

## 研究論文

## 「食生活論」の変遷

## その現状と問題

中 矢 雅 明・清 水 千 晶・荒 井 三津子

Changing Approaches toward *Shoku-seikatsu* or “Eating Habits”

The Current State and Problems

NAKAYA Masaaki, SHIMIZU Chiaki and ARAI Mitsuko

## I. 緒言 問題の所在

「近代化」の神話に見る「食生活」という  
偶像

栄養士と管理栄養士の養成施設では「食生活論」あるいは「〇〇と食生活」という授業が行なわれており、同名の教科書も多数出版されている。これは、1986年、栄養士法施行規則の一部が改正されたことに伴い、1987年から栄養士および管理栄養士の養成課程に「食生活論」が加えられたためである。養成課程の「食生活論」では、食生態、食文化、食品、栄養、調理に関する知識を「食生活」として総合的にとらえるほか、栄養士・管理栄養士の役割や重要性を学生に理解させることも求められた。しかし各施設で実施されている食生活論の授業や出版されている多くのテキストの内容は、講義者や執筆者の専門領域に偏る傾向があり、同じタイトル

でも学生が学ぶ内容に大きな差が生じている。食生活論の位置付けと方向性、および内容はいまだに明確になっていない。

その理由を考える前にまずわが国の戦後から現在までの食事情を概観する。マッカーサーが「貧しい日本人の食卓を、パンと肉とミルクの豊かな食卓に変えるためにやってきた」と述べて以来、日本の食の近代化は欧米化を意味してきた。1949年にはユニセフの供給物資による学校給食でパンと牛乳が日常生活に登場し、1956年にはキッチンカーによる油を使った料理の実習指導が僻地にまで行なわれ話題になった。1960年の「国民生活白書」は日本の食生活が欧米諸国に比べ劣っていることを明言し、洋風化すべきである旨を強調している<sup>1)</sup>。わが国の「食のベクトル」は確実に欧米を向いて進んだ。ところが1980年以降、その欧米化に警鐘が鳴り始めたのである。

食についての関心は近年、食料問題や健康管理を中心に世界各国で高まっている。1975年のノルウェーの「国会への報告・32号 ノルウェーの栄養・食料政策」と、アメリカ上院が1977年に採択した「アメリカの食事目標」はその代表的なものである。体系的な食料・栄養政策を基礎にした国民の健康に直接役立つ食習慣の定着や食事改善を目標にした具体的な提案は国内外で高く評価された。第二次世界大戦直後から高度経済成長期にかけて、一貫して「食生活の近代化」をめざし、高カロリー、高エネルギーの摂取と、たんぱく質の質の向上を目標としてきたわが国に与えた影響も少なくなかった。農政審議会が1980年から、「日本型食生活」の推奨を強調しはじめたことは安達(1984)も指摘している<sup>2)</sup>。我々が目指してきたのは果たして本当に「近代化」だったのだろうか。一転して「日本型食生活」が語られるようになった背景には何があったのだろうか。

中嶋(1983)は、「日本型食生活」が農政審議会答申以降注目を集め、熱心に論じられるようになったことを受け、その問題点や今後について広い視野で検討している<sup>3)</sup>。「日本型」の意味や問題点を議論することは本稿の目的ではないが、このころから「食生活」という言葉を頻繁に耳にするようになったことに注目したい。ノルウェーの報告書では「栄養」「食料政策」、アメリカの報告書では「食事目標」という具体的な訳語が使われたにもかかわらず、日本では「食生活」という熟語が多岐にわたって使用されるようになったのはなぜなのか。「食生活」とは食の何を意味するのだろうか。食事という行為か、栄養・健康の状態か、食料事情か政策か。あるいはそれら「すべて」だということか。「食」という単語と「生活」を結び付けた「食生活」は「偶像」ではなかったのか。

栄養士・管理栄養士の養成施設における授業内容や教科書に一貫性が見られない背景には、

このような「食生活」ということばが包括する意味・内容の広さと曖昧さがあるのではないだろうか。

本稿では「食生活」がその定義や意味・内容の吟味がなされぬまま濫用されている事実を指摘し、現在示されているいくつかの定義をまず確認する。そしてどのように論じられ、教育現場で模索されてきたかを調査し考察する。その過程で、1987年以降栄養士・管理栄養士養成課程で義務づけられるようになった「食生活論」の授業内容の問題点を明確にし、新しい時代に求められる新分野としての「食生活論」の内容を具体的に検討する。

## Ⅱ．方 法

1. 「食生活」という語の一般化の時期と背景および定義を確認するために衣食住に関する事典や専門書、テキストにその起源を探した。
2. 新カリキュラムに食生活論が加えられた背景を知るため、カリキュラム選定に関与した専門家の書物や関連文献にあたり、当初の目的と問題点を確認した。
3. 食生活論の教科書7冊の目次を検討した(資料1)。また、執筆者等が論じている「食生活」の定義の箇所を熟読し図式化することを試み、比較検討した。
4. 「食生活論」のシラバスを入手した大学と短期大学6校の内容を比較検討した。
5. 本学の「栄養と食生活」の講義で扱っている項目を10に分け、さらにそれぞれに具体的な項目を数種類提示し(資料2)、学生に興味のあるものを選択させ、学生の関心事と興味対象を調査した。
6. 本学1年生166名を対象に「食生活論」の授業に期待するものを記述させ、分類と分析を試みた。提出させたレポートのうち7名の文章の抜粋を資料として添付した(資料3)。

### Ⅲ．結 果

#### Ⅲ－１．「食生活」という熟語はいつ生まれたか

宮本（1953）は「近代の飲食と生活」で明治以降の庶民の生活の変化を述べている。このタイトルに見るように「飲食」と「生活」はもとより分けて考えられてきた<sup>4)</sup>。では「食」と「生活」を合体させた「食生活」という熟語はいつごろから使われているのだろうか。飲食事典（昭和33年）には次のように記載されている。「衣食住が人類の三要素とは早く説かれてきたが、そのうちの1つを取り上げて『食生活』の熟語が一般に普及したのは太平洋戦争の終結後である。戦時中強調された『国民食』の文字が庶民に一種の圧迫感を与えたのに対し、戦前から対立感のあった『食養』と『栄養』との両説は、とにかく不健康者もしくは疾患者を対象とする医学者間の議論に偏して、現在健康に活動している大多数の庶民生活とは縁遠い言説に過ぎないとの印象から、直接庶民の実生活に寄与すべき表現の提唱を必要とする意味で、いわば専門的学説以前の平易な日常語として選ばれたのが、いつのほどからか熟語として通用するようになったので、他の『衣生活』または『住生活』の語がまだ行なわれない間に、三要素のうち最も大切とされる食生活が、まず国民の関心を集めた…以下略<sup>5)</sup>要するに「国民食」、「食養」、「栄養」に代わる平易な熟語として「食生活」が広く通用するようになったというのである。「衣生活」、「住生活」より早く国民の関心を集めた理由として同事典の「食」の項には「衣食住の三要素は一を欠いても成り立たないのだから、いずれを軽しとすべくもないことはいうまでもないが、衣・住の比較的耐久性を有するのに対し、その日、その日の補給を必要とするところから、いわゆる「生命の糧」として、まず食に感心されるところが強くかつ深い。」<sup>6)</sup>と

ある。

では食生活という言葉は戦前使われなかったのか。大正時代にも多くの食に関する研究会が報告されている。大正9年の文部省主催の「生活改善同盟食研究会」、同年農科大学教授稲垣乙丙が主催した「大日本糧食研究会」などがその代表的なものだが、管見によればその時代に「食生活」という言葉は見られない。「生活改善」や「糧食」が「食生活」に変わるプロセスを明らかにする作業が急がれる。

#### Ⅲ－２．「食生活」の定義

本稿では7編の教科書と論文中に見られた「食生活とはなにか」ということについての説明や解釈を執筆者の意図を汲み取って簡単な図式で表現し、比較検討することを試みた。

川添（1999）は「生活学事典」で「食生活の語は、住生活、衣生活などととも広く用いられているが、住居で営まれるすべてをさしている住生活に対して、食生活は具体的にどのような内容を意味しているのかは必ずしも明瞭ではない。そのため、食生活というものはなく、生活における食行動とか、食文化とよぶべきだ、という意見もある。しかし、衣生活が単に衣服を着た生活というだけではなく、裁縫や洗濯など、生活に関わる衣のすべてを意味するように、食生活の語は、生活に関わる食のすべてを意味する、より包括的な概念であろう。それは食に関わるすべてを生活の場からとらえることでもある。」と論じている<sup>7)</sup>。

「生活に関する食のすべて」というとらえ方は図1-①のように「生活」を衣食住に大別するなら「食生活」をその1つとして捉える視点ではないか。川添が上記文末に記した「食にかかわるすべてを生活の場からとらえる」という表現は図1-②に示したように、多々ある食にまつわる事象を「生活」という視点から捉える手法で図1-①とは明らかに異なる。川添の言

説は2つの視点を併せ持っている。

中嶋は(1983)「『日本型食生活論』の視覚」で「食生活の全体像を捉えることは非常な困難を伴わざるを得ない。その理由として食品やその調理・加工の状態のみならず、食事のあり方や食具などを含む、きわめて広い領域が分析対象とされる。」<sup>3)</sup>と、その領域の広さと取り組みの困難さを指摘している。

大塚(1987)は「栄養士養成課程のカリキュラムにおける食生活論の展開」で「食生活は決して独立したものではなく、衣や住を含む日常生活や社会の動きと密接に関連しつつ展開する。…中略…食生活とは『生活の中の飲食に関する部分』と一応定義される」<sup>8)</sup>としている。しかし大塚は、食生活について川添と同様に、2つの異なる視点を示している。「食生活は日常生活と社会の動きと密接に関係がある」ということは、図2-①に示したように食生活と日常生活を別のものとしてとらえ、距離を置いた見方である。また、同文中の「生活の中の飲食の部分」という表現は図2-①と全く異なる見方で、人間の様々な生活の行為の1つとして「飲むこと」や「食べること」を捉えている(図2-②)。

林(1987)は「食生活論考」で「『食生活』という言葉は多くの人々に用いられ、日用語となっている。その定義は明確ではない」としながらも、「端的に言えば『人間の食の営み』である。換言すれば、『食生活とは人間生活における食物摂取に関すること、すなわち食品の種類・量・安全性の確保、調理による食物化の技術、および食物摂取における生理的・心理的効果を含めた生活とのかかわり』と考えられる。」<sup>9)</sup>と説明している。そしてこれには栄養素やエネルギーの充足やバランス、食事をめぐる豊かさや貧しさも含まれることを強調している。林(1987)は「食生活論」で「『人間の食の営み』とは人間生活において食品を購入して調理し、

食物を摂取するという一連の行為の総称である。これに連なるいろいろな側面が存在する。」<sup>10)</sup>と述べ、個人の食生活にかかわる3つの側面として①生理的・栄養的側面 ②経済的側面 ③文化的・社会的側面をあげ、食生活の成りたちとして、食料の供給側と消費側をあげている。さらに食生活の目的として①栄養素の適性摂取(健康)、②嗜好性を与える(食欲)、③精神的安定感(豊かさ、楽しさ)をあげている。これらをまとめて図式化すると図3-①から③のようになる。また林は食生活論についてさまざまな方向から検討し、その全体像をとらえて、図4を描き、その範囲の広さを示している。

加藤は(1970)「家政経済学体型化のための試論第一報—食生活論(その1)」で「食生活は、人間の生活と共に、長い間極めて密接な関係をもって今日まで続いてきた。…中略…そもそも食生活は、国土の自然条件、文化形成の諸条件、民族性による嗜好などを基盤として、長い間に多くの同化作用を経て、今日に至ったものである…以下略」と述べている<sup>11)</sup>。加藤は明らかに日常生活と食生活を切り離してとらえている(図5)。

美土路(1982)は、「食生活論試論」で「食生活は…中略…第一の基層に民族的、人種の生存域(あるいは生活域)の自然条件、自然生態系をおき、その上に第二の層として、地域農業生態系を重ね、そこから獲得した食材の加工調理過程(第三層)と喫食過程を経て現実の民族的・地域的食生活様式が形成される。」<sup>12)</sup>と論じている。美土路は食に直接関連する、あるいは連想させる事象ではなく、広く人種や民俗、生態系、自然環境に着目して食をとりまく諸条件の複雑さと広域さを強調した(表1)。

### Ⅲ-3. 管理栄養士課程の食生活論

林は「食生活論」<sup>10)</sup>のはしがきで次のように述べている。「1987年度より実施される栄養士・管理栄養士課程のカリキュラム改正に際し、栄養士または管理栄養士に関する心がまえ・役割や歴史などを養成施設入学後の最初の学期に教えることが提唱された。それとともに、食品栄養に関する専門科目の導入として概論を授けるべきであるという指摘があった。また、今回の改正で、従来からの内容とくわく問題があった公衆栄養が、栄養行政を中心とするものに整理されたことから、公衆栄養で扱われていた食生態学、食文化、食生活史などが、はみ出したので、これも『食生活論』に含めることになった。したがって、栄養士・管理栄養士養成課程における『食生活論』は『栄養士論』と、食生態学、食文化、食生活史を含めた食物栄養概論である『食生活論』を合わせたものである。」新カリキュラムの「食生活論」をまとめると図6のようになる。

林の「食生活論」は第1編が食生活論で食生活の概念、食生活と文化、日本における食文化の形成、食の心理、食品とその食物化（加工・調理）、食の生理と代謝、食生活と栄養、食生活と環境、食料の供給と消費、食生活と健康の10章で成り立ち、全112ページ中91ページを占めている。第2編の栄養士論は後ろ16ページと少ないが、自身が提案している新しい食生活論に沿う内容である。

こうして生まれた「食生活論」を受けて、池尻（1990）は食生活論のテキストについて「目次で見ると至極正当的であるようだが、内容では栄養論が目立っている。食生活の概念が栄養論ばかりで、全く食生活が欠落しているものもある。」と指摘している<sup>13)</sup>。池尻はその理由について、全栄協の案が「食物栄養概論」として提案したものが適当な言葉がないため、最終的に食生活論になったからだと述べ、食生活

論において「食生活」を論ずる企画は最初からなかったと指摘している。したがってこの状態であれば「正直いって、これでは栄養学漬けになり、食生活知らずの『栄養学栄養士』を養成しているのではないか。栄養士は栄養学を指導するのではなく、食事を指導し、食生活改善を行なうという認識がうまれてくるはずがないではないか...以下略」と危惧している。この池尻の指摘や危惧を踏まえて、次の項で現在出版されている教科書の内容を確認したい。

### Ⅲ-4. 食生活論の教科書の内容

1986年～1988年に出版されたテキスト12冊と1990年出版の1冊（Ⅰ～ⅩⅢ）の目次の項目を調査した（資料1）。各目次にはさらに小見出しがあるものもあるが、本稿では執筆者が何を主要タイトルとして選択したかに着目し、小見出しはとりあげなかった。表2は2冊以上で見られた語を示している。食文化と食生活史（歴史・変遷を含む）が最も多く取上げられていることがわかる。表3は「食」が意味する内容を確認するため、「食の」に続く言葉を各目次から抽出した。「食」と「食生活」の使用状況を比較するために「食生活の」に続く言葉も抽出して表4に示した。表3、4ともに「食」「食生活」の次ぎに続く言葉から、それぞれが意味する内容を推測した。△印は何を意味しているか推察できなかった。「食生活」のほとんどが不明確だった。「食の」と「食生活の」につづく言葉には共通の意味をもつものが見られ、区別が不明瞭であることも意味している。領域の不明確さは、「農業と経済」の1984年1月号<sup>17)</sup>は「明日の食生活を展望する」という特集を分析した結果からもうかがえる。特集の見出しから「食生活の」を含む語を取り出した（表5）。しかし内容を読むと、すべて他の言葉で置き換えられることがわかった。これは表3と4の結果と重なる。

### Ⅲ-5. 食生活論の講義内容

後藤(1992)は尚絅女学院短期大学の食物栄養専攻の学生を対象に行なった食生活論について次のように述べている。「食生活の概観を明らかにした上で、その歴史と現状、特に学生の育った20年間の食生活の変遷、食べ方と食文化、食生活の環境として世界の食料生産と日本の食料需給の問題、食生活の社会化傾向、食の安全性、食生活と健康のかかわり、そしてどのように食べるのかなど、今後の食生活へとつないでいる。」<sup>14)</sup>

後藤は具体的な指導法として食生活の概念の説明のあと、足立(1987)の「食事スケッチ法」<sup>15)</sup>に基づき当日の朝食の状況をその場面がわかるように描かせ、朝食のイメージ、現在の自分の食生活について短い文章で表現させている。さらに次の授業までに一日分の生活記録とともに食事内容をスケッチさせ、何をどのくらい食べたかばかりでなく、誰とどのようにして食べたか、その日は特別な日かどうか、その一日の食事は満足できるものだったかどうかなどを記載させている。

滋賀女子短期大学の榎(1990)は食生活論の内容を具体的に次の①～⑦のように示している。

- ①食生活史と食文化。
- ②あなたは何をどれだけ食べればよいか。
- ③わたしたちは何をどれだけ食べているか。
- ④あなたの食生活は理想的に営まれているか。
- ⑤「私の食生活状況、現状と問題点」(レポート)
- ⑥その膨大な情報から何を得心か。
- ⑦自立した食生活のための7日間献立集。

榎は使用する参考書として、学生が小学校5～6年生の時使用した家庭科の教科書と中学校の技術・家庭、高等学校の家庭一般の教科書、滋賀女子短期大学で履修した食物系科目の教科

書とノート、食品成分表を使用し、学生が講読している新聞の食関連記事のスクラップ製作も学生に提案している<sup>16)</sup>。

栄養士・管理栄養士養成施設である短期大学および大学の食生活論のシラバスを何校かインターネットで見た結果、多くは前項であげた教科書の内容とほぼ重なっていた。鈴峯女子短期大学の授業計画は①食生活の概念 ②食教育 ③食生活と文化 ④食の心理 ⑤食生活と環境 ⑥食生活と健康 ⑦その他の話題、共立女子短期大学は①食物摂取行動の進化と人間の食行動の特徴 ②食習慣の形成と食環境 ③食生活の基本構造 ④伝統的食文化と現代の食生活 ⑤食生活のデザインとコーディネーションをあげている。

栄養士・管理栄養士養成目的以外の大学でも食生活論の講義が行なわれている。京都教育大学家政科の食生活論の授業計画には、①受講者のレベルチェック ②日本人の食生活 ③成長・加齢と食生活 ④食における生活習慣と疾病 ⑤ガン・脳卒中・心臓病と食生活 ⑥飲酒・医薬品と食事 ⑦食糧需要事情と食生活 ⑧世界の食生活 ⑨健康長寿志向食の国際比較、北海道教育大学の家政科では①食生活と食文化、食環境について ②食生活と食品・食品成分の理解 ③食生活の生活課題とその解明の3項目があった。

### Ⅲ-6. 学生が望む食生活論

表6は本学健康栄養学科1年の学生を対象に行なったアンケート(資料2)の結果である。本稿筆者の一人である荒井が行なっている「栄養と食生活」で取り上げている授業内容10項目のうち、関心のあるもの3つを選ばせ、図7に示した。その結果、1位がBody(栄養・健康・長寿・成長)、2位がFoodⅡ(食材・食品・調理・メニュー)、3位がCommunication(家族・友達・仲間)だった。

表6は10項目それぞれに含まれるキーワード合計41個(資料2)から興味のあるものを10個選択させた結果である。栄養と健康についての関心度は、それぞれ104名、101名と高かった。調理、食材、料理、メニューが同数の60名だったが、マナーが77名、色彩学が66名、インテリアが65名とそれを上回った。音楽も59名と多くの関心を集めていることがわかった。

また、本学健康栄養学科1年の学生159名に「栄養と食生活」の授業中、「食生活論とはどんな勉強をする分野だと思うか。授業に何を期待するか」というレポートを書かせた。彼等は「フードコーディネーター論」と「施設環境と食空間」をすでに受講しており、このレポートを書かせる前に「栄養と食生活」の授業も4回受講している。したがって学生は食空間や食環境、フードコーディネーターについての知識や関心は少なからず持っている。

レポートは学生の思い通り書かせたため、文章力、表現力に大きな差があり、現役学生の食生活論の捉え方を定量的に整理・分類することは不可能であったが、目立って多く使われている用語や、食の場면을形容する表現に注目してまとめた(表7)。本稿は今後どのような授業を展開するかを模索することも課題としている。したがって学生の率直な意見は貴重な資料であると考え、主張のはっきりした7名のレポートの抜粋を文末に添えた(資料3)。

## Ⅳ．考 察

### Ⅳ-1. 「近代化」神話が生んだ「食生活」

#### Ⅳ-1-1. 市民権を得た「栄養」

「食生活」が一般化する以前は「糧食」、「国民食」、「食養」、「栄養」など、さまざまな言葉が「食べる」事象に用いられていた。その中で栄養だけが現在も使用されており、さらに「食生活」が加わった。その背景には何があったの

だろうか。「国民食」という言葉からは豊富な食材や食卓、健康な人々の姿は浮かばない。「国民」と「食」が結び付いた時、戦時下の苦しい食糧事情が連想されて圧迫感が生じたからであろう。「食養」もまた、不健康者や疾病者をイメージさせる。飲食事典には「栄養」も「食養」と同様に「現在健康に活動している多数の庶民には縁遠い」とあるが、その指摘に反して「栄養」は定着した。昭和20年4月、栄養士規則が規定され、22年には栄養士法として公布されている。「栄養」は食の場面で市民権を得たのである。その理由として日本人特有の「文字と音に依存する印象」があるのではないか。「栄華」「荣光」「榮譽」「光荣」など、「栄」を含む熟語は好ましい状況で用いられてきた。したがって「栄養」が栄養士の名称としてだけでなく、広く受け入れられたのも理解に難しくない。

同じ視点で「食生活」という言葉の一般化の理由をつぎに考える。

### Ⅳ-1-2. 「生活」への憧憬

「食生活論」の変遷をたどるために「食生活」という言葉の誕生と背景をたどった。その過程で「食生活」が「衣生活」や「住生活」より格段に使用頻度が高い理由として、耐久性のある「衣」と「住」とは異なり、日々補充しなければならないからだという見方に触れた。しかしそれだけではなく、「栄養」が定着したように「食生活」という「文字」と「響き」の効果も大きかったのではないだろうか。戦後、生活全般の近代化が勧められた時、食の場面もいち早くアメリカの援助を受け、急激な変化を見せた。昭和34年、現天皇御成婚の際、テレビの普及台数は急増し、それ以降アメリカのホームドラマや欧米社会の映画等は多くの日本人の憧れとなった。台所の電気製品、ダイニングテーブル、食器、装飾、料理、ナイフ、フォーク...、何もかもが珍しく新鮮に見えたはずである。その憧

れは個々の「アメリカ製品」に対してではなく、「アメリカの生活」への憧れであったことは間違いない。「生活」はひとつの事象を表わすのではなく、パッチワークやパズルのようにいくつもの要素が集まり関わりあって成り立っている。その全体像に我々は憧れたのではなかったか。「生きる」ことで精一杯だった日本人にとって「生活」という言葉には幅と奥行きが感じられたのかもしれない。「衣」と「住」と最低限の「食」を確保した日本人はつぎに、ホームドラマのステージである「キッチン」と「欧米の食の場面」を求めたのであろう。昭和30年、経済白書が「もはや戦後ではない」と宣言したことも追い風になった。多くの日本人が「食生活」という言葉の延長線上に欧米化したライフスタイルを連想したのではないだろうか。

「生きる」から「生活」への変化はまさに近代化のプロセスであった。「食生活」はそのプロセスの中で定着した。換言すれば西欧化が生み育てた言葉なのかもしれない。このことを後付けするために戦後の日米の映画やドラマの食風景の分析を今後の研究テーマの1つとしたい。

#### IV-1-3 . 置き換え可能な熟語

わが国の食事情の激変は多くの研究者によって指摘されている。食に関する急激な変化の下での様々な研究は自ずと重なり合い、領域を越えながら発展してきた。「食生活論」の研究領域が不明確なまま今日に至っている背景には、戦後の日本社会全体の急速すぎた変容と衣食住すべての場面が交差しながら西欧化してきた複雑な事情があったと考えられる。

本稿では「食の」は「食生活の」と同じ意味で使用され、「食事」、「食事時間」、「食品」、「食行動」、「食料生産」、「食費」、「食物摂取」等の具体的な他の言葉で言い替えることができることを指摘した。「食生活の乱れ」は「食事内容

と食事時間」を意味し、「豊かな食生活」といえば「食事内容の多様さ」や「食空間のおしゃれ度」を意味している。このように、いくつもの異なる言葉の代名詞として使用される理由をつぎに考察する。

#### IV-1-4 . 曖昧さの効果

「食」という漢字を「生活」に結びつけると、「生きる」ために「食う」という緊迫した状況は連想しなくなることはすでに指摘した。現実的で緊迫したイメージを持つ「命」や「生きる」という現象の輪郭が曖昧になるからである。ではなぜ曖昧であることが好まれるのか。

食べる行為は、動物学的には排泄や性行動と並んで論じられることが多い原始的な行為である。人前では食べないとか食べるところを見せないという文化は広く世界に見られる。そんな意識が日本人の感覚の中にも深く残っているため、「食生活」という曖昧な言葉の濫用が許されてきたのではないだろうか。その曖昧さゆえ、多くの研究者は研究対象を限定できず、領域も明確にできなかつたのではないかと思われる。

#### IV-1-5 . 「食生活」の定義と領域

他の適切な言葉に置き換えられるにもかかわらず「食生活の〇〇」とか「〇〇の食生活」というように安易に用いられ、「食生活」の教科書に至っては、異なる項で内容が重複したり同じ項目名でも内容が全く異なるという混乱が起きている原因は、その定義が不明確だからであった。現実の問題として授業が行なわれ、教科書が次々に出版される以上、共通の定義が必要だと考えて本研究は進められた。しかし、前項までで論じたように、「食生活」は他の言葉と置き換えが可能な上、林が図4で示した通りその領域は広く、曖昧さゆえ評価されてきた言葉である。したがって、現段階では定義を明確にす

ることは不可能であると言わざるを得ない。今後、食生活論が独立した学問分野として発展してゆくとしたら、その中で定義は自ずと明らかになるはずである。持田（1984）は「食生活をどう捉えるか 食生活論の方法」で、「現代の食生活のあり方、変化の方向は、社会的な諸要因によって決定される。…中略…食生活という概念自体、食料購買行動、栄養摂取行動だけを意味するのではないことはいうまでもない。食生活の根底は動物としての人間の生存のための栄養摂取であり、また食欲という欲望充足の行為でもある。…中略…現在の食生活の方向は、このまま発展していくのだろうか。それを決めるのはやはり所得水準の動向である。」とその領域の広さと座標軸の複雑な入り組みを指摘している<sup>18)</sup>。指導する側に多大な知識が求められる新しい分野であることは間違いない。

#### Ⅳ-1-6 . 期待される食生活論

新カリキュラムの食生活論には栄養士論を含めることが求められた。その提案の際、「とかく問題があった公衆栄養学が、栄養行政を中心とするものに整理されたことから、公衆栄養で扱われていた食生態学、食文化、食生活史などがみ出した。」（本稿結果3参照）という背景があった。専門領域の異なる栄養士論を合わせることが求められたこともまた大きな問題だったのではないだろうか。池尻は「食生活論は何も栄養士養成のためにのみあるのではない。食生活を論ずるのが食生活論であるという立場をとれば、食生活をありのまま考察しなければならない。それは食事をする生活の営みであるから、そこには、人間の心理、観念、意志、精神、神等もろもろの性の欲求、行動様式、伝統文化があるのであって、そここのところにメスをいれなければならないのではないだろうか」と鋭い意見を述べている。ただでさえ広い領域に、栄養士論を加えようという動きがあった現実もま

た、戦後の日本の急激な食事情の変化と複雑さを物語っているのかもしれない。

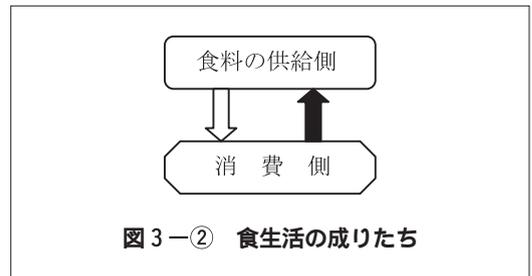
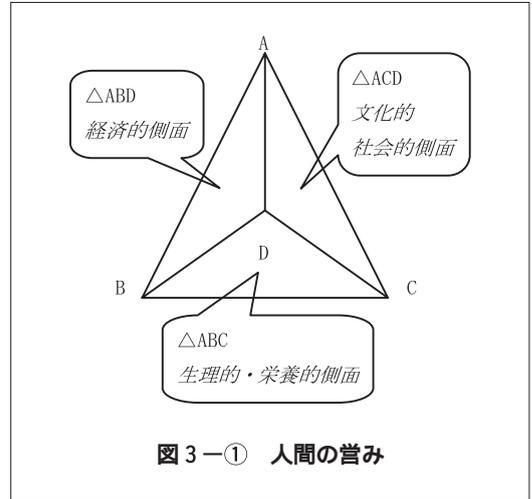
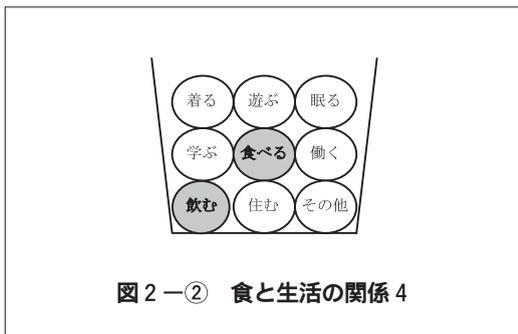
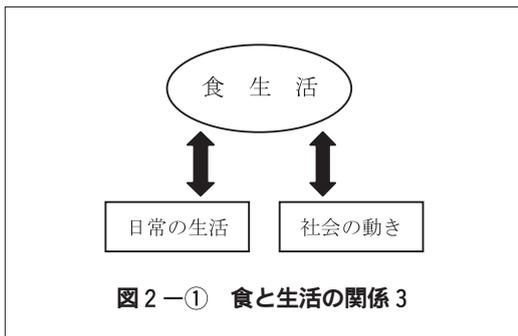
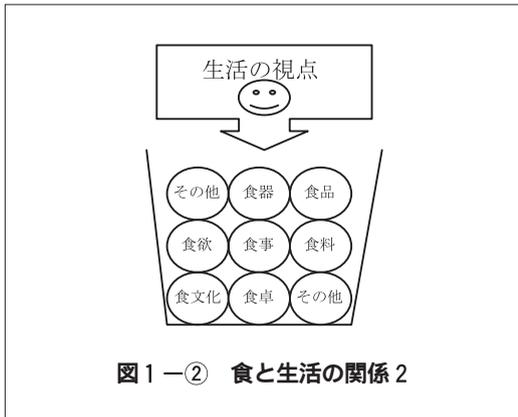
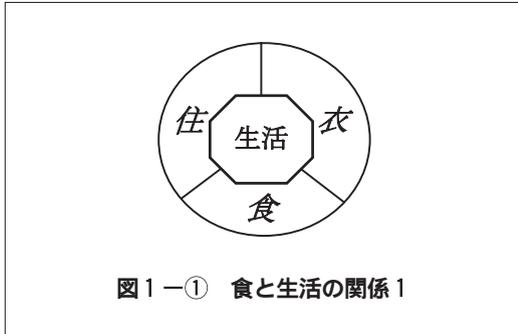
そこで「食生活論」の試案をここに提案する。これまで中矢は畜産学、荒井は動物行動学と生活美学的視野に立ち、清水は管理栄養士として、人間を動物として捉え、その食行動と生活様式を学際的に観察し分析することを意識してきた。その立場から我々はあくまでも食生活論は「生きものとしての人間」という大枠を前提としたい。「生活とは何か」、「生活を営むための生きる仕組みとは何か」を授業の最初に確認することが望ましいと考える。その上で図3-①、②、③のような個々の側面や目的を丁寧にとらえていきたい。現在多くの教科書が取り上げている「食文化」と「食生活史」には着目したいが、それらも内容が曖昧で、他の書物をそのまま引用するだけでなく、真偽のほどが明らかではない内容も見受けられる。「文化」や「歴史」こそ領域や視点次第でいかようにも論じることができる学問分野であり、安易な省略や無理な概観はむしろ不要であろう。我々はヒトの形態や生理、食物摂取の進化プロセスと、「人間として食べる場面」という具体的な変遷を新しい「食文化・食生活史」として研究を進めていきたい。

学生は健康や栄養という項目に高い関心を示したが、それらは他の教科と重なるのでここでは「現代人のからだ意識」や「健康の未来像」という視座で講義内容に加えたい。「マナー」、「色彩学」、「インテリア」、「音楽」への関心の高さは若い世代の食空間に対する興味を反映している。現在出版されている食生活論には大きく欠ける内容である。本学では積極的に授業内容に反映させたい。また多くの学生がレポートに「生きる」という言葉を使い、次いで家族、コミュニケーションが多用されたことも重視すべきである。自己表現や礼儀等、食物には直接関係のない領域も今後は必要な項目になってく

るだろう。後藤や榎の具体的で積極的な指導法に学びながら、学際的に食をとりまく状況と情報を冷静に把握し、具体的なモデルテキストの作成を今後の課題としたい。

### 【参考文献】

1. 農政審議会「80年代の農政の基本方向」(1980年10月31日答申)(農政研究会『図説・80年代の農政の基本方向』大成出版, 81年) p.114
2. 安達巖「世界史に探る日本型食生活」同文書院 1984 p.4-5
3. 宮本常一著作集 第24巻 未来社 1977年に収録「明治文化史(1953)」に執筆
4. 中嶋信「『日本型食生活論』の基本視角」名寄女子短期大学紀要 1983 Vol.16 p.11~26
5. 本山荻舟「飲食事典」昭和33年 平凡社 p.291
6. 同上「飲食事典」昭和33年 p.280
7. 川添登・一番瀬康子「生活学事典」1999 p.378
8. 大塚滋「栄養士養成課程のカリキュラムにおける食生活論の展開」日本家政学会 食生活研究 1987 Vol.8 No.1
9. 林淳三「食生活論考」日本家政学会 1987 第80・81集 p.1-12
10. 林淳三「食生活論」建帛社 1987 p.iii
11. 加藤悦「家庭経済学体型化のための試論(第1報)食生活論(その1)」東京学芸大学紀要第22集 第6部門 1970 p.94-99
12. 美土路達雄 食の科学「食生活様式論」1982 No.69
13. 池尻節夫「食生活論を求めて」日本家政学会誌 食生活 研究 1990
14. 後藤美代子「食生活論と食教育」日本家政学会 1992 Vol.6 p.28-34
15. 足立己幸編「食生活論」医歯薬出版 1987 p.1
16. 榎和子「食生活論」予稿—実践されるための食物学教育をめざして—日本家政学会 1990 Vol.64 No.1 p.32-36
17. 農業と経済 1984 1月号
18. 持田恵三「食生活をどう捉えるか—食生活論の方法」農業と経済 農業と経済社 1984年1月 p.10-12



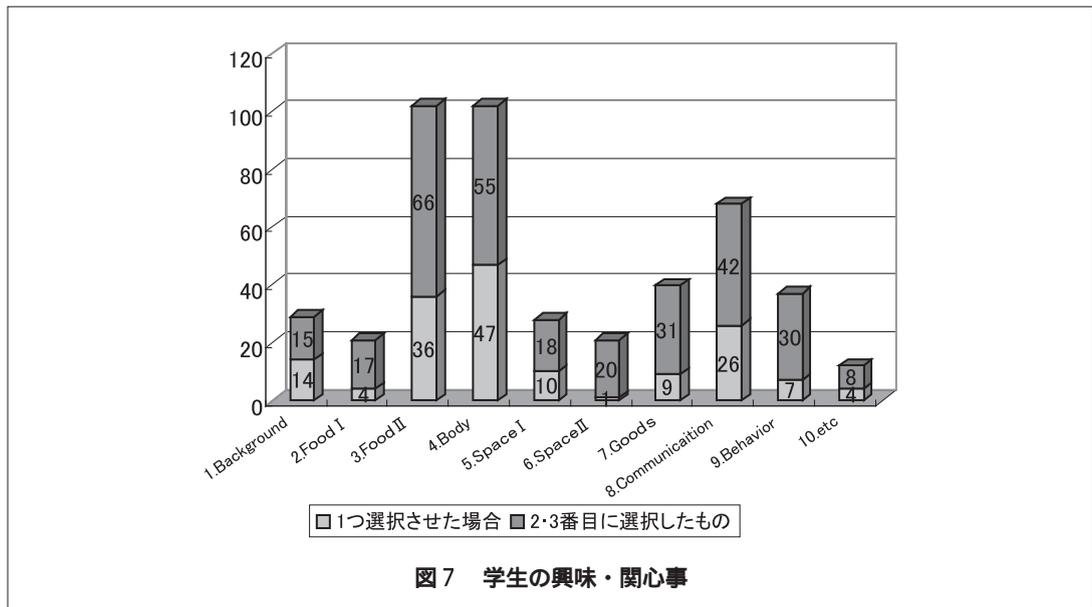
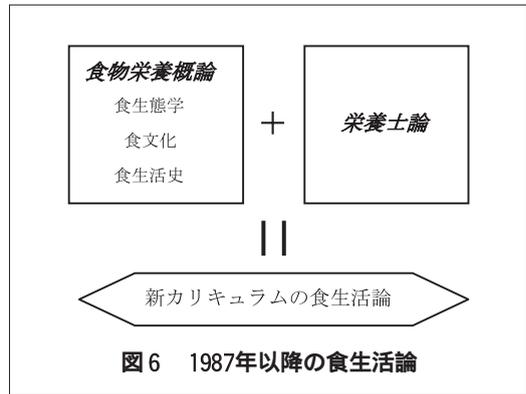
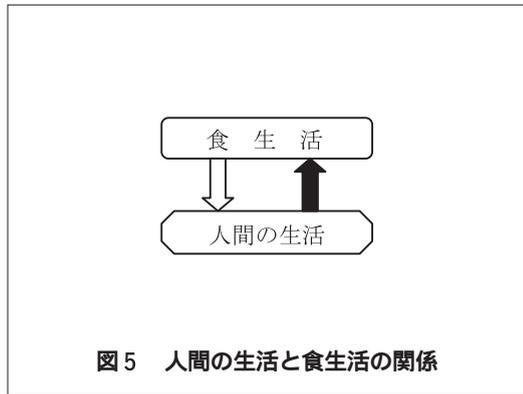
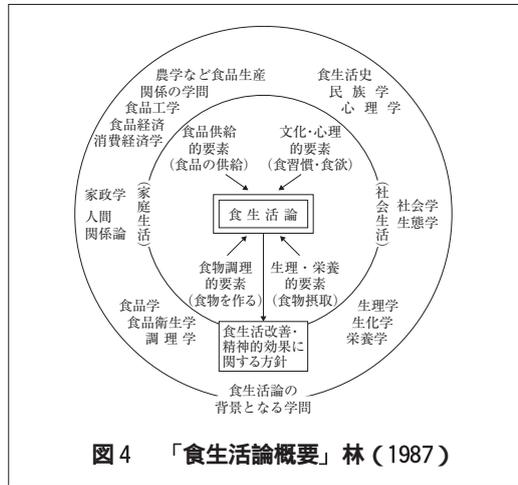


表1 食生活の三層

第1層	民俗的・人種定期生存域・生活域の 自然条件・自然生態系
第2層	地域農業生態系
第3層	加工調理過程と喫食糧を経た現実の民 族的・地域的食生活様式

表5 「食生活」の置き換え

見出し	置き換え
食生活の外部化・簡便化・個別化	食事・食糧
食生活分析の方法	食をめぐる社会行動
日本型食生活	食事内容・摂取方法
若い世代の食生活	食費
世代別食生活	消費・食費
農家の食生活	食料消費
多様化する食生活	食品産業・外食・加工品
多彩・豊かな食生活	食料需要
日本人の食生活	栄養摂取

表2 2冊以上の目次に登場した項目

目次の項目	冊数
食文化	8
食生活史（歴史・変遷）を含む	7
健康	5
栄養（栄養士以外）	5
食品	4
食習慣	3
食行動	3
食物	3
心理	2
供給・需要	2
環境	2
経済	2
消費	2

表6 学生が選択したキーワード

順位	キーワード	分類	人数
1	栄養	Body	104
2	健康	Body	101
3	マナー	Behavior	77
4	色彩学	Space II	66
5	インテリア	Space II	65
6	調理	Food II	61
7	食材	Food II	60
	料理	Food II	60
	メニュー	Food II	60
8	音楽	Space II	59
9	会話	Behavior	51
10	文化	Background	50
11	友達	Communication	48
12	食器	Goods	47
13	家族	Communication	45
14	仲間	Communication	44
15	家庭	Space I	40
16	流行	etc	38
17	ファッション	etc	34
18	食品	Food II	33
	レストラン	Space I	33
19	食品加工	Food I	29
	食事	Behavior	29
	成長	Body	27
20	建築学	Space II	21
21	流通	Background	21
	経済	Background	21
	情報	Background	21

表3 「食」の意味・内容

「食の」につづく言葉	意味・内容
食の文化	△不明確
食の生理と代謝	人体・栄養・栄養素
食の近代化	△流通・料理・食事様式…
食の構造と変化	△不明確
食の心理	食事をする人間
食の歴史	△栽培・調理・食事…
食の化学	食品・栄養・栄養素
食の未来展望	△不明確
食の専門職	食生産にかかわる人間
食の機能と役割	食品・栄養…

表4 「食生活」の意味・内容

「食生活の」につづく言葉	意味・内容
食生活の概念	△不明確
食生活の供給と消費	食糧・食品
食生活の成り立ち	△不明確
食生活の意義	△不明確
食生活の接点	△流通・家族・栄養…
食生活の機能と構造	△不明確
食生活の変遷と文化	△不明確
食生活の変遷	△不明確
食生活の目標と指針	△不明確
食生活の概論	△不明確
食生活の歴史	△不明確
食生活の現象と展望	△不明確

表7 食生活論に期待する内容

登場した言葉	人数
生きる	43
健康	38
栄養	36
家族	33
コミュニケーション	31
バランス	29
楽しい	21
環境	14
6W1H (who, with, whom, when, where, what, how)	14
美味しい	10
幸せ	7
習慣	7
規則正しい	6
文化	5
行動	4
ゆとり	2

## 資料1-1

I 「食生活論」宮崎基嘉・鈴木継美編著 放送大学教育振興会  
1986年

1. 食の文化
2. 人間の食事とサルの食事
3. 採集・狩猟民の食事
4. 牧畜民の食事
5. 農耕民の食事1
6. 農耕民の食事2
7. 世界の食事
8. 日本の食事文化
9. 嗜好の心理
10. 米食の文化
11. 豆食の文化
12. 魚食、肉食の文化
13. 都市化と食生活
14. 家族と食生活
15. 食の近代化

## 資料1-2

## II 「食生活論」林淳三著 建帛社 1987

1. 食生活の概念
2. 食生活と文化
3. 日本における食文化の形成
4. 食の心理
5. 食品とその食物（加工・調理）
6. 食の生理と代謝
7. 食生活と栄養
8. 食生活と環境
9. 食料の供給と消費
10. 食生活と健康
  - (1) 栄養士とその養成
  - (2) 栄養士の歴史
  - (3) 栄養士の役割とその将来

## 資料1-3

## III 「エスカ21 食生活論」山口通夫他著 同文書院 1987

1. 序論
2. 食行動と食習慣
3. 食生活の構造と変化
4. 食文化
5. 食生活と栄養
6. 食生活と栄養士のかかわり
7. 日本の食生活史

## IV 「食生活論」足立己幸編著 医歯薬出版 1987

1. 私と食生活
2. 人間の食生活の成り立ち
3. 食生活からみた食物
4. 食生活と環境とのかかわり
5. 生存と食の歴史
6. 人間と食文化
7. 食生活は学問とどうかかわっているか
8. 食生活と教育—その核としての栄養士

## 資料1-4

## V 「食生活論」吉田勉、菊野恵一郎他著 学文社 1987

1. 食生活の意義
2. 食生活と栄養士
3. 日本の食生活史
4. 日本の食様式（食文化と食習慣）
5. 栄養面からみた食生活
6. 安全面からみた食生活（量的問題）
7. 安全面からみた食生活（質的問題）
8. 健康のための食生活

## 資料1-5

## VI 「食生活」根岸竜雄、内藤雅子著 同文書院 1987

1. 食物
2. 食生活
3. 食料と食品
4. 栄養士の歴史と役割

## 資料1-6

## VII 「食生活論—食べることへの試論」森雅央著

三共出版 1987

1. 食生活の概念
2. 食生活史の概観
3. 食文化・食習慣・食行動
4. 食生活と消費の成熟化
5. 食生活と栄養問題
6. 食料経済と食生活の接点
7. 栄養士法改正と変わる栄養士の役割

## 資料1-7

## VIII 「食生活論」五島孔郎、鈴木健著 理工学社 1988

1. これから食生活論を学ぶにあたって
2. 栄養と健康
3. 栄養と食生活
4. 日本人の食生活の変遷
5. 日本における栄養指導のはしり—栄養士制度について—
6. 食生活の目標と指針
7. 食の文化
8. 食品に関すること

## 資料1-8

## IX 「食生活論」福場博保、豊川祐之著 光生館 1987

1. 食生活の概論
2. 食生活の歴史
3. 食料の需要と供給
4. 食生活と健康

## X 「食生活概論」恒本充他著 化学同人 1988

1. 食生活史
2. 現代の食生活
3. 食生活の機能と構造
4. 食品と食生活
5. 調理と食生活
6. 健康と食生活
7. これからの食生活

## 資料1-9

<p>X I 「食文化からみた食生活論」石松成子 さんえい出版 1988</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食生活の概念</li> <li>2. 食生活史</li> <li>3. 食の文化と食の化学</li> <li>4. 食行動と食習慣</li> <li>5. 食生活と健康</li> <li>6. 食の未来展望</li> <li>7. 食の専門職としての栄養士</li> </ol>
--

## 資料1-10

<p>X II 「食生活論—『人と食』のかかわりから—」 遠藤金次・橋本慶子・今村幸生著 南江堂 1997</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食生活と食生活論の意義</li> <li>2. 食生活の変遷と文化</li> <li>3. 食の機能と役割</li> <li>4. 食料の経済</li> <li>5. 食生活の現状と展望 (内容に栄養士論を含む)</li> </ol>
---

## 資料1-11

<p>X III 「食生活論・食生活と健康」岡啓次郎・土屋治美・比留 間トシ著 文化出版局 1990</p> <p>第1編 食生活論</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. はじめに</li> <li>2. なにが食生活を変えるか</li> <li>3. 食生活を三つの軸で考える</li> <li>4. 人はなぜ食べるのか</li> <li>5. 人などんなものを食べるのか</li> <li>6. 人はどんなふう食べるのか</li> <li>7. おわりに</li> </ol> <p>第2編 食生活と健康</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) ライフサイクルと食生活</li> <li>(2) 病気と食生活</li> <li>(3) 食品衛生と食生活</li> </ol>
---

## 資料2

項目	キーワード
1. Background	政治、経済、社会、流通、文化、情報
2. Food I	農業、漁業、酪農、畜産、食品加工
3. Food II	食材、食品、調理、料理、メニュー
4. Body	栄養、健康、長寿、成長
5. Space I	家庭、レストラン、ホテル、食堂
6. Space II	色彩学、インテリア、建築学、音楽
7. Goods	食器、テーブルクロス、花、装飾品
8. Communication	家族、友達、仲間
9. Behavior	食事、マナー、会話
10. etc.	ファッション、流行、その他

## 資料3

〈① K・Iさん 女性〉 食生活とはその人が気付かないうちに築きあげているもの、自分の中の一部だと思います。今までは食生活について考えたことはありませんでしたが、食生活という言葉1つでも、その人の行動が変わったり、価値観が変わったりするものだと思います。食生活はとても複雑で、いろいろな方面からその人の食、食に対する考え方など、学んでいかなければならないと思います。

〈② T・Kさん 女性〉 食生活とは環境ではないかと考える。食生活に必要な要因はもちろん健康を考えた栄養のとれたバランスのよい食事から始まり、その食事をおいしく食べるための、あたたかい場所、そして味を共有し、楽しんで食事をとるために必要な家族や友人、このすべてが集まって食事をするというのではないかと考える。ゆえに食生活とは環境ではないかと考える。

〈③ A・Nさん 女性〉 食生活とは生活のなかでの食という意味だと考える。食べる時のメンバーはもちろん、何を食べたか、どこで食べたか、その食べる時の環境も含めたものであると考える。だから同じものを食べても、周りの状況や心境が同じ状態にあるとは限らず、毎回違うものになると思う。食事というと食にだけ限定され、一時的なものに感じるが、食生活とはそれぞれの人々の食に関する歴史などが入ってくるものを感じる。どういういきさつでそれを食べたのか、どのどういういきさつというところまで含まれてくると思う。これからの食生活に期待したいことは、どうして食生活という言葉が生まれてきたのか、また、今の人たちの食生活のデータとかを期待したい。

〈④ M・Nさん 女性〉 人生生きる上で、自分を「幸せ」にするためのもの。食事をする時に怒っていたり、怒られたりしても楽しくないし、その日一日不機嫌な気分になってしまう。食事をする時には、好きな人ときれいな所で、おいしいものを一緒に楽しく食べたい。そんなひとときを過ごすことが自分たちの身近にあったら幸せなんだと思う。今は核家族化が増えている。一人で会話もなしにゴハンを食べるのはさみしい。それに、誰がしっかりした人が食事を管理していないと、食生活は乱れるし、性格もゆがんでいくと思う。だからこそ、せめて食事をする時には誰かとコミュニケーションをとれば、人間としていい方向に育っていくと思う。

〈⑤ I・Nさん 女性〉 一日3食しっかりと食べる人、食べてはいるが時間に追われるように積み込むように食べる人、朝食を抜く人、いつも家族と一緒に食べる人、いつも一人で食べる人、みんなそれぞれ自分の生活があって、食べるもの、時間、誰と食べるのかは一つとして同じものはないように思われる。その中で「自分の生活の中の食事」というのが個人それぞれの「食生活」とされていると思うが、その背景は色々であり、女性の社会進出や小児化によって大きく変化しているのが現実である。私は比較的家庭みんなでの食卓を経験してきていて、「ごはんの時間って楽しい」ものだと感じている。できれば世の中の人みんながそう感じることができる「食生活」を社会的にバックアップしていけるような日本になってくれることを期待したい。

〈⑥ A・Tさん 女性〉 食生活とは生活の中に食事が入ることで、それは人間、動物にとって欠かせない事なので、「食生活」といいます。

食について色々学んできましたが、食生活の範囲はものすごく幅広いのでしぼりきれないのであえて書きません。

〈⑦ T・Sさん 女性〉 食生活とは、人が生きるための習慣だと思う。一日の生活のリズムがとても大切だと思う。それで食生活というものが少し変わるのではないかと思う。朝何時に起きて、ゆとりをもってごはんを食べているのか、忙しいので食べているのかによって全然違うと思う。誰がどこで誰と食べたかもとても大切だと思う。私は「手」ってというのがとても大事なのではないかと思う。手を使うというのは作るにもかかわっていくし、技術ってことにも関係することであり、手によって変えられることはたくさんあるのではないかと思う。例えば、手をキレイに洗う、野菜をきれいに洗うことによって食中毒がおこらなかつたり、少しの微調整ができたり、人と人をつなぎとめてくれるものなので、手というのは食にとっても大きな役割をはたしていると思う。

### Abstract

*Shoku-seikatsu*, or “eating habits” is a subject of the dietitian training program. However, what should be taught in the subject is not clear. This paper investigated the origin of the phrase *shoku-seikatsu* as well as its current definitions. It also investigated the current syllabi of the presently available textbooks and of various university programs, and examined the direction of the changes in the definition of the phrase *shoku-seikatsu*. The phrase *shoku-seikatsu* has become a household term with the modernization of Japan. The rapid changes in lifestyle in the post-war era, coupled with some cultural contexts peculiar to Japan, helped the phrase become vaguer and wider in its meaning. This will discuss possible alternatives in approaching the subject of *shoku-seikatsu*, using the results obtained from the questionnaire conducted with students in our program.