分による主成分分析⁵⁾.

2) だしにみる食文化受容と変容の事例

このように日本における食文化の受容は、外からのものをそのまま受け入れるのではなく、日本人の嗜好に合うようにアレンジして受け入れてきたことが明らかとなった。そこで、実際の受容例として、歴史的に中国との関係が深かった沖縄の dashi と、それとは異なった形で受容されてきた現在の中国におけるかつお節 dashi の事例を紹介したい。

(事例 1) 沖縄におけるかつお節だしと豚だしの混合だし

沖縄は琉球王朝時代、中国との交流が盛んであった。1372年から500年間、琉球王の任命式のために中国皇帝の使者(冊封使)ら数百名が琉球に長期滞在した。その接待のために料理人を中国に派遣し中国料理を修得させた。15世紀にはすでに豚が中国からもたらされており、日本の他地域でみられたような肉食禁忌の習慣もなく、肉食文化が根づいていた⁵⁾。当時長期滞在していた冊封使の嗜好に合わせるために、古来食べられてきた「かつお節だし」と中国の「豚だし」とを混合させて、うま味を重視する中国料理の dashi に近い形で宮廷料理を供するようになった。一方慶長の役以降、1644年から1850年まで薩摩に支配され、江戸市中で食されている日本料理も学ぶようになった。こうして、より洗練されたかつお節だしと豚だしの混合だしが味の要となり琉球料理が成立した¹³⁾。

このように沖縄では、中国と日本との交流の結果、それぞれの国の料理が宮廷に伝えられ、融合し、やがて一般社会に浸透していった歴史を有する。沖縄独特の国際交流が生み出した食文化受容の一例といえよう。

(事例 2) 現在の中国におけるかつお節だし受容の現状

経済のグローバル化が進み、食の広がりや変化も世界的である。かつお節だしの隣国中国での受容の実態を知るために、比較的海産物を食する沿岸地域の上海、杭州、紹興、寧波、舟山を訪ね、風味調味料を中心に市場調査

と一般家庭での使用実態を調査した¹⁹⁾。

味の素(株)は、2002年から中国の風味調味料市場に参入し、2008年からかつお節を原料とした「海鮮素」を加工用、外食用(日本食系レストラン)など業務用を中心に販売している。かつお節製造焙乾工程における徹底した研究により、燻煙臭を若干抑えるなど、中国人の嗜好に合うような味と香りを実現させたものである。

「海鮮素」が一般家庭でどのように使用されているのかを調査するために、杭州市のある家庭を訪問した。中国でも普及しているネット販売で入手した1kg袋入りを使用しており、「海鮮素」を使った家庭料理(筍の炒め煮、黒魚と豆腐のトマトスープ)は、黒魚のような海鮮素材の風味がエンハンスされ、料理全体にコクも加わり美味であった。この家庭の場合は、子息が来日した折に食した日本食が気に入り、家族で「海鮮素」を日常的に使うようになった例である。このように、家族が日本食を味わう機会を持ち、好評であると何らかの形でその家庭に入り込むケースが少なからず出てきているようである。ネット販売の普及とともに、さらにこの種の調味料が家庭に浸透してゆくケースは増え、その広がりも多くは、若者から年配者であろうと推察される¹⁹⁾。ちなみに調査を実施した2011年以降も「海鮮素」は順調に市場を広げているという。

以上2事例より、沖縄では、中国との交易の中で、長期滞在する中国人の嗜好に合わせて、かつお節だしと中国の豚だしの混合だしが琉球料理の基盤を作ってきた。この流れは、長い時間をかけて、当時の琉球王朝から一般家庭に普及していったと考えられる。これに対して現在の中国の場合は、外国企業の進出により、マーケティングリサーチや技術革新の結果、中国人の嗜好と生活スタイルに合わせた形で商品が供給される。受容の流れは主に若者から始まり、ネット販売や昨今の健康志向が後押しする形である。

食の嗜好は主に、長年の食習慣によって形成されると考えられる。食文化の受容と変容は嗜好と深く関わる。かつては人やモノの移動の結果として、食文化も嗜好に合ったかたちに変容していった。これに対して現在は、対象とする相手の嗜好を研究し、これに適った商品が市場を形成しその土地に浸透してゆく。したがって普及の速度も方法も以前とは大きく異なる。グローバル化が加速し、ローカルな食文化が他地域に受容され変容していくケースが増えていくとすれば、受容がその土地の人々の食の嗜好、食習慣や食文化にいかんが即したものであるかが“カギ”であり、これらを尊重した地道な研究の必要性はますます高まるのであろう。

3. 食教育の視点から

かつお節だしが日本人にとって極めて高い嗜好性を有し、食の受容と変容にも深く関わることをみてきた。さらなるグローバル化の中で、食の受容と変容は不可避のものであろう。我々を取り巻く現在の食生活の中に、賢く受け入れ、または変容させていくために今何ができるのであろうか。現在の食生活の在り方を考えるきっかけとなるようなエビデンスを紹介したい。

(1) かつお節だしの風味は、やみつきになる油脂や砂糖に対抗できる

おいしさが凝縮されたかつお節だしの匂いには、油脂や砂糖と同様に、その匂いを覚えてしまうとやみつきになるような強い嗜好性があるといわれる²⁰⁾²¹⁾。つまり、だしが、油脂や砂糖のような高カロリーな食材に対抗できる力を持ち、だし風味が豊かな食は、おいしいという満足感をもたらすだけでなく、油脂や砂糖への偏った嗜好性を和らげることにもつながるといえる。だしの匂いが、幼少期からだしに親しむことの重要性を示してくれているといえよう。

(2) 幼少期からだしの匂いに親しむ環境づくりの重要性

嗅覚は、進化生物学的には味覚と結びつきやすいように準備されており、ヒトや動物は嗅覚を使って味覚イメージを想起してその味覚の受け入れ(あるいは拒否)を決定しているという。好ましい匂いに食欲をそそられ、その味をも想像してしまうということは、日頃私たちも体験していることである。しかし最近の研究から、味覚と嗅覚の結びつきは生得的ではなく、環境の違いによって匂いと味の組み合わせが異なることがわかってきている²²⁾。つまり匂いというものは、食文化の違いに深く根ざしており、この記憶が文化として継承されるのであれば、幼少期からだし文化に親しむことの重要性は極めて大きいといえよう。

4. 終わりに

われわれ日本人は、食文化を受容する際に、外来の食をそのまま受け入れるのではなく、日本人に脈々と受け継がれてきた嗜好に合うように、新しい味と香りをアレンジしてきた。

食の文化は常に変化を遂げ、それを支える伝統は常に創造されるものであるといわれている²³⁾。伝統という語に日本のだしを当てはめてみれば、筆者らがだしの成分値から導き出した日本のかつお昆布だしの味と香りに近づけた日本製鶏湯も、その一例といえよう。かつお節やかつお節だしについては、日本人の嗜好を形成してきた

だけでなく、昨今の研究によりその生理機能も明らかとなり、800年以上継承されてきた和食の基本形の中で、健康にも貢献してきたといえよう。また、本研究を進める中で、国内外のかつお節づくりの現場に赴き強く印象に残ったことは、日本人の自然への感謝の気持ちの強さとモノづくりにかける情熱と執念であった²⁴⁾。

グローバル化の波は、今までとは比較にならないほどの規模と速さである。このような時代だからこそ、私たち一人ひとりが、伝統の中身やその背景を知ることはもとより、これを支えてきた日本人の弛みない努力に誇りをもちたい。その上で、外からの食の影響を危惧するのではなく、外来の食と伝統を融合させ、時代にマッチした形に創造していくことが必要とされているのではないだろうか。そのためには、現代の食生活を眺みながら、変容させてはならないことと変容させるべきことを見極める“眼”を育てることが極めて重要であろうと考えている。

文 献

- 1) 江原絢子. “食文化の領域.” 日本の食文化. 江原絢子, 石川尚子編. アイ・ケイコーポレーション, 2009, 2-3
- 2) 江原絢子. ユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化とその保護と継承. 日本調理科学会誌. 2015, **48**, 320-324
- 3) 文部科学省. “小学校学習指導要領解説 家庭編.” 平成29年6月, http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2017/06/27/1387017_9_2_1.pdf (入手日: 2017.7.14)
- 4) 文部科学省. “中学校学習指導要領解説 技術・家庭編.” 平成29年6月, http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2017/07/04/1387018_9_2.pdf (入手日: 2017.7.14)
- 5) 河野一世. “だしの秘密.” クックリーサイエンス002. 日本調理科学会監修. 建帛社, 2009, 1-176
- 6) 河野一世, 清浦恵理子, 香西みどり, 畑江敬子. 江戸の料理書にみるカツオの食べ方に関する調査研究. 日本調理科学会誌. 2005, **38**, 462-472
- 7) 河野一世. かつお節とかつお節だしに関する調理科学的・食文化的考察. 日本調理科学会誌. 2008, **40**, 2-10
- 8) 河野一世, 清浦恵理子, 香西みどり, 畑江敬子. カツオの食べ方に関する調査研究—モルディブ, スリランカ, 日本を中心にして. 伝統食品の研究. 2004, **28**, 27-39
- 9) 笠岡誠一, 小川真紀子, 中島滋. ヒスタジンと抗肥満. 臨床栄養. 2006, **109**, 307-312
- 10) 坂田利家. 肥満防止と治療における咀嚼の臨床的意義. 日本味と匂学会誌. 2006, **13**, 149-156
- 11) 河野一世. だしに学ぶ 日本人の食嗜好と健康効果. 日本食生活学会誌. 2012, **23**, 131-136
- 12) Kouno, K.; Hirano, S.; Kuboki, H.; Kasai, M.; Hatae, K. Effects of Dried Bonito (*Katsuobushi*) and Captopril, an Angiotensin I-Converting Enzyme Inhibitor, on Rat Isolated Aorta. A Possible Mechanism of Antihypertensive Action. *Bioscience, Biotechnology and Biochemistry*, 2005, **69**, 911-915
- 13) 河野一世, 熊谷美智世, 畑江敬子. 沖縄におけるカツオの食べ方に関する調査研究. 伝統食品の研究. 2012, **39**, 23-33
- 14) 大竹美登利 (著者代表). 技術・家庭 [家庭分野]. 開隆堂, 2016, 99
- 15) 河野一世. “だしのおいしさ.” 生活を科学する. 横川公子・瀬口和義編著. 光生館. 2014, 90
- 16) Kohno, K.; Hayakawa, F.; Wang, X.; Chen, S.; Yokoyama, M.; Kasai, M.; Takeuchi, F.; Hatae, K. Comparative Study on Flavor preference between Japanese and Chinese for Dried Bonito Stock and Chicken Bouillon. *Journal of Food Science*. 2005, **70**, S193-198
- 17) Kono, K. Comparative Study on the Japanese and Chinese Preference for the Chicken Bouillon and Dried Bonito Stock. The 9th Symposium on Chinese Dietary Culture. 2005, 103-127
- 18) 河野一世, 早川文代, 香西みどり, 畑江敬子. 中国製鶏湯, 日本製鶏湯とかつお昆布だしの味およびにおい成分の比較. 日食工会誌. 2005, **52**, 27-33
- 19) Kono, K. Changes in the Dietary Culture between China and Japan Changes in the taste and aroma of bouillon and soup stock as base flavoring of Chinese and Japanese cuisines. The 12th Symposium on Chinese Dietary Culture. 2011, 167-183
- 20) 伏木亨編. “味覚と嗜好.” 食の文化フォーラム24. ドメス出版, 2006, 235-256
- 21) 川崎寛也, 山田章津子, 伏木亨. かつおだし風味の食餌の初期経験が嗜好性に及ぼす影響. 日本調理科学会誌. 2003, **36**, 116-122
- 22) 坂井信之. 食における学習性の共感覚. 日本味と匂学会誌. 2009, **16**, 171-178
- 23) 石毛直道. 石毛直道 食の文化を語る. ドメス出版, 2009, 267-284
- 24) 味の素食の文化センター. 映像記録「かつおだし」日本の味・伝統食品. 2004