

目的 筆者は、これまでに、天保期長州藩の地誌である『防長風土注進案』と、明治初期飛騨地方の地誌である『斐太後風土記』を基礎資料として、当時の食料と栄養に関する研究を行ってきた。そこで、今回は、長州藩と飛騨地方の食料と栄養について、比較検討するとともに、19世紀中葉の日本の食生活を明らかにしたい。

方法 すでに報告したように、『防長風土注進案』と『斐太後風土記』に記載された食用産物をデータベース化し、それぞれの食料を分類、単位の換算を行い、個々の食料について総生産量を算出した。さらに、移出入を考慮にいて、1人1日あたり食料供給量および栄養素等供給量を算出した。そこで、天保期長州藩と明治初期飛騨地方の食料および栄養状況を比較検討した。

結果 ①穀類は、長州藩では、コメ、ムギ、飛騨地方ではコメ、ヒエが主体であった。②長州藩ではイモ類、飛騨地方は堅果類の利用がさかんであった。③野菜類は、長州藩ではダイコンをはじめ供給量が多かったが、飛騨地方は少なかった。④長州藩ではクジラ・海藻類の利用が特徴であった。なお、これらの大きな原因は地域差と考えられた。

栄養素等供給量は、無機質、ビタミン類において、長州藩のほうが多く、とくにイモ類、野菜類の供給量が多いためと考えられた。しかしながら、両者はともに、19世紀中葉の日本の食生活の特徴として、穀類に依存し、動物性食品の占める比率が小さく、脂質が少なく、カルシウムの不足した食事であることがわかった。