

大妻女大家政 ○岡本愼子、大森正司 東京農大農 加藤ハユキ
川端晶子 図書館情報大 佐々木敏雄

目的 現在、健康問題が大きくなり、ブローアップされ、健康食品などが市場に多数出回っている。何を食べて良の健康とするかは非常に難しい問題であるが、小さくは分子のレベルから大きくは社会の問題まで、その対象は広く存在する。近年、日本人の平均寿命は驚異的伸長を示し、女性は80才に達しようとしている。これは、日本型食生活に起因するところが大変大きく、世界的にも日本食の見直されつつある事は周知の事実である。本研究では日本型食生活の基本は郷土料理にある、との判断から、その素材分析を試みた。

方法 資料：「日本の味百科」、「家庭の郷土料理」、「日本の郷土料理」の三種に掲載されている郷土料理1855種を分析対象とした。集計：1855種の郷土料理を北海道、東北、関東、北陸、東山東海、近畿、中国、四国、九州の9地方に分けた。これらの料理を食物分類表により分類、マークし、外国文献社製パスキーで集計した。使用食品の出現頻度、累積出現頻度、未出現頻度、素材数などを算出した。

結果 ① 地方別における食品数の出現頻度は、もっとも大きいものが九州で1929、次いで東北1580、近畿1477、東山東海1348、関東1334、北陸1267、中国1256、四国1032、北海道740であった。② 各料理にみられる食品素材出現頻度は1~2、調味料は3~4がもっとも多く認められた。また、調味料中、しょう油は全国的に、塩は北海道をはじめとする北の方で、そして砂糖は九州ほど南の方でよく用いられていた。