

山口県郷土料理 “ささげごはん” の認知度調査

山下晋平

(宇部フロンティア大学短期大学部食物栄養学科)

An Awareness Survey of Yamaguchi Prefecture Local Specialty “Sasage-gohan”

Shinpei Yamashita

(Department of Food and Nutrition, Ube Frontier College)

本学短期大学部の食物栄養学科の学生及び保護者と本学付属幼稚園に通っている保護者を対象にささげごはんの認知度調査を実施した。調査内容は、豆類の摂取頻度、ささげ及びささげごはんの認知度と食経験で構成した。調査項目については、世代での影響をみるために、10歳代と20歳代を「若年世代」とし40歳代、50歳代、60歳代以上をあわせて「熟年世代」と定義し分析を行った。豆類の摂取頻度は若年世代では「月1回」が29.2%と最も高く、熟年世代では「週2,3回」が31.3%と最も高いという結果が得られた。よく摂取する豆類については、大豆と枝豆が世代にかかわらずよく食べられているという結果が得られた。

ささげの認知度と食経験はそれぞれ30.3, 24.8%と低く、ささげごはんの認知度と食経験においてもどちらも10.0%未満と世代にかかわらず低いという結果が得られた。このことから、ささげやささげごはんが認知度だけでなく、食経験も低く、郷土料理が継承されていないことが明らかとなった。

キーワード：ささげごはん、郷土料理、認知度、豆類、ささげ

1. 緒言

古来より日本は、畑で獲れるささげ・大豆などの豆類は、雑穀類、いも類などと人口の増加における米不足を補っていた¹⁾。そのため、郷土料理や日本伝統料理は大豆や豆類加工品等が多く用いられており、精進料理において大豆などの豆類はタンパク源として重宝され利用されている。一般家庭でも消費量が減少してきたもの大豆・小豆・いんげんまめ等は利用されているが、ささげの場合は食卓に上がるのが少ない。

山口県の郷土料理である「ささげごはん」に使用する「ささげ」とは、マメ科の一年草で角豆、大角豆とも書き²⁾、給水による表皮の損傷(銅割れ)があずきよりも少なく、あずきの代わりに赤飯に用いられる³⁾。1900年に全国学校栄養協会が発行した「楽しい行事食」⁴⁾には赤飯の材料として「ささげ」と記載されており、2016年に発行された「たのしい調理 - 基礎と実習 - 第5版」⁵⁾においては、ささげまたは小豆と記載されている。しかし「ささげごはん」は、ゆでたささ

げとささげの煮汁をいれて、ご飯を炊いた料理で、その他にも白飯を炊いて、ささげだけを混ぜる作り方や米に煮汁を加えて炊き、炊きあがり後にささげを混ぜて作られる⁶⁾。そのため、赤飯は材料や作り方は似ているものの異なる料理である。

これまでに山口県の豆類を使用する郷土料理である「けんちょう」「いとこ煮」などについては知識及び意識の実態調査⁷⁾だけでなく、地域特性についてまで調査・報告⁸⁾がされているが、「ささげごはん」については調査が行われていない。

そこで、本研究ではささげ及びささげごはんの認知度と食経験について調査するとともに、豆類摂取頻度の調査を行った。

2. 方法

2-1. 調査対象

本学短期大学部の食物栄養学科の学生及び保護者と本学付属幼稚園に通っている保護者を対象に質問紙調

査を行った。

2-2. 調査項目

(1) 基本属性

対象者の属性として、年齢(10歳代,20歳代,30歳代,40歳代,50歳代,60歳代以上)、性別(男性,女性)、居住地域(山口市,下関市,宇部市,萩市,防府市,下松市,岩国市,光市,長門市,柳井市,美祢市,周南市,山陽小野田市,大島郡,玖珂郡,熊毛郡,阿武郡)について調査を行った。

(2) 豆類の摂取頻度

豆類の摂取頻度については、谷口ら⁹⁾が使用した選択肢を参考に、調査を行った。

(3) よく摂取する豆類

よく摂取する豆については「大豆」「ひよこまめ」「小豆」「ささげ」「いんげんまめ」「そらまめ」「えんどう」「落花生」「うずらまめ」「とらまめ」「花豆」「グリーンピース」「黒豆」「枝豆」「その他」から複数回答(優先度の高い3つ)とした。

「枝豆」は、野菜用として未成熟の種実を利用する目的で栽培される大豆³⁾、「黒豆」は大豆の品種のひとつであるが、谷口らが、知っている豆の種類として「大豆」「枝豆」「黒豆」は「大豆」を別に回答しているパターンが多かったと報告している⁹⁾。そのため本研究では、「枝豆」「黒豆」を「大豆」とわけて調査を行った。

(4) ささげ及びささげごはんについて

ささげ及びささげごはんの認知度、食経験については2件法を用いて調査を行った。

2-3. 分析方法

本研究では、世代での影響をみるために、10歳代と20歳代を「若年世代」とし40歳代,50歳代,60歳代以上をあわせて「熟年世代」と定義した。世代による影響を検討するために、 χ^2 検定を用い、検定の有効水準は5%未満として行った。

3. 結果及び考察

3-1. 対象者の属性

本学短期大学部の食物栄養学科の学生及び保護者と

本学付属幼稚園の保護者で回答が得られた252名を分析対象者とした。表1に示した通り、対象者の82.9%が女性と回答者のほとんどが女性であった。

また、年代では30歳代が44.9%と割合が高く、次いで40歳代の22.2%、10歳代の18.7%という結果が得られた。居住地域は本学及び付属幼稚園が宇部市に位置していることから対象者の79.8%が宇部市であった。

表1 基本属性

	人数	(%)
性別		
男性	11	4.4
女性	209	82.9
無回答	32	12.7
年代		
10歳代	47	18.7
20歳代	19	7.5
30歳代	112	44.4
40歳代	56	22.2
50歳代	10	4.0
60歳代以上	3	1.2
無回答	5	2.0
居住地域		
宇部市	201	79.8
山口市	13	5.2
防府市	11	4.4
山陽小野田市	8	3.2
周南市	8	3.2
美祢市	3	1.2
下関市	2	0.8
長門市	1	0.4
光市	1	0.4
下松市	1	0.4
無回答	3	1.2

3-2. 豆類の摂取頻度

豆類の摂取頻度については、「週1回」が23.3%と最も高く、次いで「月2,3回」が22.0%、「週2,3回」が20.4%であった。また「ほぼ毎日」「週2,3回」「週1回」を合わせて「週1回以上」としたところ、52.3%の人が週1回以上、豆類を摂取しているという結果が得られた。

豆類の摂取頻度について世代間で比較してみると、若年世代では「月1回」が29.2%と最も高く、熟年世代では「週2,3回」が31.3%と最も高いという結果が得られた。また「週1回以上」は若年世代が30.8%、熟年世代が65.6%と世代間で有意な差がみられた($p < 0.01$)。このことから、熟年世代の方が豆類をよく摂取していることが推察された。さらに、谷口らが19~20歳の女子大生に行った調査⁹⁾では週1回

以上豆類を摂取する人が64%であったことから、今回調査した若年世代は豆類の摂取頻度がきわめて低いことが示唆された。

表2 豆類の摂取頻度

	全体 (n=245) (%)	若年世代 (n=65) (%)	熟年世代 (n=67) (%)	χ^2 検定
毎日	8.6	3.1	11.9	
週2,3回	20.4	12.3	31.3	
週1回	23.3	15.4	22.4	
月2,3回	22.0	26.2	16.4	
月1回	15.1	29.2	9.0	
年2,3回	9.0	9.2	7.5	
年1回	1.6	4.6	1.5	
週1回以上※	52.2	30.8	65.7	**

※ 週1回以上: 「ほぼ毎日」「週2,3回」「週1回」を合わせた値
** : p<0.01

3-3. よく摂取する豆類について

よく摂取する豆類として、大豆が76.7%と最も多く、次に枝豆が66.1%、小豆が25.7%であった。大豆と枝豆が他の豆類に比べて、よく摂取する豆類であることが明らかとなった。大豆は豆腐や納豆などの豆類加工品として食べる機会が多いことに加え、山口県の郷土料理に豆腐を使用する「けんちょう」があることからよく食べられていると考えられた。また枝豆は、山口県における収穫量が2007年の256トンから2016年には440トンまで増加¹⁰⁾し、この10年間で収穫量が約約1.7倍になっていることから、食べる機会が増えていると考えられた。小豆は大豆と同様に、山口県郷土料理である「いとこ煮」があることや、餡などに加工されるなどで、よく使用される豆類であるということが推察された。

よく摂取する豆類について、世代間で比較してみると、若年世代では、大豆(69.2%)、枝豆(61.5%)、グリンピース(29.2%)の順で、熟年世代では大豆(74.6%)、枝豆(65.7%)、小豆(22.4%)、いんげんまめ(22.4%)、落花生(22.4%)の順で食べる頻度が高いという結果が得られた。このことから、大豆と枝豆は世代共通してよく摂取していることが明らかになった一方で、「落花生」と「グリンピース」において世代間で有意な差がみられた(表3, 落花生: p<0.05, グリンピース: p<0.01)。

今回の調査で、世代間でよく摂取する豆類に差が見

られたが、豆の利用法及び調理法についてまで調査できておらず、普段の豆の利用を明らかにするために、世代間でよく摂取する豆類に差が出た原因を明らかにするために再調査をする必要がある。

表3 よく摂取する豆類について

豆の種類	全体 (n=245)	若年世代 (n=65)	熟年世代 (n=67)	χ^2 検定
大豆	188 (76.7)	45 (69.2)	50 (74.6)	n.s.
ひよこまめ	11 (4.5)	2 (3.1)	2 (3.0)	n.s.
小豆	63 (25.7)	13 (20.0)	15 (22.4)	n.s.
ささげ	5 (2.0)	0 (0.0)	3 (4.5)	n.s.
いんげんまめ	51 (20.8)	15 (23.1)	15 (22.4)	n.s.
そらまめ	14 (5.7)	2 (3.1)	3 (4.5)	n.s.
えんどう	21 (8.6)	10 (15.4)	7 (10.4)	n.s.
落花生	32 (13.1)	6 (9.2)	15 (22.4)	*
うずらまめ	3 (1.2)	0 (0.0)	2 (3.0)	n.s.
とらまめ	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	-
花豆	1 (0.4)	0 (0.0)	1 (1.5)	n.s.
グリンピース	42 (17.1)	19 (29.2)	7 (10.4)	**
黒豆	20 (8.2)	3 (4.6)	3 (4.5)	n.s.
枝豆	162 (66.1)	40 (61.5)	44 (65.7)	n.s.
その他	4 (1.6)	1 (1.5)	1 (1.5)	n.s.

単位: 人(%)

** : p<0.01 * : p<0.05 n.s.: 非優位

- : 検定できなかったことを示す

3-4. ささげ及びささげごはんの認知度、食経験

ささげの認知度及び食経験はそれぞれ30.6%、24.5%と低いという結果が得られ、ささげごはんの認知度と食経験はそれぞれ9.8%、7.9%ときわめて低いという結果が得られた(表4)。これは、本調査でよく摂取する豆類として「ささげ」と回答した人が5人(2.0%)であったことが影響している推察された。しかし、よく摂取する豆類と回答した以外の人にも、ささげ及びささげごはんの食経験があることから、いつ、どこで食べたか等を明らかにする必要があると考えられた。

ささげとささげごはんの認知度及び食経験について世代間で比較してみると、どちらの認知度及び食経験において世代間で有意な差がみられなかった。肅藤らの調査¹¹⁾で、親世代は子世代よりも行事の認知度、経験度ともに高く、また儀礼に供される食べ物の食経験においてはより差が大きいことが示されている。しかし、本研究の調査では熟年世代においてもささげご

はんの食経験が10%未満と低かったことから若年世代だけでなく熟年世代にも継承できていないことが推察された。このことから、ささげごはんを郷土料理して継承していくための努力が急務であると考えられた。若い世代への郷土料理の継承には、千葉らは¹²⁾、幼少期から喫食や調理を数多く経験させる必要があると述べている。しかし、筆者が調査した山口県内の保育所・幼稚園給食においては「ささげごはん」の提供はみられなかった¹³⁾。そのため、学校給食における提供実態を調査するとともに、学校給食及び保育所・幼稚園給食における提供頻度を多くするため方法を考案していく必要がある。さらに千葉らは¹²⁾、家庭や地域に対する情報提供や学校教育での教材化等の様々なアプローチが必要であると述べていることから、ささげごはんについて学べる教材の開発を行うとともに、ささげごはんの認知度が低かったことから、家庭や地域への情報発信などを行っていく必要がある。

表4 ささげ及びささげごはんの認知度，食経験

	全体 (n=245)	若年世代 (n=65)	熟年世代 (n=67)	χ ² 検定
	(%)	(%)	(%)	
ささげの認知度	30.6	30.2	29.9	n.s.
ささげの食経験	24.5	19.0	26.9	n.s.
ささげごはんの認知度	9.8	11.1	7.5	n.s.
ささげごはんの食経験	7.9	9.0	9.4	n.s.

n.s.: 非優位

5. まとめ

本学短期大学部の食物栄養学科の学生及び保護者と本学付属幼稚園に通っている保護者を対象にささげごはんの認知度調査を実施した。調査内容は、豆類の摂取頻度、ささげ及びささげごはんの認知度と食経験で構成した。調査項目については、世代での影響をみるために、10歳代と20歳代を「若年世代」とし40歳代、50歳代、60歳代以上をあわせて「熟年世代」と定義し分析を行った。若年世代では「月1回」が29.2%と最も高く、熟年世代では「週2,3回」が31.3%と最も高いという結果が得られた。また「週1回以上」は若年世代が30.8%、熟年世代が65.6%と世代間で有意な差がみられた。よく摂取する豆類については、大豆と枝豆が世代にかかわらずよく食べられているという結果が得られた。その一方で、落花生とグリンピース

では、世代間で有意な差がみられた。

ささげの認知度及び食経験はそれぞれ30.6%、24.5%と低いという結果が得られ、ささげごはんの認知度と食経験はそれぞれ9.8%、7.9%ときわめて低いという結果が得られた。このことから、ささげやささげごはんが認知度だけでなく、食経験も低く、継承されていないことが明らかとなった。そのため、継承していくための努力が急務であると考えられた。

6. 謝辞

この研究をご理解いただき、協力していただいた協力していただいた本学の食物栄養学科学生の皆様、その保護者様、本学付属幼稚園の保護者様に厚く御礼申し上げます。

7. 参考文献

- 濱屋 悦次, 山下 洵子 (2002), 日本の食文化における大豆の存在意義人口成長と大豆の蛋白質, 看護学統合研究 3 (2), 9-17
- 清水 桂一 (1980), 「たべもの語源辞典」, 東京堂出版, 東京, pp.80-81
- 杉田 浩一, 平 宏和, 田島 眞, 安井 明美 (2003) 「日本食品大事典」, 医歯薬出版, 東京, pp.76-77
- 東京都学校給食研究会 (1984), 「楽しい行事食」, 全国学校給食協会, 東京, pp.6-105
- 安藤 真美, 村上 恵, 久木野 睦子, 山内 知子, 富永 しのぶ, 丸山 智美, 杉山 寿美, 赤石 記子 (2016) 「たのしい調理基礎と実習 第5版」, 医歯薬出版, 東京, pp.42-43
- 貞永美紗子 (1981), 「防長・味の春夏秋冬」, マツノ書店, 防府, pp. 32-235
- 園田 純子, 図師 なつき, 服部 美幸, 松村 紗希, 渡部 美里 (2016), 山口県の郷土料理に関する知識及び意識の実態, 日本調理科学会大会研究発表要旨集 28 (0), 184
- 神田 知子, 安藤 真美, 五島 淑子, 櫻井 菜穂子, 花井 玲子 (2004), 山口県の豆類・いも類を用いた料理とその地域性, 日本調理科学会誌 37 (4), 390-400
- 谷口 (山田) 亜樹子, ヒューズ 美代 (2013), 女子大生の豆類の摂取に関する意識調査, 鎌倉女子大学紀要 (20), 41-48

- 10) 農林水産省 「作物統計」
- 11) 齋藤 寛子, 宮地 洋子 (2012), 山形県における
通過儀礼および儀礼食の認識と摂食の現状, 山形
県立米沢女子短期大学紀要 (48), 111-118
- 12) 千葉 しのぶ, 松元 理恵子, 改元 香 (2017), 郷
土料理に接する経験が与える女子短大生の思考や
行動への影響と若い世代への郷土料理伝承のため
の方策, 鹿児島女子短期大学紀要 (52), 9-16
- 13) 山下 晋平 (2018), 山口県の保育所・幼稚園給
食における郷土料理の提供頻度について, 日本
調理科学会誌 51 (2), 112-118

8. 付記

本研究は,2015年度豆類振興事業助成を受けて実施
した研究成果の一部である.