

ノートルダム清心女大 ○今田節子, 藤田真理子

【目的】 西日本沿岸一帯に伝承される海藻の食習慣の一つに、保健食としての海藻利用がみられる。この習慣は住民の経験的知識に基づくものであると同時に、江戸時代に発達した本草学の影響も大きいものと思われる。そこで、江戸時代の本草書に記載された海藻の効用や使用法を明確にし、海藻の食習慣形成への影響と変容を探った。

【方法】 江戸時代に著された本草書『庖厨備用倭名本草』(1684年)、『食用簡便』(1687年)を主な資料として、海藻の性質、効用、使用法などを整理した。そして、庶民生活の中で伝承されてきた保健食としての海藻利用*と比較した。(※第48回日本家政学会要旨)

【結果】 ①海藻26種類が紹介され、褐藻類7種、紅藻類14種、緑藻類3種、藍藻類1種、不明1種であった。②海藻の効用340例が示され、病気の治療、症状の軽減を目的としたものが(76%)、摂食・多食を禁止したもの(21%)、健康食(3%)であった。③消化器、循環器、内分泌・代謝異常、腎臓、呼吸器、感染症などの多重類の病気や症状に対する効用が示され、中でも腫瘍、悪性のできもの、こぶに対する効用が36例も示されていた。④多食禁、摂食禁では、消化不良、体を冷やす、腹痛を起こすなどの理由があげられていた。⑤健康食としては滋養食、消化を助ける、整腸作用、肥満防止、血をおさめるなどの効用がみられた。⑥『食用簡便』には使用法が詳しく、90%以上が煮る、汁物、和え物、酢の物などの料理として利用で、煎じ汁、湿布などの薬としての利用形態はわずかであった。⑦本草書の海藻の効用、利用法は、伝統食にみられる保健食としての海藻利用法と類似性が高く、江戸時代の本草は海藻の食習慣形成に影響を及ぼしてきたと考えられる。