

# 食文化交流の歴史 ——日本を例に——

石毛 直道\*

## 1. 食品加工体系と食事体系

環境から食料を獲得し、調理をおこない、食器に盛りつけて食べてから、消化が終了するまでの、一連の行動に関係した人間活動の文化的側面を考察するのが食文化研究である。

したがって食文化は、食料獲得に関連する研究分野である農学や、人体と食物の関係を考察する栄養学や生理学などの「科学」とも密接な関係をもつ、きわめて広範な研究分野である。その中核に位置するのが、図1に示した食品加工体系と食事行動体系である。

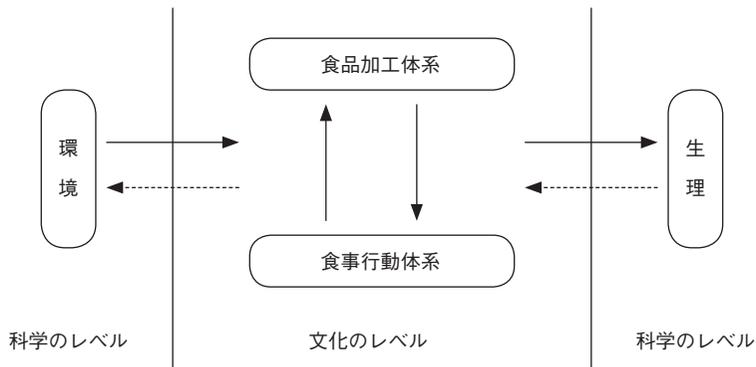


図1

食品加工体系とは、調理用具と技術をもちいて食料に文化的価値を付加することで、広義の料理システムのことである。食事行動体系とは、食に関する価値観とふるまい方のシステムで、好ましい食べものの選択原理、食事行動など、文化によって異なる観念とそれらの観念にしたがって表現される人間行動をしめす。

この2つのシステムを統合して成立するのが「個別的」食文化である。つぎに述べるように、個別的食文化を保持する集団単位は家庭から世界にまで拡大し、集団間の交流による歴史的な変遷を考えなくてはならない。すなわち、図1に空間軸と時間軸を付加して考える必要がある。

\* 執筆者：石毛直道

所属／職位：国立民族学博物館／名誉教授

機関住所：〒565-8511 大阪府吹田市千里万博公園10-1

E-mail：ishige\_lab@ybb.ne.jp

## 2. 食文化の広がり

文化は言語を介して伝達される。「言語は文化の乗り物である」といわれるゆえんである。そこで、食文化の空間的なひろがりを言語になぞらえて説明してみよう(図2)。



図2

人間が基本的言語能力を習得するのは幼児期の家庭生活においてである。家庭における言語生活は、家族ごとに微妙な差がある。これを「家庭語」と名づけると、食文化で対応するのが「家庭料理」に代表される「家庭の食」である。おなじ地域に居住していても、それぞれに微妙に異なる「わが家の味」が存在する。

一定の地域における食文化の共通性に着目すると「地方食」という概念が成立するが、それに対応する言語概念が「方言」である。

歴史的に同一の伝統文化を共有して人びとの最大単位が民族であり、「民族語」に対応するのが「民族食」である。

複数の民族を統合した国家が成立すると、「国語」と「国民料理(national dish)」という概念ができ、自分たちの国家の枠外の地域を「外国」とし、「外国語」に象徴される国外の食文化を「外国食」と位置づけるようになった。

東アジアでは、「民族語」と「国語」が一致する朝鮮半島や日本では「民族食」と「国民食」がほぼおなじである(日本においては少数民族のアイヌ語、アイヌ料理が存在したが、現在ではほとんど消滅した)。多民族国家である中国では、「民族語」、「民族食」が健在である。

そして現代の世界においては、「外国語」に接する機会がおおくなった現代の世界では「外国食」が流行するようになった。

本稿は、主として「民族食」=「国民食」のレベルに焦点をあてて、「外国食」の関係に焦点をあてた考察である。

## 3. 文明と文化

近代国家の形成以前には、伝統文化の保持単位は民族であった。それぞれに個性と歴史をもつ個別的な民族文化のちがいをのりこえて、普遍的にひろがる性格をもつ文化を、ここでは文明と表現することにする。

中国、朝鮮半島、日本から構成される東アジアの文化の歴史に強い影響力をもってきたのが

中国文明であった。

地理学的には東南アジアとされるベトナム北部は、漢代から唐代まで中国王朝の支配下にあったので、中国文明の影響がつよい地域である。食文化でいえば箸と匙をもちいて食事をすることが普及し、料理法にも中国と共通する部分がおおいのである。

いっぽう、中国に隣接するモンゴルでは遊牧という異質な生活様式に食の基盤をもつので、農業社会である東アジアの食文化圏とは異なる伝統的食文化の社会である。

本稿では日本の食文化の歴史に例をとって、東アジアにおける食の文化と文明について紹介することにする。

#### 4. 水田稲作の導入

人類史の初期から文明の交流はあった。打製石器から磨製石器へ、土器の使用、農耕や牧畜の開始など、世界各地でおこった旧石器時代から新石器時代への転換は、個別的文化のうえを文明がおおうことによって説明される。

島国である日本への文明の伝播は、中国大陸の沿岸部や朝鮮半島から海を渡ってもたらされるものであった。

日本人の伝統的食文化の歴史にとって最大の出来事は、紀元前1千年紀の前半における水田稲作の導入であった<sup>1</sup>。稲作を開始することによって日本は本格的な農業社会となり、国家が成立した。以後、日本人の食生活にとって米が最も重要な食料となり、古代から現代にいたるまで、日本の農業政策は米の生産量を確保することを中心に展開されるようになった。伝統的な日本料理は、味つけをせずに炊いた米の味と米からつくる酒の味にあうような料理技術を発展させることを目標に発展したものである。

#### 5. 日本的食文化の形成期

統一国家が形成されて以後の日本における食文化の歴史を巨視的に時代区分するならば、6世紀後半から15世紀にいたるながい時代を「日本的食文化の形成期」と位置づけることができる。それは、中国文明において形成された食の文化を吸収して日本的に変化させ、独自の食の文化の基本を形成した時期である。

16世紀に西欧の文明と接触するまでは、日本にとって規範とすべきは中国文明であった。そのことはベトナム、朝鮮半島などの中国周辺の諸民族でもおなじであったし、これら中国と陸続きの国々では中国の統治下にあった時期もある。

それにたいして、海で隔離された日本では中華帝国の支配下に編成されることはなく、中国文明を強制されることはなかった。そこで中国文明を1つの体系として受容することはなく、

文明を構成する要素に分解して、そのなかから自分たちの好む要素だけを選択的にとり入れることが可能であった。したがって、中国文明の文脈の中から、単語だけを選択して、日本の文脈のなかに位置づけることが可能であった。すなわち、中国文明から多大な影響を受けながら、中国文明の脱コンテクスト化によって「日本らしさ」が形成されたのである。

この時代を大胆に区分するなら、獣肉食の禁が普及する10世紀のはじめを境界線とする前後2つの時期にわけることができる。

## 6. 獣肉食の禁

インドに起源する仏教が、中国から朝鮮半島を経由して日本に伝来したのは6世紀中頃のことである。東アジアにひろまった大乘仏教の殺生戒では、魚や肉を食用にすることを禁じている。

しかし、中国でそれをまもったのは聖職者だけであり、仏教信者の一般人の食生活では、近親者の命日などの特定の日をのぞいては、肉食をしてもさしつかえなかった。

朝鮮半島では6世紀に新羅と百済の王が仏教思想にもとづいて動物を殺すことを禁止する命令をだしたと記録されているが、肉食が厳禁されたわけではない。新羅のあとに朝鮮半島を統一した高麗王朝(918~1392年)のもとで、仏教は隆盛をきわめ、民衆も動物の肉を食べなくなり、屠畜もおこなわれなくなった。

13世紀になると、朝鮮半島は、牧畜民であるモンゴル人が中国に建国した元王朝の属国となり、朝鮮半島に駐在したモンゴル人が牧場を開発するようになり、肉食が再開された。

日本においては、675年に天武天皇が最初の肉食禁止令を制定したが、それは特定の期間にかぎって特定の獣肉の食用や、特定の狩猟法と漁獲法を禁止したもので、仏教イデオロギー以外の理由もあって制定された法令であると推定される。

8世紀になると、仏教理念にもとづく国家の統治体制が確立し、王権と宗教が合体した政治思想が形成された。そして12世紀にいたるまでのあいだ、何回も肉食禁止令が発布されたが、それは人々に肉の味を忘れさせるのが困難であったことを物語る。

10世紀には貴族と僧侶、都市民のあいだでは肉食を罪悪視する風習が成立し、土着宗教である神道でも肉食を忌避するようになり、しだいに地方の民衆も肉を食べなくなった<sup>2</sup>。

近代になって肉食が再開されるまで、食肉を目的とした家畜の飼養はなされなかったし、ニワトリは飼養していたが、それは神の使者の鳥とされ、17世紀になるまで鶏肉や鶏卵を食べることはなかった。

肉食と乳や乳製品の食用が欠落した日本の伝統的食生活で、動物性蛋白質の摂取源は魚介類にかぎられるようになった。そこでご馳走は魚となり、魚料理が日本料理の王座を占めるようになった。

## 7. 日本の食生活の形成期

日本の古代国家は、中国に使節団（遣唐使）を派遣して、国家間の交流関係を強化するとともに、中国文明をとり入れることに力を注いだ。しかし、使節団の派遣が中止された10世紀以後は、国交が廃止され、中国へ出かけるのは仏教の修行のため中国の寺院に留学する僧侶などにかぎられるようになる。これらの留学僧が日本に茶樹や、精進料理の技術を伝えた。

10世紀になるまでは、中国や朝鮮半島の食べものや食事の慣習を輸入し、模倣することにつとめた時代であり、10世紀から16世紀までの時代は、海外の影響を消化して、日本人の嗜好や習慣にあうものに再編成して現代に継承される日本的な食生活を形成した時代である。

たとえば、伝統的な調味料である味噌は中国の穀醤に起源をもつ発酵食品で、穀醤の製法は古代に朝鮮半島と日本に伝来した。10世紀頃までの日本では、宮廷貴族などの食事に供される贅沢品で、そのまま食べたり、食物につけて食べることがおこなわれた。12世紀になると、すり鉢が普及して、水に溶けやすいペーストに加工してもちいることになった。のちに醤油が普及するようになるまで、味噌は万能の調味料として使用されるようになり、農家でも味噌を自家製するようになる。こうして、日本人の食事の基本となる味噌汁が誕生したのである。

## 8. 箸の文明

東アジアの食事体系の特色は、箸を使用して食事をすることである。箸を使用するさいには、食物を皿に盛るよりも、碗形の食器に入れたほうが食べやすい。そこで、箸の文明圏では碗形の食器が発達した。箸と碗の使用法をめぐって、東アジアの食事作法が形成された。

箸と匙を使用して食事をする風習は、紀元前5世紀頃から、当時の中国文明の中心地であった華北から、その周辺地域に普及した。紀元前108年から約400年間のあいだ朝鮮半島は中国の支配下にあった。このとき、箸と匙を使用して食事をするのが朝鮮民族に伝わった。

古代中国では箸と匙をもちいて食事するのが原則であった。14世紀後半に成立した明王朝の時代から、中国では箸で米飯を食べるようになり、匙は主としてスープ専用の食具となったが、その以前は米飯も匙で食べていた。

箸と匙をセットで使用した中国の古い習慣を、現在でものこすのが朝鮮半島である。ここでは、飯とスープ、水キムチのような汁気のおおい漬け物は匙で食べ、箸は副食物をつまむためにもちいられる。朝鮮半島の食事作法では、すべての食器は食卓においたまま使用し、食器を手でもちあげずに、箸と匙で口に運ぶ。飯碗、汁碗を手でもちあげて食べる日本人の食事作法は、「乞食の食べ方」と評される。いっぽう、日本人は飯碗、汁碗を手にもたずに食べるのを不作法とみなす。

日本人が箸、匙をもちいて食事をするようになったのは、7世紀の宮廷貴族の食事からであ

ると推定される。貴族たちは当時の中国式にならって、箸と柄の長い金属製の匙をもちいて食事をした。8世紀末には、民衆も箸をもちいて食事をするようになったが、匙は普及しなかった。金属の匙は高価であり、口につけても熱くない木製の椀が庶民の食器であったので、箸だけで食事をしたのである。

10世紀に中国との公式の外交関係がなくなると、貴族たちは匙の使用をすだいにやめ、すべての日本人が箸だけで食事をするようになった。

## 9. 変動の時代

16世紀から17世紀前半にいたる時代は、中世的秩序が崩壊し、封建制の再編成がなされた日本社会の変動期にあたる。この時期にヨーロッパ人が日本を訪れるようになり、日本人は海外に進出し、東南アジア各地に日本人居留地が形成された。

この時代に海外との交流によって、サツマイモ、カボチャ、トウガラシ、タバコなどの新大陸原産の作物が日本に伝来し、栽培されるようになった。

その影響はおおきく、西南日本の水田稲作に適さない環境の地域にサツマイモ栽培が導入されると、それらの地域における人口が急激に増加した。

昔から砂糖は中国から輸入されていたが、貴重品であり、調味料としてよりも、医薬品としてもちいられていた。東南アジアとの交易がさかんになると、大量に砂糖が輸入され、甘い菓子類がつくられるようになる。これにより、現在に伝わる伝統的和菓子が誕生したばかりではなく、ポルトガル人が伝えたケーキやキャンディの製法を日本的に変形したカステラや金平糖などが食べられるようになった。

1623年にサトウキビ栽培が沖縄ではじまる。18世紀には西南日本各地でサトウキビ栽培がなされるようになり、国産の砂糖が普及した。

蒸留技術がタイから沖縄に伝えられ泡盛がつくられるようになり、沖縄から本土に伝えられて焼酎、味醂が製造されることになった。

16世紀中頃からポルトガル人宣教師が来日して、キリスト教の伝道がおこなわれるようになると、急速に日本人の信者が増加した。キリスト教に改宗した人々は、肉食のタブーから解放され、ヨーロッパ風の肉料理も食べるようになった。しかし、のちにキリスト教が弾圧されると、肉を材料とする料理はつくられなくなった。

肉を豆腐などの材料に置きかえて日本風に変革した、小数のヨーロッパの料理法が「南蛮料理」として現在まで残っている。たとえば、天麩羅の語源はポルトガル語に起源するという。

## 10. 伝統的な食文化の完成期

徳川政権の将軍たちが全国支配をした江戸時代（1603～1868年）は、国外からの影響をうけることがすくない状況のもとで、現代に連続する伝統的食文化が成熟した時代である。

「島原の乱」のようにキリスト教に改宗した人々が幕藩体制に反対する勢力となることへの危惧、経済面ではポルトガル船などによる海外貿易がさかんとなり、輸入超過で大量の金、銀が海外に流出したことなどもあり、1630年代には何回も海外との交渉を禁止する鎖国令が発布された。

その結果、キリスト教は禁止され、ポルトガル人は国外追放となり、日本人の海外渡航は全面的に禁止された。オランダ船と中国船が長崎にかぎって入港することが許されたことと、李氏朝鮮王朝の外交使節団である朝鮮通信使が来日することをのぞくと、約200年間、海外との交流のない時代が続いたのである。いっぽう、それは内乱もない平和な時代であった。この時代に伝統的な食文化が完成した。

鰹節や昆布で「だし」をとり、醤油で味つけをする、伝統的な日本料理の手法が確立し普及したのが江戸時代である。この時代に現代にひきつがれる、さまざまな料理法や配膳型式、食事作法が完成したし、料理屋や居酒屋など都市における外食文化が成立した。

フランス料理や中国料理においては、「料理とは、技術を駆使して、自然にはない味覚を創造することである」とでもいえる料理哲学が存在するものようである。

それにたいして、江戸時代に完成した料理哲学では、「加工技術は最小限にとどめ、自然の持ち味を生かしたのが、洗練された料理である」とする、「料理をしないことが料理の理想である」とでもいったパラドキシカルな料理観が発達した。それを象徴するのが、刺身である。そして、食材の季節感を重視し、食器のうえに日本庭園を想わせる盛りつけをするなど、日本独自の料理の美学が形成された。

## 11. 肉食の再開と西洋料理

1868年に徳川政権が崩壊し、海外との国交を開始した日本は、欧米をモデルとした近代国家の形成にむかうことになる。

明治政府の富国強兵政策のもとで、欧米人にくらべて日本人の体格や体力が貧弱なのは肉食をしなかったからだとし、肉食と牛乳の飲用が奨励され、軍隊で兵士たちの食事にも西欧に起源する肉料理が供されるようになった。

幕末にはじまる牛鍋が、すき焼きに発展した例をのぞくと、あたらしい食材である肉の料理法は西欧料理からとり入れたのである。

箸を使用して食事をする中国料理や朝鮮料理の肉料理のほうが、民衆には親しみやすかった

はずであるが、欧米一辺倒の世情のもとではかえりみられなかった。都市で中国料理店が流行するようになるのは1910年代からのことであり、朝鮮料理店にいたっては第二次大戦が終了後のことである。

20世紀になると、大衆的西洋料理を食べさせる「洋食店」が都市で繁盛するようになる。洋食店ではパンではなく米飯を供することがおおく、日本人の味覚にあうように変形した西洋料理を供するのであった。カレーライスやトンカツ、コロッケ、オムライスなど、日本独自の西洋料理が誕生したのである。

しかし、西洋料理を家庭でつくるのは上流・中流以上の家庭にかぎられ、民衆の日常的食生活は江戸時代の延長上に位置づけられるものであった。1934～38年間の統計の平均値によると、国民1人1日あたりの食肉の消費量は6.1gにすぎない。

## 12. 20世紀後半の日本食文化

1937～45年のあいだ、日本は戦争の時代が続いた。ながびく戦争のため食料の確保が困難となり、国民のおおくが空腹になやむようになった。敗戦後、政府にとっての最重要政策が食料の増産であり、とくに米の収量の増大にむけての努力がなされた。米の生産量が15年戦争以前にまで回復したのは1950年代中頃のことである。

1960年代になると、日本経済の急速な成長が顕著になった。経済成長は食の量的増加ばかりではなく、質的な変化をもたらした。米と野菜に依存する伝統的な食生活から、以前にくらべて、より大量の魚介類を食べ、肉料理が日常の食卓に並ぶようになり、動物性蛋白質の摂取量が増大した。油脂の摂取量が増大するとともに、伝統的日本料理では使用しなかった香辛料も使われるようになり、朝食にはパンを食べる人々がおおくなった。欧米、中国、朝鮮半島に起源する海外の料理技術が家庭の台所にとりこまれ、日常の食卓に並ぶようになったのである。

そのいっぽう、1962年以後、米の消費量は減少を続けている。米を腹一杯食べ、副食物は食欲増進剤として少量あったらよいという、主食中心の伝統的食事パターンから、味覚を楽しませる副食物を数おおく食べる食事パターンに変化したのである。

## 13. 日本食レストランの海外進出

1970年代まで、世界の都市における日本料理店はごく少数であった。旧植民地である朝鮮半島と台湾、日本人移民がおおく日本人街が形成された海外の都市でしか日本料理を食べさせる店はなく、その顧客は、在留邦人と日本文化に親しんだ少数の現地人にかぎられていた。

1970年代末に、ニューヨークとロスアンジェルスを拠点に、アメリカでスシ・ブームがおこったのをはじまりとして、世界各地の都市で日本食を供するレストランが開業されるように

なった。2013年の調査では、世界各地の日本食レストランは合計約5万5千店舗におよぶようになった。2014年における東京都全域での日本料理店数が約8万3千店舗であることを考慮にいれば、日本料理が外食としての世界性を獲得したといえよう。

現在の世界では、肉や油脂を多用しない伝統的日本料理は、「健康によい食事」であるとの定評が成立している。また、食材の持ち味を重視して、「料理をしないことを料理の理想とする」日本料理は、世界の料理の変わり者である。日本食レストランで、いままでに経験したことのないおいしさを体験して、日本食のひいきになった人々もおおい<sup>3</sup>。

## 14. 世界との交流

海外で日本食が評価されるようになったいっぽう、国内では伝統的な日本の食文化が衰退している。

欧米、中国、朝鮮半島などに起源する料理が家庭の日常の食卓に並ぶのがあたりまえとなり、一見したところ、無国籍化した食事を楽しむようになった。もっとも、それらは日本人の嗜好にあうように変形した海外料理である。

海外の食文化との交流がさかんとなり、海外の料理をとりいれただけではなく、食料も海外から輸入するようになった。カロリーベースで計算した、現在の日本の食料自給率は約40%にまで低下した。世界中から集めた食料に依存して、豊かな食生活を享受しているのである。

1960年代までの都市における海外料理店は、西洋料理、中国料理、朝鮮料理を食べさせる店がほとんどであった。現在では、地方都市にも、イタリア料理店、メキシコ料理店、東南アジア各国の料理店、インド料理店などの民族料理店が進出している。

## 15. 家庭の食文化の衰退

最初に述べたように、食文化の基本は家庭の食にある。かつては、人は家庭での食をつうじて、地方の食、民族の食を学ぶのであった。しかし、産業社会化と情報社会化した現代社会では、家庭の食の比重がどんどん低下している。

20世紀末から、社会の側の食が、家庭の食にとってかわろうとする傾向がつよくなった。家庭の食を支えてきたのは、台所と食卓である。それにたいして、社会の側の台所が食品産業であり、社会の側の食卓が外食産業である。1990年代前半の日本の産業界では、電気機器産業、自動車産業、石油産業に次いで巨大な金額をあつかう産業分野に食品産業が位置するようになり、ついで鉄鋼産業、外食産業の順になった。

現在の日本では、家庭で昼食をとるのは専業主婦、老人、幼児にかぎられ、学童や家庭外で働く者は社会の側の食卓である外食で食事をする。また、社会の側の台所である食品産業の供

給する既製品の食品を電子レンジで加熱して家庭の食卓に並べるのが、ごく普通のこととなった。

このような食の産業化によって、個食化が進行した。家族の成員が、それぞれの生活サイクルにしたがって出勤、通学したり、塾通い、残業などで帰宅時間が異なるので、家族がそろって食事をするのがすくなくなり、個人別に食事をとることがおこなった。また、家族全員がおなじ料理を食べるのではなく、食卓にそれぞれの嗜好に応じて用意した、既製品の食品も供されるようになったのである。

こうなると、食文化継承の場としての家庭の果たしてきた機能が弱体化する。そこで2005年に「食育基本法」が制定され、社会の側の施設である学校でも食文化を教育することになったのである。

## 註

- 1 日本の水田稲作は朝鮮半島南部を経由してもたらされたという説や長江下流とする説があり、伝来時期についても諸説ある。わたしは稲の収穫具である石包丁の研究から長江下流から海路で朝鮮半島南部と北九州に稲作が伝来したという説を提出したことがある。  
石毛直道 1963年「日本稲作の系譜（上）稲の収穫法（下）石包丁について」『史林』51巻5・6号 史学研究会（再録 2012年 『石毛直道自選著作集』第10巻 ドメス出版）
- 2 日本人の肉食の歴史について、詳しくは下記の文献を参照されたい。  
石毛直道 2015年『日本の食文化史—旧石器時代から現代まで』 岩波書店
- 3 アメリカ人が、なぜ日本食を食べるようになったかを調査したのが下記の文献である。  
石毛直道・小山修三・山口昌伴・栄久庵祥二 1985年『ロスアンジェルス日本料理店—その文化人類学的研究』ドメス出版