

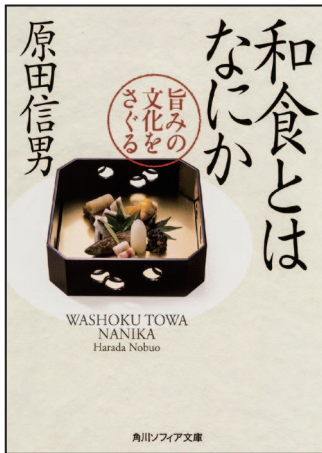
本 棚

後沢 昭範

「和食とはなにか」

原田信男著

株KADOKAWA、平成26年5月発行、251
ページ、800円



和食ブームの到来

いま「和食」がブーム。平成25年暮れ、ユネスコの「無形文化遺産」に登録されて国際的にも注目され、海外一流シェフの賛辞や和食レストランの繁盛記、国際博覧会の日本館大入り等が報道され、貿易統計では、日本からの食材輸出が増えています。

政府の後押しで、27年2月に「一般社団法人和食文化国民会議」が設立され、“和食文化の保護・継承活動”が本格化し、28年3月決定の「第3次食育推進基本計画」

では、“伝統的な食文化の継承に向けた食育”が新たな重点課題になりました。農林水産省の28年度予算でも「和食の保護・継承事業」や「地域食文化魅力再発見食育推進事業」等が計上されています。“いい日本食”ということで、11月24日は「和食の日」です。

和食とは何か

誠に結構なことですが、改めて“和食とは何か”と考えると、具体的な定義は意外に難しいことに気がきます。

祖母の手料理、ご飯・味噌汁・漬物に野菜の煮物と焼魚。あまり縁のない高級料亭の会席料理、滅多に訪れない禅寺の精進料理、テレビで見る古式豊かな包丁式。ポピュラーなところでは外国人に定番の寿司・天ぷら・すき焼。どれも和食らしいのですが、決め手は何なのでしょう。

その疑問にピッタリの1冊があります。「旨みの文化をさぐる」を副題とする本書。〔はじめに…和食とは何か〕と〔おわりに…和食の将来〕に挟まれて〔i 米と魚の文化…和食の源流〕から始まり〔ii 神へのおもてなし…和食の原型〕〔iii 外来の料理…

和食と中国〕〔iv 旨みの食文化…和食の成立〕〔v 旨みの創出…和食を支える工夫〕〔vi 楽しみとしての江戸の料理…和食の発達〕〔vii 新たな料理へ…和食の近代と現代〕までの7章から成ります。

著者は国士舘大学教授で、日本文化論・日本生活文化史を専攻。多数の著書があり、『江戸の料理史』（中公新書）でサントリー学芸賞、『歴史の中の米と肉』（平凡社）で小泉八雲賞を受けておられます。

本書から・和食とは…

著者は言います。「和食の定義は難しい」、「和食とは“日本独特のもので外国にはない料理”という規定が可能かも知れない」、「一般的なイメージとしては、米のご飯に汁と漬物がセットになっていて、これに主菜と二つ程度の副菜が付いて、いわゆる“一汁三菜”が基本となる」、「汁や菜の調味に出汁（だし）を用い、独自の展開を遂げた味噌や醤油で香りや風味を引き立てながら、自然の素材を生かした料理を作り上げたところに和食の最大の特徴がある。しかも、素材を大切にするとところから、生食が発達し、料理そのものに必要以上に手を加えないという工夫がなされている」と。

また、歴史的に肉食を排除して来たので“中心的な菜は魚介類であったこと”、四季があり、様々な野菜等が用いられるところから“旬（しゅん）が重要視されること”、結果として“油を多用しない、低カロリーの健康食になっていること”等も大きな特徴とされます。精神的な特色として“もて

なしのこころ”が挙げられています。

歴史の中から生まれた和食文化

こうした和食のイメージと特色は、長い歴史の中で作り上げられて来たものです。それだけに、和食を理解するには、源流を遡り、日本という国の地理的条件、成り立ちから始まって、国の姿や文化の変遷を理解し、その中で営まれ、発展して来た“食文化の姿”として捉える必要があります。

ここで研究者を悩ますのは、史料が極めて少ないことです。食の世界には“階層性”、要は身分や貧富の差が付いて回ります。庶民の食事と高度な様式を伴う頂点的な料理の間には大きな落差があり、個人でも、日常の食事とハレの料理とでは大分違うでしょう。庶民の日常茶飯までは記録されません。古文書等に残るのは、後者に属するものです。それでも、同じ国、同じ時代であれば、両者に通底するものはあり、また、時代とともに、その差は縮まって来ます。

料理様式の歴史を追うと、神饌料理、大饗料理、精進料理、本膳料理、懐石料理、会席料理の順で6様式が登場します。著者は、これらの変遷を手掛かりに、“和食とは何か”を浮き彫りにして行きます。

米の文化と麦の文化

著者は、まず和食の源流として、麦と対比させながら“米の文化”を取り上げ、そこから本論に入ります。改めて両文化を見ると、その違いと、その必然性は歴然としています。

冷涼乾燥で、畑と草原が広がれば、麦作と牛・羊の牧畜が結び付き、麦文化は粉食の麦とミルク・肉の組み合わせとなります。一方、温暖湿潤で、豊富な水と水田が広がれば、稲作と漁労、雑食の豚が結びつき、米文化は粒食の米と魚をベースに豚肉が加わります。調味料も、麦文化では、バター・チーズ・クリーム等の乳製品やスープストック、対して米文化では、発酵調味料の魚醤や穀醤です。菓子なら、小麦粉とバター・砂糖、対して米粉と餡・砂糖と来ます。

大括りで見ても、麦文化と米文化とでは、異質とも言える大きな違いがあります。更に、その米文化の中で、日本の「和食」という、特異な食文化を、古文書等にある“様式料理の変遷”から探って行きます。

様式料理の変遷

i.最も古い料理様式は神社に伝わる「神饌料理」とされ、和食の原型を垣間見ることが出来ます。神への“おもてなし”のために、米・野菜・魚等を美しく盛り付けて捧げ、その後、直来（なおり）として食べることで“神人共食”が成立し、願いが通じるとされます。なお、古来の神饌は、神と人が食べることから、蒸物（むしもの）・茹物（ゆでもの）・和物（あえもの）等の調理された熟饌（じゅくせん）でしたが、明治時代に国家神道として祭式が整備される際、生饌（せいせん）に改められ、今日に到っているとのこと。

ii.平安時代に「大饗料理」が登場します。高級貴族が催す特別な大宴会で、大きな

テーブルにずらり着席した貴族達の前に、それぞれ1人分の料理が置かれます。料理と言っても、酢で締めた生物（なまもの）や干物、時に蒸物や茹物を小さく切って皿に並べたものです。飯の横の手塩（てしお）皿（さら）に塩・酢・醬をお好みで調合し、つけて食べます。箸（はし）と匙（さじ）を使います。ある正月大饗の記録では、ランクによって違いますが、最上位の席には20種類以上も並んだそうです。皿数は常に偶数で、中国の影響を受けています。

iii.鎌倉時代になると調理技術が格段に進歩し、禅宗寺院で発達した「精進料理」が登場します。肉食禁忌の下で、植物性食品を動物性食品に似せる工夫が凝らされ、大豆（豆腐等）や胡麻が多用されます。これまでと違い、食材や食品はしっかりと味付けされています。ここを境に、日本の料理史は大きく展開します。なお、日常の、鎌倉武士の食生活はとても質素です。

iv.室町時代になると、武士の儀式料理として「本膳料理」が登場します。奇数の皿を並べた膳が一献（こん）、二献…十献…と次々に出され、能を觀賞しながら、料理を摘まみ、酒を飲み、宴は夕方から翌朝まで延々と続きます。本膳料理は、出汁（だし）の発達と包丁流派の成立を招きました。昆布出汁は精進料理にもありましたが、更に鰹節が考案され、その出汁も使います。また、日本の料理文化の特色の一つは“切る技術”です。鋭い包丁で切る儀式をベースに、武家の包丁流派が成立します。室町時代は、茶道、華道、香道、畳、書院造り

等々、今で言う日本の伝統文化が成立しました。

v. 戦国時代には、茶の湯と結びついて「懐石料理」が生まれます。本膳料理では、前以て作り置きし、当日は冷めたものが多かったのですが、懐石料理では温かい料理を出します。茶の湯では“一期一会”の思想があり、人との出会いを大切にします。茶を飲む前に頂く懐石料理には、旬の最高の素材を用いることが約束事です。器も含めて見た目も美しく、茶室のしつらえにも心を配り、簡素で少量ですが、美味しいものを美味しいうちに出します。“もてなし”の思想を高度に集約させ、料理の最高の演出をするのが懐石料理です。“一汁三菜”の基本型が出来、和食が完成を見ます。

vi. 江戸時代に入ると、和食は社会的に大きく広がります。“料理屋が発達”し、お金さえ払えば、誰でもいつでも自由に食べられるようになりました。それが「会席料理」です。懐石料理のお茶が酒に替わり、もっと気楽な雰囲気になったものとも言えます。会席と即席があり、会席は予約、即席はその場で選ぶ本日のメニューです。

また、料理本の出版により、それまでは秘事口伝だった料理の知識と技術がオープンになりました。「豆腐百珍」や「大根百珍」等、遊びとして料理を楽しみます。大食いや大酒飲みの会も開かれ、物見高い江戸っ子の評判を呼びます。

更に、家内工業的ですが、各地で、素封家による味噌・醤油等の“発酵調味料の大量生産”が行われるようになり、一層身近

なものとなりました。江戸時代は“楽しみとしての和食文化が庶民にまで広がった”時代です。

進化する和食

実は、「和食」や「日本料理」なる言葉は、欧米文化の流入に対応して作られた、明治維新後の造語です。では、“それ以前の食事スタイルが和食か”となると、そう単純ではありません。明治以降、日本流のカレーライス、ラーメン、カツ丼等々、ルーツは別として、日本にしかない料理が生まれ、普及しています。多分、これらも和食ということになるでしょう。「和食」は時代とともに変化しており、これからも変化し、多様化して行くでしょう。考えてみれば、寿司、天麩羅、すき焼き等も、過去に同様の経過を辿って、日本的な工夫が加えられ、和食の代表格になったものです。

読み進むにつれ、時代を追って、「和食」なるものの輪郭と、通底するものが徐々に浮かび上がって来ます。日本という国の風土…歴史…文化…食…と、時には鳥瞰図の様に広がり、時には絵巻物の様につながって、引き込まれる1冊です。

資料箱

「和食：日本の伝統的な食文化…ユネスコ無形文化遺産」農林水産省HP、平成25年12月発表

暫く前になりますが、2013年12月、ユネスコの「無形文化遺産」に「和食」が登録され、明るいニュースとして報道された

ことは、ご記憶にあると思います。この頃から「和食」ブームが本格化しました。

無形文化遺産とは

「無形文化遺産」とは、“芸能や伝統工芸等、形のない文化であって、土地の歴史や生活風習等と直接関わっているもの”とされます。ユネスコの「無形文化遺産保護条約（2003年）」では、“これらを保護し、相互に尊重する機運を高める”ために「登録制度」を設けています。締約国からの提案を受けて、審査の上、政府間委員会で採否を決定し、「人類の無形文化遺産の代表的な一覧表（代表一覧表）」に登録される仕組みです。

2016年1月現在、336件が登録されており、日本からは、能楽・人形浄瑠璃文楽・歌舞伎・雅楽等の〔芸能〕、結城紬・和紙等の〔伝統工芸技術〕、日立風流物・京都祇園祭の山鉾行事等の〔社会的慣習・祭礼行事〕など22件があります。

また、特に、食に関するものとしては、フランスの美食術（フランス）、メキシコの伝統料理（メキシコ）、地中海料理（スペイン等）、ケシケキの伝統（トルコ）、キムジャン：キムチの製造と分配（韓国）、トルココーヒーの文化と伝統（トルコ）、そして和食（日本）等があります。

なお、「無形文化遺産」に対して「有形文化遺産」がありますが、こちらは、同じくユネスコの「世界遺産条約（1972年）」に基づくものです。「世界遺産制度」として運営されており、「文化遺産」、「自然遺

産」、「複合遺産」等があります。

日本からの提案内容は

さて、日本提案の正式名称は「WASHOKU; Traditional Dietary Cultures of the Japanese—notably for the celebration of New Year—」、原語名称は「和食；日本の伝統的な食文化—正月を例として—」です。つまり、「和食」を“自然の尊重という日本人の精神を体現した、食に関する社会的慣習”として提案しています。

そのポイントとして“i 新鮮で多様な食材とその持ち味の尊重、ii 栄養バランスに優れた健康的な食生活、iii 自然の美しさや季節の移ろいを表現した盛りつけ、iv 正月行事などの年中行事との密接な関わり”の4点を挙げています。

ユネスコの政府間委員会では日本からの「和食の提案」を以下の様に理解し、代表一覧表への登録を決定しました。以下は「委員会決議文」（文化庁仮訳）の一部です。

「『和食』は、食の生産、加工、調理や消費に関する技能、知識、伝統に基づく社会的慣習である。それは、自然資源の持続的な利用と密接に関わる自然の尊重という根本的な精神に関連している。和食に関する基礎的な知識と社会的・文化的特色は、正月行事にその一典型を見ることができる。日本人は、新年の神々を迎えるため、餅つきをし、また、縁起ものとしての象徴的な意味を持つ、新鮮な素材を使い、美しく盛りつけられた特別な料理を準備する。これらの料理は、特別な器に盛られ、家族やコ

コミュニティが集って食される。地域で採れる米、魚、野菜、山菜等といった自然の食材がよく用いられる社会的慣習である。家庭料理における適切な味付けその他の「和食」に関する基本的な知識や技術は、家庭で家族が食事を共にする中で伝えられるものである。また、草の根グループや学校の教員、料理のインストラクターも、フォーマル及びノンフォーマルな教育や実践を通じ、知識及び技術の伝承を担っている。

格調の高い決議文を読むと、改めて、日本の伝統的な慣習であり、文化である「和食」について考えさせられます。

審査経緯、登録内容等の詳細は、以下のアドレスからご覧下さい。農林水産省の公式サイトです。登録後に作られたパンフレット『和食』、『WASHOKU』も掲載されています。

<http://www.maff.go.jp/j/press/kanbo/kihyo02/pdf/131205-03.pdf>

資料箱

「(一社) 和食文化国民会議の設立と活動」
和食文化国民会議HP 平成27年2月設立

設立の経緯と目的

「和食：日本の伝統的な食文化」のユネスコ無形文化遺産登録を受け、和食文化の次世代への継承に向けた国民的な機運を醸成して行くことが、それまで以上に重要になりました。このため、ユネスコへの申請時点に活動した「和食文化の保護・継承国民会議」を発展的に解散し、“将来に亘っ

て安定的・継続的に和食文化の保護・継承活動を展開して行く組織”として、平成27年2月に一般社団法人が設立され、同年4月から「(一社) 和食文化国民会議」(略称：和食会議)として活動しています。

会長は静岡文化芸術大学学長の熊倉功夫氏で、会員は正会員・賛助会員・賛同会員から成ります。入会は、会議の趣旨に賛同する法人、団体、個人いずれもOKで、具体的には、生産者、食品メーカー・フードサービス・観光業等の企業、地域の郷土料理保存会や食育団体、NPO、料理学校、学会・研究者等の食に関わる団体、地方自治体、個人等、幅広い構成となっています。仮事務所は都内台東区東上野です。

「和食会議」は“伝えよう、「和食」文化を！”をスローガンに、日本食文化の保護・継承とその魅力の発信を行っています。主な活動は以下の様です。

- ①和食の普及啓発事業
- ②和食の「技・知恵」の発信事業
- ③和食活性化推進事業
- ④和食の調査・研究並びに情報発信事業
- ⑤和食の保護・継承に関する諸活動のモニタリング事業

公式ロゴマークの設定、ホームページのアップ、メールマガジンの配信をはじめ、各種の広報活動を行っています。詳しくは「和食会議」の公式サイトをご覧下さい。具体的な活動内容や、全国各地で催される〔和食に関連する各種イベント〕等をご覧になれます。

[http://washokujapan.jp/_](http://washokujapan.jp/)