一般社団法人 日本調理科学会
2021年度大会

研究発表要旨集

目　　次

1. 大会案内

2. 公開学術講演会

一般社団法人日本調理科学会　創立50周年記念出版事業
「伝え継ぐ 日本の家庭料理」完結記念講演会

研究活動から書籍刊行へ
―著作委員会発足と家庭料理ポスター発表―
…… 東京聖栄大学 准教授　福留奈美

16冊刊行を振り返って
『調理科学の目』と『読み方案内』
…… 日本女子大学 名誉教授　大越ひろ

日本の伝統的な食の嗜好性とその継承
……（一社）和食文化国民会議 代表理事会長・甲子園大学 副学長
伏木　亨

3. プログラム

（口頭発表・若手研究者発表奨励賞ｅポスター・一般ｅポスター・
特別企画「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」）

一般社団法人
日本調理科学会
The Japan Society of Cookery Science

2021年９月７日（火）・９月８日（水）
実践女子大学

公開学術講演会

「伝え継ぐ 日本の家庭料理」完結記念講演会

（一社）日本調理科学会 創立50周年記念出版事業

1．研究活動から書籍刊行へ
― 著作委員会発足と家庭料理ポスター発表 ―

東京聖栄大学 准教授
福留　奈美氏

2．16冊刊行を振り返って
『調理科学の目』と『読み方案内』

日本女子大学 名誉教授
大越　ひろ氏

3．日本の伝統的な食の嗜好性とその継承

（一社）和食文化国民会議 代表理事会長
甲子園大学 副学長
伏木　　亨氏

司会

愛国学園短期大学 学長
平尾　和子

1．研究活動から書籍刊行へ
― 著作委員会発足と家庭料理ポスター発表 ―

東京聖栄大学准教授
福留　奈美

2021年８月，本学会が企画・編集を行う「伝え継ぐ 日本の家庭料理」（農文協）16冊刊行が完結する。その始まりは平成24－25年度の特別研究「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」にあり，その後の研究活動継続と出版活動へとつながった。

家庭料理の特別研究は，特別研究「調理文化の地域性と調理科学」の「豆・いも類」（平成12－13年度），「魚介類」（平成15－16年度），「行事食」（平成21－22年度）の全国調査を継承する形で始まった。調査対象の「日本の家庭料理」は，「各地域の自然環境の中から育まれた食材を中心とした日常食または行事食などで，1960～1970（昭和35～45）年頃までに定着してきた地域の郷土料理とする。」[1] と定義づけられた。日本の食文化研究で多く参照される「日本の食生活全集」（農文協　1984-1993）は，大正期から昭和初期の日本全国の食生活の記録である。それに続く昭和期前半の食生活を記録するものとして，本学会の家庭料理研究と出版事業が果たした役割は大きい。

2012年度から計336名が参加し，2013年６月から2014年にかけて調査を行い，聞き書き調査報告書２冊（平成24－25年度，26年度）にまとめた。2013年８月の理事会において家庭料理研究活動を継続的な研究委員会の位置づけとし，2014年，次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理研究委員会（以下，家庭料理研究委員会）が発足した。研究は主に，2016年から継続する年次大会での特別企画「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」ポスター発表である。コロナ禍で中止となった2020年度を除き，各都道府県の主食の特徴（2016），おやつの特徴（2017），主菜の特徴（2018），副菜の特徴（2019），行事食（2021），地域の特徴（2022予定）と題した発表を行い，２年毎にポスターデータをCDにおさめ，発表者らに配布している。

出版については，調査研究を進める中で収集した家庭料理にまつわる物語やレシピを書籍化したいとする要望があがり，営業担当者を通じて農文協に理事らが相談に行き，出版企画が2014年に始動した。研究委員会とほぼ同じメンバーで，家庭料理編集委員会・家庭料理著作委員会が組織され，料理の選定作業や先行県での撮影が始まった。2016年，都道府県別から16テーマ別刊行に方針を切り替えるに当たり，創立50周年記念出版事業に位置づけることとし，記念出版委員会・都道府県著作委員会に組織替えをして現在に至る。

2017年11月－2021年８月刊行完結の別冊うかたま全16冊と同内容の全集版（愛蔵版）が2021年中に全16冊揃う。本書は2020年度食生活ジャーナリスト大賞（食文化部門）を受賞したほか，全国紙，地方紙等の各種媒体に取り上げられ，注目を集めつつある。本企画では，都道府県毎に40品の料理撮影とレシピ等の作成を行い，その内約1,400品を書籍に掲載し，全1,880品のデジタルアーカイブ化を2021－2022年度に行う。

また，2021年８月より家庭料理の研究・出版活動の成果報告をするWebサイト（略称，家庭料理Webサイト）を順次公開する。新規の特別研究や学会員の今後の研究活動に，これまで培った研究活動体制や著作活動等の人的ネットワークが生かされることが望まれる。

[1] 石井克枝，「次世代に伝え継ぐ 日本の家庭料理」の活動，日本調理科学会誌 創立50周年記念増刊号，pp.127-129，2017

【プロフィール】

福留　奈美（ふくとめ　なみ）

1992年　お茶の水女子大学大学院卒業

2019年　東京聖栄大学健康栄養学部食品学科准教授

- 創立50周年記念出版委員，「伝え継ぐ 日本の家庭料理」高知県著作委員
- 次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理研究委員会運営委員
- （一社）和食文化国民会議　調査・研究部会幹事
- （一社）日本家政学会　食文化研究部会役員

2．16冊刊行を振り返って
『調理科学の目』と『読み方案内』

日本女子大学名誉教授
大越　ひろ

1．はじめに

この16冊のシリーズは，各都道府県の家庭料理著作委員が担当した約40品目の料理写真と解説およびレシピなどのページ，記念出版委員会の作業部会委員４名が担当した『読み方案内』及び『調理科学の目１』および，業績などを考慮して，推薦された会員が担当した『調理科学の目２』から構成されている。なお，『読み方案内』および『調理科学の目』は，本シリーズが（一社）日本調理科学会の企画・編集によるものであることを鑑み，本シリーズに掲載された内容に関連する調理科学の研究成果について，読者にわかりやすく，解説する内容としてある。

2．『調理科学の目』

『調理科学の目』について，16冊のテーマのなかから代表的なものを挙げる。

・**野菜のおかず（秋から冬）**の『調理科学の目１』では，「根菜の味と食べ方をめぐって～地域と季節と調理方法」，『調理科学の目２』では「野菜の調理は‘硬化’をうまく利用する」を取り上げて，大根の調理性を中心に調理科学的な視点から解説を試みている。

・**魚のおかず（いわし・さばなど）**の『調理科学の目１』では，「魚をどう食べてきたか～大衆魚・赤身魚を中心に」として，イワシ，サンマ，アジ，サバを含む赤身魚と白身魚の違いなどを，成分や調理法について調理科学的視点から解説している。『調理科学の目２』では，「イカの調理特性」として，調理科学的な特性を解説している。

・**そば・うどん・粉もの**の『調理科学の目１』では，『小麦粉の麺，そのおいしさの科学』として，うどんは腰の強い麺を作るために小麦粉に塩を入れて捏ねる操作を行うが，その操作の意味について，グルテン形成の仕組みを解説している。『調理科学の目２』では，「東西で異なるうどんつゆの味」について，西日本ではつゆの色が薄く，東日本では色が濃いことを明かにしている。

・**いも・豆・海藻のおかず**の『調理科学の目１』では，「いも・豆・海藻の食感を科学する」として，ジャガイモの調理操作によるテクスチャーの変化について述べ，海藻にテングサやイギスが多く用いられているので，ゼリー状に固まる原理を解説している。『調理科学の目２』では「‘白みとり豆’の文化と科学」について，白みとり豆が行事食に用いられていること，またササゲ属であり，年々生産が減少していることを明かにしている。

3．『読み方案内』

『読み方案内』について，代表的なものを挙げる。

・**米のおやつともち**では，『形を変える米　多彩なつくり方と食べ方』について紹介し，食材の使い方や調理法から，その料理ならではの特徴や地域特性が見えることを示唆した。特に，葉っぱで包むおやつには，地域性が見られ，山口県や徳島県などの西日本では，サルトリイバラが柏餅の包む葉っぱとして用いられ，関東などの東日本で食べられている柏餅とは異なるので，読み方案内を参考に，内容を見返すことができる。

・**肉・豆腐・麩のおかず**では，『肉・豆腐・麩をおいしく食べる知恵』について紹介し，調理法やその料理ならではの地域性が見られる。豚の料理には地域ごとに特徴が認められ，横浜，長崎などの港町，鹿児島や沖縄など，中国や外国人宣教師の影響を受けた料理（豚の角煮や焼売など）が見られている。また，調査対象時期の昭和30年代には，捕鯨が行われており，クジラ料理が学校給食の献立に竜田揚げとして上り，家庭にもクジラは庶民的な味として普及していた。

・**汁もの**では，『食材の旨味みを汁ごと味わう季節を感じる汁物の魅力』について紹介するため，汁ものの見どころと特徴をまとめ，解説してある。例えば「実の少ないシンプルな汁もの」では。汁と実のおいしさを味わう汁ものなので，実には地域性が見られる。

4.　記念事業の一つの成果として

このシリーズが，（一社）日本調理科学会の企画した記念事業の成果であり，会員の今後の研究の参考になれば幸いである。

【プロフィール】

大越　ひろ（おおごし　ひろ）
1993年４月～　日本女子大学教授（2016年３月まで）
2016年４月～　日本女子大学名誉教授
2012年６月～2016年６月
（一社）日本調理科学会会長

3．日本の伝統的な食の嗜好性とその継承

（一社）和食文化国民会議 代表理事会長
甲子園大学　副学長
伏木　　亨

うま味の効いた出汁は日本の伝統的な料理に共通の味わいである。うま味に対する嗜好は日本のみならず世界中の食文化に見られるが，日本の出汁はうま味に特化したシンプルな組成が特徴である。濃厚さを排して素材の味わいを生かすことが日本の伝統的な嗜好であると言える。

うま味の嗜好に関する古典的な研究として，イスラエルのスタイナーらは，生後24時間以内の新生児の舌の上に各種の基本味溶液を滴下して表情の変化を観察した。砂糖水を舌に与えられた新生児は好ましい表情を見せる。反対にキニーネの苦みや酢酸の酸味に対しては露骨に嫌な表情を表す。特に特徴のないスープに対して，新生児は中立的な表情をしたが，これに0.1％のグルタミン酸ナトリウムを添加すると好ましい表情に変化し，0.5％添加ではさらに明らかに好ましい表情を示した。この研究から，新生児も先天的にうま味を好ましく感じることが示唆された。

動物実験では，出汁を好きになったマウスは，出汁の美味しさに病みつきになることが明らかになっている。出汁に対する執着の行動には，脳の報酬系と呼ばれる神経の機構が関与していることが示唆されている。この神経系はドーパミンを伝達物質として利用している。ドーパミン神経は，美味しさの判断とは直接関係しているわけではなく，「もっと欲しい，このまま続けたい」というような欲求をもたらしている。味覚神経から来る砂糖の甘みや脂肪の味わいの情報，あるいは。匂いやうま味から推測される出汁の存在情報に，十分なカロリーという代謝情報が統合されて病みつきが生じる。

油脂と砂糖，そして出汁が同じメカニズムでやみつきをもたらすことは，日本人の食生活と健康を考える上で重要である。出汁の美味しさが油脂と砂糖の過剰な摂取に対抗できることを示しているからである。やめられないほどの美味しさを得るためには油脂と砂糖の２つの選択肢しかない欧米食に比べて，出汁のおいしさという新たな選択肢が加わっただけで，油脂と砂糖への過度の依存が軽減される。

出汁の香りに対する嗜好性は，幼い時期に成立することが示唆されており，幼い時期に特定の匂いが好ましいことを刷り込むと，子供は成人してからもその匂いを好むようになる可能性がある。研究協力者であった川崎らは，妊娠したマウスを使って，幼児期の食体験の重要性を示唆する実験を行った。鰹節の風味を好むようになるには離乳期を含む時期の摂取体験が重要であることを示した。

離乳期の後期には，マウスは親の餌を失敬して食べ出す。これが離乳の始まりである。親を真似して食べる餌には警戒感もないであろう。この時に風味の嗜好が継承される。

人間の離乳までの期間はマウスよりももっと長い。食べ物の名前や味わいが言葉として定着することで食べ物の嗜好はさらに確固としたものになる。これらの時期に風味の体験がいわば「刷り込まれて」嗜好の基盤を形成するといえよう。出汁の風味を幼児から教える必要がある所以である。

【参考文献】

伏木亨　だしの神秘　朝日新書2017年
伏木亨　うま味の秘密　和食文化ブックレット思文閣出版2017年

【プロフィール】

伏木　　亨（ふしき　とおる）
1975年　京都大学農学部卒業。
1994年　京都大学農学研究科食品生物科学専攻教授。
2009年　京都大学白眉センター長（３年間）。
2015年　龍谷大学農学部教授。
2021年　甲子園大学副学長。
日本香辛料研究会会長，日本料理アカデミー理事，（一社）和食文化国民会議代表理事会長。
2014年紫綬褒章受章。