

『本朝食鑑』収録の食養生記事に関する分析調査(オズ報)

日本女大 石川松太郎 女子栄養大 島崎とみ子

筑波大坂戸高 石川尚子 知洋女大 松田久子 高野俊

「その4」魚介食品の調理・加工に関する記事を中心に

目的：本研究は近世養生書の中でも代表と目される人見心大著・元禄10年刊(1697)の『本朝食鑑』を取りあげ精査した。「その1」の目的で述べたように、近世は養生思想が飛躍し、とくに食物摂取の中から養生に心がけようという養生書が刊行され普及した時代である。本研究では、オズ報の植物性食品について主として魚介食品の調理法に関する記事を分析し、その実態の一端を明らかにしようとした。

方法：『本朝食鑑』巻之七、巻之八、巻之九、巻之十に記載されている魚介食品の分野から、それぞれの食品の調理法に関する記事を抽出して調査する。その調理法については生食・加熱調理及び加工、貯蔵等に分類して考察する。

結果：上記分析を行なう中にとくに魚介食品は、我が国の食生活史上、重要な役割を果たし、その内容も実に豊富であり、実生活上欠くべからざるものが多いと思われる。庶民の日常食を中心に当時の食生活の実態を踏まえた記述が多く見られる。その調理法は魚の部位によって異なる記載が多くあり、現代の食生活にも通じるいくつかの興味ある結果が得られたのでここに発表する。