

昭和初期（1920年代）における日常食の傾向 —都市部における食生活—

乙木隆子（日本女大・院）

【目的】日本の伝統的食生活はひとくちに「高炭水化物・低脂肪」, 「米と魚と野菜の組み合わせ」と表現される。しかし山間, 漁村, 平野などに住み食生活を自給自足に近い形で営んでいた地域と, 自給できない都市の食生活は差異があったと考える。そこで都市地域での日常食の概要を掴むため①職業②世帯構造③食料調達方法④主食⑤食材料数⑥PFC比率などから検証を試みた。

【方法】昭和初期の東京, 金沢, 名古屋, 大阪, など11都市に住む月給取り5家庭, 商家13家庭, 職人4家庭計22家庭88日分の日常食の傾向を, 『日本の食生活全集』（農文協）に掲載されている献立を参考に上記項目について検証した。

【結果】世帯構造は月給取り家庭では二世帯が中心で平均世帯人員は5.0人, 商家は三世帯家庭が多く使用人も多いため平均世帯人員12.5人, 職人家庭も使用人が多く, 平均世帯人員18.8人であった。食料調達は郊外に田畑をもったり, 庭での養鶏で一部を自給する家庭もあるが, 大部分は, 振り売り, 行商, 市場, 小売店を利用し, また料理店や屋台を利用した中食や, 百貨店や洋食店での外食もあった。主食は, 米飯が多く, 米混合は8家庭, 使用食材料数は14~25種類, 一食当たりの副食数は約2~3品程度で, PFC比率はP比率12~16%, F比率7~16%, C比率70~80%で, 平均14:12:74となった。