

女子短大生の餅の喫食状況

中村年子 遠藤仁子 本間恵美
平光美津子 渡辺久美子

緒 言

餅は我が国独特の食べ物で、古くは中国式の麵生地を固めたものであったがその後室町時代には糯米を蒸して搗き、これを丸めるといった製法で作られており、かなり古くから今日の餅が食されていた。祭祀用に神前に供える食品として用いられたり、嘉儀・祝事に餅を搗くといった風習も古くからあり現在でも多く見られる。鏡餅の風習は江戸時代に盛んになり、元旦には諸神に供え一家団欒して新年を賀し、鏡開きの風習もその頃から見られた。この時代は、今日の食べ方に似た大根・青菜・花鰹を用いた雑煮が食されていた。雑煮は、用いる餅の形態や汁の種類、取り合わせる材料などによって、各地各様の相違が見られる。地域別に見ると、一般に澄まし仕立てで角餅を焼いて加える関東風とみそ仕立てで丸餅を焼かないで加える関西風に大別される。岐阜県地方の雑煮はどのようなものであろうか調査してみた。

餅は日常の食品としては、糯米がアミロペクチンのみから成っているために老化しにくく、また保存ができる加工品である。かつて餅搗きは年末の行事であり、正月中食する餅を一度に搗き保存したものであったが、手軽に入手することができる現在では、どのような方法で入手しているであろうか調べてみた。

ここ数年、日本人の食生活の変化はめざましく、昭和58年の国民栄養調査における米の1人1日当りの摂取量は217.9gであり、昭和45年の306.1gと比較すると、約90g減となっている。また、著者らの1982年に行なった“女子短大生における食生活の実態”においても、朝食には

パン食が、昼食には麺類が比較的多く摂られ、若者の好みの洋風化に伴ない、米離れの傾向は著しい。その中であって、日本古来の食品であり今なおすぐれた加工品である餅が、現在の女子短大生の食生活にどのように位置づけられているか。このような観点から、餅の入手方法、嗜好度、喫食状況等について調査し、考察を行った。

調査方法

対象：本学食物栄養専攻学生207名

期間：1985年1月1日～1月3日

方法：調査用紙を配布し、各自に記入させた。

調査結果及び考察

1. 餅の入手

餅の入手方法を、正月用餅・鏡餅・正月以外の餅について調査した結果は、表1・2と図1に示す通りである。

正月用餅については、自宅で搗く、店頭で購入する、賃搗きの順で、自宅が55.4%と過半数を占めている。また店頭購入のうち餅菓子屋が74.4%でマーケットより遙かに多い。自宅で搗くは、きね搗きが少なく殆んどが電気餅搗き器使用であった。

鏡餅については、用意しないが極く僅かであって、殆んどの家庭で準備されていた。(98.9%)入手の方法は、自宅・店頭購入・賃搗きの順で自宅が半数以上を占めている(51.6%)。店頭購入のうち餅菓子屋は64.6%で、マーケットが35.4%であった。自宅で搗く場合は、電気餅搗き器が75.5%で、きね搗きは少なく、正月用餅

と同様の傾向であった。

正月以外の餅については、店頭購入・自宅・賃搦きの順で、店頭購入が半数以上であった。また店頭購入ではマーケットが多く(76.1%)、自宅では電気餅搦き器使用が86.2%で圧倒的に多かった。

表1 餅の入手方法

	自宅	店頭購入	賃つき	その他
正月	102人	39人	21人	22人
鏡餅	95	49	18	22
正月以外	64	92	5	23

表2 餅の入手方法

	自宅		店頭購入	
	電気餅つき器	きねつき	餅菓子屋	マーケット
正月	84人 (79.2)	22人 (20.8)	29人 (74.4)	10人 (25.6)
鏡餅	74 (75.5)	24 (24.5)	32 (64.6)	17 (35.4)
正月以外	56 (86.2)	9 (13.8)	22 (23.9)	70 (76.1)

()はパーセント

	自宅	店頭購入	賃つき	その他
正月	55.4	21.2	11.4	12.0
鏡餅	51.6	26.6	9.8	12.0
正月以外	34.7	50.0	2.7	12.5

図1 餅の入手方法 (%)

正月用餅と鏡餅の入手方法は、いずれも図1で明らかなように、自宅・店頭購入・賃搦きの順でその比率も類似していたが、正月以外の餅の入手は、店頭購入が最も多く自宅を大きく上

廻り、前二者とは逆であった。購入場所についてみると表2に示すように、正月用餅・鏡餅とも餅菓子屋が多いが、正月以外の餅では殆んどがマーケットで入手していて、これも前二者とは逆の状況であった。自宅での搦き方については、いずれの場合もきね搦きより電気餅搦き器の方が多く、特に正月以外ではその利用が圧倒的に多い。この結果は、梶本らの調査の賃搦き(48.7%)、自宅(32.1%)、店頭購入(14.1%)の順とは大きく異なり、最近の家庭用電気餅搦き器の普及によるものと考えられる。

2. 餅の嗜好度

女子短大生の餅に対する嗜好は図2の通りで好きとやや好きが半数以上を示し、嫌いは僅か1.6%で、餅は一般に好まれている。5段階の評点法による嗜好度は3.85±0.27であった。(表3)

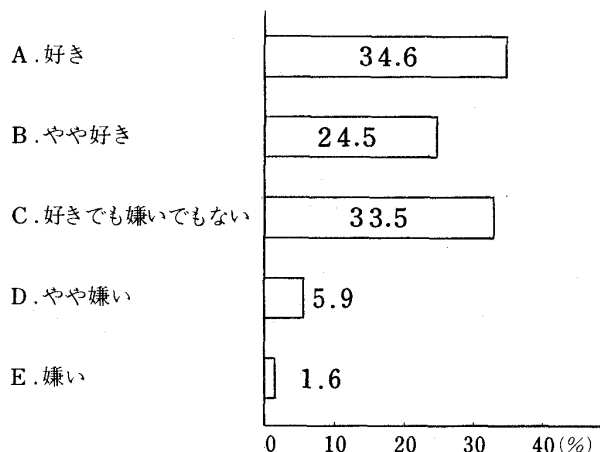


図2 餅の嗜好度

表3 餅の嗜好度

	点数	人数
A	5	65
B	4	46
C	3	63
D	2	11
E	1	3
総件数(n)		188
平均点数(\bar{x})		3.85
分散(σ^2)		0.07
標準偏差(σ)		0.27

3. 餅の喫食量

正月における餅の喫食量については、表4に示す通り非常に個人差が大きく、3日間で1～100gが20.3%、101～200gが26.6%、201～300gが26.1%となっている。最も少なかった者は37g、最も多かった者は705gであり、全く食さなかった者も7人(3.4%)あった。

試みに1人1日当りの喫食量を算出してみると74.1gになり、これは1972年の短大生の喫食量の調査の125gと比較すると、約60%に当り、かなりの減少がみられる。

表4 正月3が日の餅の喫食量

重量(g)	人数(人)	比率(%)
0	7	3.4
1～100	42	20.3
101～200	55	26.6
201～300	54	26.1
301～400	26	12.6
401～500	14	6.8
501～600	6	2.9
601以上	3	1.4

4. 餅の形と種類

正月用の餅については、のし餅(角餅)が圧倒的に多く93%を占め、丸餅はほんの僅かであり、しかもそれは県外からの通学生であった。この地方の正月用の餅は、角餅を用いるのが習慣である。しかし正月以外の餅では角餅が77.9%で多いが丸餅も20.1%食されている。(表5)

餅の種類については表6に示す通りで、白餅が74.5%と最も多く、次いで草餅が16.2%であり、その他豆・きび・粟などの雑穀を用いた餅が食されていた。

表5 餅の形 (%)

	正月	正月以外
のし餅	93.0	77.9
丸餅	7.0	20.1
その他	0	1.5
回答なし	0	0.5

表6 餅の種類

種類	人数(人)	比率(%)
白餅	184	74.5
草餅	40	16.2
豆餅	11	4.5
きび餅	6	2.4
あわ餅	2	0.8
その他	3	1.2

5. 喫食状況

正月における餅の喫食状況をみると、朝食が80.5%、昼食が10%、夕食4.5%、間食5%で、殆んどが朝食に食している事がわかった。(図3)

餅の調理法別喫食率については、正月では雑煮がおよそ80%で圧倒的に多く、焼き餅・ぜんざい・あべ川餅がわずかにあった。正月以外での喫食順位は正月の場合とは逆に、焼き餅が、32.1%と最も多く、次いで雑煮・ぜんざいの順であり、これらで80%以上を占めた。(表7・図4)

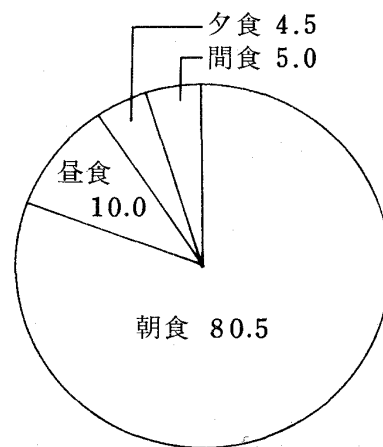


図3 正月の餅の喫食状況 (%)

表7 餅の食べ方

	正月		正月以外	
	(人)	(%)	(人)	(%)
雑煮	375	78.8	130	27.7
焼き餅	64	13.4	151	32.1
ぜんざい・汁粉	25	5.3	106	22.6
あべかわ餅	6	1.3	36	7.7
あん餅	0	0	41	8.7
その他	6	1.3	6	1.3

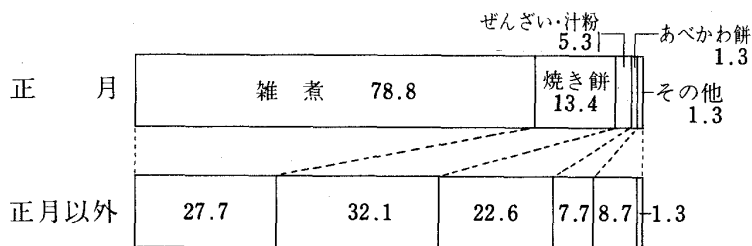


図4 餅の食べ方 (%)

正月に最も多く食されている雑煮について、朝昼夕食別にみると、朝食で摂っている者が、91.5%、昼食6.1%、夕食2.4%で殆んどが朝食であった。(図5) 朝食における雑煮の喫食率を日別にみると、元旦、2日、3日の順であり、元旦における喫食率が高く(82%)、2日にはおよそ半数、3日には1/3であった。従来は元旦の朝はどの家庭でも揃って雑煮で祝うのが習慣であったが、本調査による短大生の中には、元旦にさえ雑煮を食さない者が18%もあった。

また正月3が日の雑煮の喫食状況は表8に示す通りで、3日間とも食した者は僅か23%しかなく、全然食さない者が11%(22人)もあった。

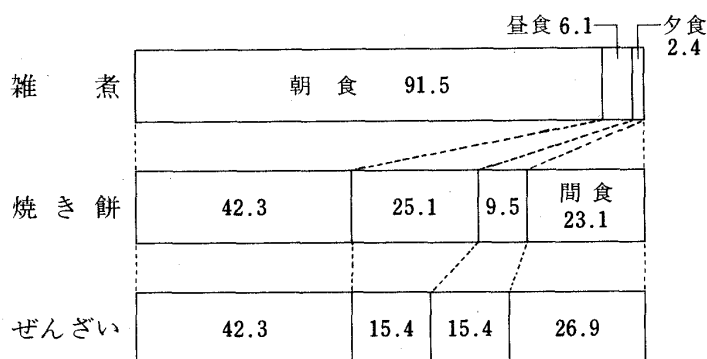


図5 正月の餅の喫食状況(調理法別) (%)

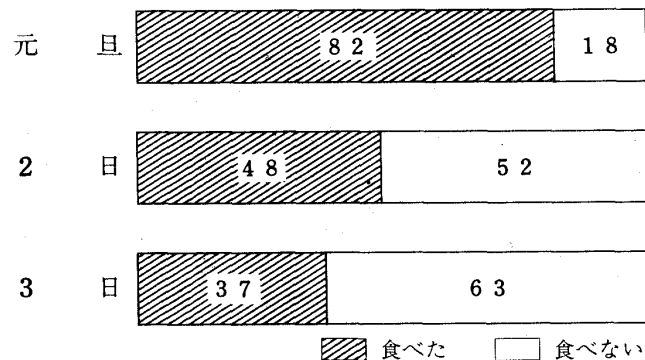


図6 雑煮の喫食状況(朝食) (%)

表8 3が日の雑煮の喫食状況

喫食状況	人数(%)
3日間とも食べた	43 (23)
2日間食べた	63 (30)
1日だけ食べた	74 (36)
食べなかった	22 (11)

焼き餅の喫食率は13.4%で、ぜんざいの喫食率は5.3%あった。元旦の朝食に焼き餅やぜんざいを喫食していた者もそれぞれ2名あり、若い世代での正月における雑煮離れの傾向が僅かながら見られる。

雑煮の材料と作り方については、表9・図7に示す。餅を汁に入れて煮込むのが84%で、焼いて用いるのは13%、電子レンジで処理するのが3%であった。味付けはしょうゆ味が95%でみそ味は僅か4%であった。取り合わせる食品は2種類が半数であり、小松菜とけずり節の組み合わせが最も多かった。この地方の一般的な雑煮は、しょう油味で角餅を煮込み、小松菜とけずり節を用いたものということができる。

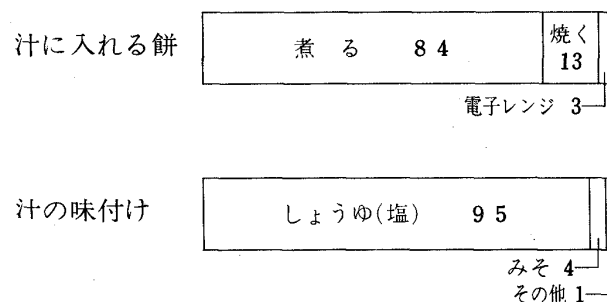


図7 雑煮の作り方 (%)

表9 雑煮の材料

順位	材料
1	もち菜・かつお節
2	もち菜
3	もち菜・かつお節・里芋
4	もち菜・里芋
5	もち菜・かつお節・かまぼこ

正月以外に餅を食している者は全体の2/3であり、そのうち行事に因んで食している者が約40%ある。行事についてみると、法事・節句、次いで祭り・内祝い・彼岸の順であった。(表10)

前述の餅の形で、正月に比し正月以外は丸餅が多かったことは、現在においても餅が祭祀用として利用されている場合が多いためであると思われる。

表10 行事の内訳 (%)

法 事	42
節 句	38
祭 り	32
内 祝	28
彼 岸	26
盆	18
そ の 他	14

注：複数回答

現在店頭やマーケットでは年間を通じていろいろな種類の餅が販売されており、日常食としていつでも食すことのできる状態におかれている。従って前述のように2/3の者が食しているが、いつも食べるのは0で、時々食べるも僅か10%であり、短大生にとって餅は好きな食品ではあるが、やはり正月のものであり、行事に因んで食していることがわかった。

要 約

1. 正月用餅と鏡餅の入手方法は、自宅が最も多かったが、正月以外の餅では、店頭購入が最も多く、梶本らの調査の賃搦き、自宅、店頭購入の順とは異っていた。

店頭購入では、正月用餅・鏡餅とも餅菓子屋がマーケットより遙かに多いが、正月以外の餅はマーケットでの入手が多かった。

自宅については、きね搦きは少なく、特に正月以外では電気餅搦き器の使用が圧倒的に多かった。このことは最近の電気餅搦き器の普及によるものと考えられる。

2. 餅の嗜好度は、嫌いが1.6%で一般に好まれていた。

3. 正月3が日の餅の喫食量は、最少量37g、最大量705gで個人差が多かった。1日平均喫食量は74.1gであり、1972年の短大生の喫食量の調査における125gの約60%に当り、かなりの減少が見られた。

4. 餅は白餅の角餅が圧倒的に多く、特に正月用では93%を占めていた。正月以外では行事に因んで餅を食することもあって、丸餅も20%使用されていた。

5. 餅の食べ方については、一般に朝食に喫食されることが多い。

正月用餅は、雑煮が圧倒的に多く、正月以外では焼き餅が最も多かった。

雑煮については、元旦が82%で2日は約半数に減った。元旦でさえ食さない者が18%もあり、雑煮を全然食さない者も11%あった。また元旦の朝から焼き餅やぜんざいを食している者もあって、若い世代の正月の雑煮離れの傾向が僅かながら見られた。

この地方の雑煮は、澄まし仕立ての汁に角餅を入れて煮込み、小松菜とけずり節を添えるといったものが一般的であった。

正月以外の餅は約2/3の者が喫食しているが、いつも食べるは0で、時々食べるも僅か10%であり、短大生にとって餅は好きな食品ではあるが、やはり正月のものであり、法事、節句、祭り等の行事に因んで喫食していることがわかった。

(家政学科・食物栄養)

参考文献

- 1) 安達 巖：日本の食物史、同文書院(1977)
- 2) 森末義彰、菊地勇次郎：食物史、第1出版株式会社(1962)
- 3) 相賀徹夫：万有百科大事典13、小学館(1975)
- 4) 日本栄養士会：栄養日本(1985) V.28
- 5) 渡辺周一他：女子短大生における食生活の実態、東海女子短大紀要第10号(1984)
- 6) 梶本久子他：正月の餅の喫食状況に関する調査、羽衣学園短大紀要9号(1972)