

# 家庭食養研究会・栄養と料理学園・女子栄養学園における 栄養学の実践としての調理教育

——朝鮮料理を中心に——

守 屋 亜記子

## 要旨

1933（昭和8）年に創設された家庭食養研究会とそれに続く栄養と料理学園、女子栄養学園の成立過程と、栄養学の実践としての調理教育の内容・方法をとらえ、戦前の栄養教育の一端を明らかにした。特に、朝鮮料理の調理教育に着目した。香川昇三・綾夫妻はともに医師として予防医学の観点から家庭における栄養改善を目的に私塾を開き、実践的で実用性の高い科学的調理教育を重視しこれを実践した。栄養学の理論に裏打ちされたバランスのとれた献立を作成し、おいしさや食文化を重視して科学的で再現性のある調理教育を行った。朝鮮料理の調理教育は、朝鮮に生まれ育った講師により、季節や日本の食文化、日本人の食嗜好を考慮して教授された。講義録である月刊誌『栄養と料理』の記事は懇切丁寧でイラストや口絵も用いられており、初めて朝鮮料理に接する読者の理解を助け再現しやすく実用的であった。栄養と料理学園および女子栄養学園は、当時の教育機関において正規の調理科目となっていなかった朝鮮料理について調理技術のみならず食文化をも教授し、先駆的な栄養教育を牽引した。

キーワード：家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園、栄養学、調理教育、朝鮮料理

## 目次

1. はじめに
2. 香川綾と家庭食養研究会の誕生、栄養と料理学園・女子栄養学園の設立
  - (1) 香川綾の生い立ち
  - (2) 綾と「栄養」
  - (3) 家庭食養研究会の誕生と栄養と料理学園、女子栄養学園の設立
3. 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の教育内容と方法
  - (1) 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の教育方針と教育課程
  - (2) 調理教育に関する授業
4. 朝鮮料理の調理教育
  - (1) 講師
  - (2) 『栄養と料理』に掲載された朝鮮料理
  - (3) 材料と調味
  - (4) 調理法とその手順、および調理上のポイント
    - (a) 『朝鮮料理製法』と同じまたはより詳細な調理法
    - (b) 簡便化された調理法
    - (c) 調理上のポイントの記載
  - (5) 供し方、食べ方、保存法
  - (6) 食文化
5. 実習に対する学生の受け止めについて

- (1) ノート
- (2) 『栄養と料理』の記事とあとがき

## 6. まとめ

- (1) 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の成立過程と栄養教育の実態
- (2) 方信栄・劉福德・上田フサによる朝鮮料理の調理教育

## 1. はじめに

日本における近代は、明治政府が富国強兵と殖産工業政策を推し進める一方で、国民の食生活は貧しく、栄養失調と重労働により脚気や結核などの病が猛威を振るった。特に脚気は国民病とよばれ医学界はその原因究明に明け暮れ、大正時代に入り医学とくに衛生学から「栄養学」が独立し、佐伯矩（1876-1959, 以下「佐伯」と記す）による私立の栄養研究所（設立当初は「營養」の文字を用いた。以下、国立栄養研究所と区別するため私立営研と記す）、続いて国立栄養研究所が開設されると国家の学として調査・研究が本格的に始まる。その後、1923（大正12）年関東大震災を機に専門知識をもつ栄養士（誕生当初は「栄養手」）が病院や工場等で栄養指導を開始し、国民の栄養改善に取り組んだ<sup>1)</sup>。やがて1941（昭和16）年に太平洋戦争が勃発し食糧事情が悪化すると、栄養学は最低限の食糧で国民の生命を維持するための戦力として国家政策に組み込まれてゆく。

本稿は、昭和初期から終戦までの栄養学の実践としての調理教育の一端を明らかにすることを目的とする。具体的には、1933（昭和8）年に設立された家庭食養研究会（のちに栄養と料理学園、女子栄養学園と改称、以下家食研と記す）とその設立者である香川昇三・綾夫妻の教育実践に注目し、実践的で実用性の高い調理教育とその教育を受けた生徒の側の実態を明らかにする。とくに当時正規科目ではなかった朝鮮料理の調理教育を扱う。対象とする期間は、私塾として創立された1933（昭和8）年から女子栄養学園が私立の各種学校として認可される1941（昭和16）年までとする。

家食研および家食研から発展した二つの学園は、女性の中等教育機関である高等女学校の卒業生を対象に家庭での栄養実践を目的に栄養教育を教授した。香川綾（1899-1997, 以下「綾」と記す）は、昭和初期から平成初期にいたるまで栄養改善活動と女子の栄養教育に献身し名をはせた。夫である香川昇三（1895-1945, 以下「昇三」と記す）と二人三脚で理論と調理を両輪にして医学と栄養、料理を結ぶ道を切りひらき、戦後は、昇三亡き後綾が女手一つで女子栄養短期大学（現在の女子栄養大学短期大学部）、女子栄養大学、女子栄養大学大学院を設立する。しかし、綾は栄養や調理教育史の先行研究ではほとんど扱われてこなかった。理由の一つは綾が実践の人であり、栄養教育や調理教育に関する自著が少ないことがあるのではないかとと思われる。

本稿では、調理教育の中でも正規科目ではなかった朝鮮料理に注目し、その教育内容と方法について明らかにする。戦前の日本における朝鮮料理の受容については、キムチや朝鮮料理店に関する先行研究<sup>2)</sup>はあるものの家庭における受容について扱ったものは管見するところ皆無である。外食の場合、広告やメニュー、ガイドブック等が残っているが、家庭の場合はその内実を知るための史料がないことが一因と考えられる。また、中国料理が早い時期から西洋料理に次ぐ新たな料理ジャンルとして外食のみならず高等女学校や料理学校において教授されたのに対し、朝鮮料理は正規の調理科目とならなかったため、研究対象になりにくかったともいえる。しかしながら、家食研およびそれに続く二つの学園の講義録として発行された『栄養と料理』には、家庭での実践を前提に朝鮮料理が収録されており、これを手がかりとして、当時の朝鮮料理の教育内容とその教育を受けた生徒の受け止めの実態を知ることが可能である。これにより、日本における朝鮮料理の受容過程について新たな視点を提示することが期待できると考える。

本稿では、家食研および栄養と料理学園、女子栄養学園により出版された月刊誌『栄養と料理』、香川綾の自伝『香川綾の歩んだ道』（香川綾・香川芳子, 2008）<sup>3)</sup>、卒業生の回顧録である冊子『香川綾の思い出—香川綾記念会記録集（第一回～第十回）』（2010, 香川栄養学園）、生徒の授業ノート等、家食研および栄養と料理学園、女子栄養学園に関する史料を用い、それらを栄養学の実践としての調理教育という視点で精査し分析を行い考察する。なお、当時



の表記は、可能な限り現代の字体や仮名遣いに改めた。今日の人権感覚と言語感覚に照らして不適切と思われる表現があるが、当時の状況を考慮し原則として書き換えていない。

## 2. 香川綾と家庭食養研究会の誕生、栄養と料理学園・女子栄養学園の設立

### (1) 香川綾の生い立ち

前史としてはやや長いが、家食研の教育実践のルーツを探るために、創立者である香川綾の生い立ちと略歴をたどることにする。

綾は1899（明治32）年、和歌山県本宮村（現在の田辺市本宮町）に、警察署長である父横巻一茂、母のぶ枝の次女として生まれた。一茂は当時としては開明的な考え方の持ち主で、女性が学ぶことに対して理解があり「女も勉強すれば偉くなるご時世だ」と言って学問の大切さを綾に教えた。のぶ枝は熱心なクリスチャンであった。後年、綾は母から三つの形見、すなわち神を信じる事、食生活の大切さ、医学への道を与えられたと述べている<sup>4)</sup>。

のぶ枝は料理上手で何よりも食生活を大切にされた。季節の食材をいかし食べる人の嗜好を考慮して作られる食事や菓子の記憶は、綾の胸に「家庭の食事は楽しい」「料理は喜んで食べる家族がいて上達する」との思いを抱かせた。子供時代の温かい家庭の食卓の思い出は、のちに綾が栄養学の実践の場として家庭を重視することへと繋がっている。

綾が湯浅尋常高等小学校高等科2年のときに母が亡くなると、家族で囲む食卓は寂しく味気ないものになった。この経験を通し、綾は「幸せの味は料理の技術とともに、作り人の愛情や食事のときの雰囲気などによってつくられる」ことを実感した。後年計量化による調理を推進するようになってからも、おいしい料理は計量と調理技術だけでなく、献立作りから食卓に至るまで食べる人への細やかな配慮があってはじめて可能となり、健康づくりにつながると述べている<sup>5)</sup>。

母の死をきっかけに綾は医学の道を志すが、父の許しが得られず、1914（大正3）年、和歌山県立師範学校女子部に入学する。卒業後、教師になるも医師になる夢を捨てきれず、母の姉である田中米<sup>6)</sup>を頼って上京し、1921（大正10）年、東京女子医学専門学校（以下、「女子医専」と記す）に入学する。

女子医専の創立者吉岡弥生（以下、吉岡と記す）との出会いは、綾のその後の進路に大きな影響を与えた。とくに「男も女も人間としての使命は同じ」という吉岡の言葉は、綾が栄養改善活動を自らの使命として献身する際に背中を押した。

### (2) 綾と「栄養」

綾と栄養との出会いは、当時国民病と呼ばれた脚気が大きく関わっている。脚気は、元禄時代以降、江戸や大阪など大都市で武士など白米を常食とする階層において蔓延し明治時代になっても猛威をふるった。その原因がアベリン酸（のちにオリザニンと命名）の欠乏にあることが分かり、有効成分がビタミンBと名付けられ臨床実験へと進んだのは1914（大正3）年のことであった。

1926（大正15）年、綾は女子医専を卒業し医師となり、同郷で東京帝国大学医学部教授の島蘭順次郎（1877-1937、以下「島蘭」と記す）のすすめで島蘭内科学教室に入局した。当時、島蘭はビタミンB<sub>1</sub>投与による脚気治療の研究に従事していた。綾は医局の先輩で後に夫となる昇三とともにその研究を補佐した。

島蘭は胚芽米の普及が脚気克服に不可欠と信じ、綾に対し「飯の炊き方」という研究テーマを与えた。綾は、炊飯メカニズムの科学的解明という、当時、学術研究の対象とみなされていなかったテーマに挑み、1928（昭和3）年、『糧友』9月号に「胚芽米の炊き方」という論文を発表した<sup>7)</sup>。その後も「日本の食品のビタミンB含有量とそれに及ぼす調理の影響」といった研究テーマに取り組んだ<sup>8)</sup>。

やがて、綾は島蘭と共に胚芽米による病院給食の改善に取り組む。当時、帝大付属病院の給食は白米が中心で、別の病気で入院中の患者が脚気を併発し予後が悪くなるなどの問題を抱えていた。島蘭は胚芽米による給食改善を試み、患者の症状が劇的に改善するのを目の当たりにしたことから、綾は胚芽米の素晴らしさに感激し栄養学に人生を

賭け、病気を予防する医者になろうとの決意を固めていく。

「病人食は特に味がよくなければならぬ」との島菌の言葉から、綾は1927（昭和2）年赤堀割烹教場や銀座の中島割烹店<sup>9)</sup>に通い始める。そこでの教授法は丁寧ではあったが、秘伝やこつのような経験に基づく調理や「ほどほど」「ちょうどよい加減」など表現が曖昧で再現性に乏しいことに疑問を持った。そこで、いつ、だれが行っても再現できるようにするためには、料理の材料や調味料を計量し加熱時間を含めて数値化し科学的な調理教育が必要であると考えるようになる。

綾は習った料理を医局に持ち帰り、買いそろえた調理器具、温度計やメスシリンダーを使って材料の分量や調味料の割合、火加減、加熱時間など計算し再現を試みた。その結果、どんな料理であっても塩分濃度と調味料の割合がおいしさの決め手であるとの結論に至る。

一方で、医局での動物実験を通し、ビタミンB<sub>1</sub>の欠乏は脚気症状を引き起こすのみならず、栄養失調による抵抗力の低下と回復の遅れを招くことが認められていた。そのため、綾は脚気予防とその治療には、胚芽米の摂取だけでなく食事の栄養バランスがたいせつであると考えた。そこで考案したのが「主食は胚芽米、魚一、豆一、野菜四」という食事法である<sup>10)</sup>。当時の日本人の食事は白米偏重で副食が貧しく栄養失調の状態であったため、ビタミンB<sub>1</sub>が豊富な胚芽米を主食とし副食を十分に摂取することで脚気予防と栄養改善を目指したのである。

1928（昭和3）年頃から綾は各種婦人会の会合などでこの食事法を説くようになる。綾の提唱した食事法は、わかりやすかったこともあり、羽仁もと子による『婦人之友』の読者グループでは毎日のおかずを買う一つの目安にされたという。

1930（昭和5年）年には、近藤耕三が「料理を計量でつくるおもしろい女医がいる」といって、東京女子高等師範学校（現お茶の水女子大学）に綾を招き、同校家政科の卒業生を対象にした講習会を開く。近藤耕三は、東京女子高等師範学校の教授として家事の科学化に取り組み、戦前の家事科教育に大きな影響を与えた人物である。

料理修業から綾が編み出した科学的調理に対しては賛否両論あった。これに賛同する声がある一方、料理には曰く言いがたい要素があり、調味パーセントだけではおいしい料理は作れないとする批判が大半であった。

以上のような経験を通して、綾は吉岡のいう「人間の使命」と島菌の説く「予防医学」とを結ぶものが栄養改善活動であると自覚するようになり、「栄養」と「料理」は綾のライフワークに組み込まれていく。

### (3) 家庭食養研究会の誕生と栄養と料理学園、女子栄養学園の設立

1930（昭和5）年5月、恩師である島菌のすすめにより綾と昇三は結婚した。島菌は「栄養学は象牙の塔に閉じ込めておくべきものではない」と栄養学の実践をすすめ、ふたりは1933（昭和8）年3月、小石川駕籠町（現在の文京区本駒込）の通称「大和郷（やまとむら）」の自宅を改装し家食研を設立した。その目的について、綾は『婦人之友』第28巻第2号において、「家庭食養研究会—その名の示すように広く一般家庭に栄養学を常識として普及させたいというのでございます」と述べ、一般家庭を対象に栄養学を実践することであると述べている<sup>11)</sup>。

日本の栄養学史における家食研の位置づけについて考えるにあたり、日本の近代における栄養学をめぐる動きを概観しておきたい。

近代日本において、脚気の原因究明とその克服が国を挙げて取り組まれたことに象徴されるように、栄養は当初から国家による国民の健康を管理し統制する「国家の学」としての役割を期待されていた。しかしながら、食を形而下の問題として学術研究の対象とみなさない風潮や財政上の理由から国として栄養事業に取り組むことに二の足を踏むなど、栄養が「学」として認知され国家の学となるまでの道のりは平坦なものではなかった。

佐伯は、米国留学から帰国後、1915（大正4）年に私費で私立営研を設立した。その目的は、「栄養学の確立」と「その実践による食生活の改革」であった<sup>12)</sup>。

その後佐伯は、「栄養問題は国家機関が研究することにより、その成果をいち早く国内外に発信し、栄養改善も個人に比べ迅速かつ広範囲に実施できる。栄養問題の解決は喫緊の課題であり、国家が担うべきもの」との信念を貫き政府に働きかけた結果、1920（大正9）年国立栄養研究所（以下、「栄研」と記す）が設立され<sup>13)</sup>、栄養学は国家の学として確立されていく。



関東大震災を機に、1924（大正13）年佐伯は私費で栄養学校を創立し、1926（大正15）年、第1期生15名（男性3名、女性12名）が「栄養手」として卒業した。当時、「栄養手」は国家資格ではなく栄養学校が認めた称号に過ぎなかった<sup>14</sup>。卒業生の中には、警視庁労務課技師となる土屋堅太郎、赤堀割烹教場の3代目赤堀全子、のちに朝鮮の梨花女子専門学校（現在の梨花女子大学校。以下、「梨花女専」と記す）家事科長になる方信栄がいた。

こうして誕生した「栄養手」たちは全国に散らばり、警察や地方自治体の技手として刑務所や工場、病院等で栄養指導にあたった。1933（昭和8）年には、慶応大学病院に食養部（以下、「慶大食養部」と記す）が開設され、慶応大学病院別館にて食餌療法が実施される。

以上のように、私立営研とそれに続く学研による栄養改善活動、慶大食養部による病院での治療食の実践、栄養学校や慶大食養部による栄養士の養成という流れのなかで、香川夫妻は家食研を設立した。自宅を改装して開いたこの私塾の独自性は会の名に「家庭」を冠したこと、すなわち「家庭」における栄養の実践を目指した点である。

早川が指摘するように、慶大食養部が病院で行っている食養生の家庭版を目指したともいえるが、香川夫妻が「家庭」にこだわったのは、慶大食養部との差別化をはかったというよりもむしろ、医局時代の婦人会での講演や『婦人之友』を通じた主婦への発信を通し、「家庭」での栄養実践の手応えと有効性を認識していたからとみるべきであろう<sup>15</sup>。

婦人会や学校での講演を通じ、綾は栄養改善活動こそが予防医学を実現する道であるとの確信をいだく。そして、家食研の目的すなわち「広く一般家庭に栄養学を常識として普及させる」ことの成否は、「栄養料理に対する偏見を打ち破っておいしい食事、喜ばれる献立が作れるかどうかにかかっている」と考えた<sup>16</sup>。おいしい料理に栄養をのせることにより、家庭において栄養学を実践しようというのである。おいしさと栄養の両立、それが家食研の柱の一つであった。

それは、1922（大正11）年以降、佐伯が普及を図った「栄養料理」への批判的挑戦であったといえる。佐伯の「栄養料理」は、「研究室裡の知識を遺憾なく家庭の実生活に適合せしむ」<sup>17</sup> ために栄養素の摂取を第一の目的とし経済性を考慮して献立化したものであった。しかしながら当時「栄養料理」は「不味いもの」とされ、特に料理のおいしさを重視する層からは辛辣に批判された<sup>18</sup>。また、「栄養料理」は工場や寄宿舎などでの集団給食では重宝されたが、家庭での実践には不向きで不便であるとの批判もあった。こうした批判に対し、佐伯は「もっともな言い分で、私も大いに苦慮しております」と述べ、栄養料理の限界を認めた<sup>19</sup>。

綾は『婦人之友』第28巻第2号において、「在来の料理は味や体裁の方面ばかりに重きをおいて、栄養学的にはほとんど考慮されていなかった。また、所謂栄養料理と言えれば反対に体裁の方面が忘れられ『おいしくない』と決まっております」と述べ、料理と栄養の両立を目指したのが家食研であると記している<sup>20</sup>。

以上をまとめると、香川夫妻が設立した家食研は、当時「まずい」と批判され家庭での実践に難のあった「栄養料理」を乗り越えるべく、「家庭においておいしい料理によって栄養学を实践すること」を目的とし、おいしさと栄養の両立を目指したところに独自性があったと言える。

### 3. 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の教育内容と方法

#### (1) 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の教育方針と教育課程

1933（昭和3）年に私塾として始まった家食研は、1937（昭和12）年に栄養と料理学園、1940（昭和15）年には女子栄養学園と改称し、1941（昭和16）年9月16日、私立の各種学校として当時の東京府から認可を受けた。

発足時は、香川夫妻の自宅のある小石川駕籠町の大和郷（やまとむら）と呼ばれた高級住宅地の住民や東京帝大の医局員の家族など中流以上の人々が生徒であったが、『栄養と料理』創刊号掲載の「会員募集」には、入会資格として「高等女学校卒業程度以上」とあり、中等教育を修了した女性を対象としていたことが分かる。

栄養と料理学園に改称後は、全国から生徒が集まるようになる。1939（昭和14）年4月に入学した内山マリは、入学当時、女学校修了者が半分で、東京女子大や津田英学塾、薬専（旧制の薬学専門学校）といったいわゆる女専の卒業生のほか、女医や朝鮮人の学生がいて驚いたと述べており<sup>21</sup>、多様な経歴の女性たちが入学していたことが分

かる。

ここで、留学生についても見ておきたい。『女子栄養大学同窓会名簿』（2004）によれば、最初の留学生は、1939（昭和14）年本科第2回の卒業生李喜英である。李喜英は、1935（昭和10）年3月梨花女専を卒業後、1937（昭和12）年から1943（昭和18）年まで同校にて教員として在職した<sup>22)</sup>。在職中の1938（昭和13）年に栄養と料理学園に入学し、翌年3月に卒業した。同級生には同じく朝鮮から内地留学した上田フサがいる。

二人目の留学生は李元淑である。李元淑は1939（昭和14）年に入学し、翌年3月に本科を卒業生した<sup>23)</sup>。このほか1941（昭和16）年9月には台湾から許黄珠陳が留学した<sup>24)</sup>

家食研、栄養と料理学園、女子栄養学園の教育は、理論と実践すなわち調理実習との両輪で進められた。昇三が栄養学や食品学等を担当し、綾は食物調理法の栄養価に及ぼす影響等について講義を行った<sup>25)</sup>。調理実習には一流の料理人を招き綾も生徒とともに学んだ<sup>26)</sup>。

会の発展と共に講義内容も整い、1939（昭和14）年には3学期制となり、表1のような科目が教授された。講義科目は香川夫妻のほか東京帝大医学部と農学部の若手研究者が担当し、東京帝国大学の重鎮鈴木梅太郎が特別講義を行うこともあった<sup>27)</sup>。

表1 『栄養と料理』第5巻第3号（1939年）に掲載された学課大要

|       | 一学期  | 二学期  | 三学期   |
|-------|--|--|---|
| 科目名*1 | 栄養学<br>食品学<br>生理学<br>調理理論<br>西洋料理<br>日本料理<br>支那料理 (ママ)<br>製菓<br>応用実習 | 栄養学<br>食品学<br>生理学<br>調味法<br>西洋料理<br>日本料理<br>支那料理 (ママ)<br>治病食<br>献立作成 | 栄養学<br>食品学<br>生理学<br>団体食餌<br>西洋料理<br>日本料理<br>小児食<br>治病食<br>献立作成 |

『栄養と料理』第5巻第3号（1939年3月1日発行）より引用。

注

\*1「科目名」の旧字体は原則として新字体および現代仮名遣いに直してある。

## (2) 調理教育に関する授業

綾は、栄養教育の効果を最大化するには、栄養学に基づく献立作りに加え調理技術が不可欠であり、一般家庭に栄養学を普及させる際、その成否を決めるのは「おいしい料理」にあると見ていた<sup>28)</sup>。そこで、調理教育としての実習には一流の料理人を配し、日本料理、支那料理、西洋料理のほか製菓、茶の湯、病人料理を教授した。『栄養と料理』創刊号によると、日本料理を田中米、中島貞治郎、支那料理を山田政平<sup>29)</sup>、西洋料理を西澤今朝蔵<sup>30)</sup>、井上廣治が担当している。田中米は綾の母方の叔母、中島貞治郎は銀座の中島割烹店主、井上廣治は本郷のフランス料理店鉢木の主人である。田中米、山田政平、西澤今朝蔵、井上廣治の肩書きは「家庭食養研究会講師」とある。このほか、栗田有聲庵<sup>31)</sup>（茶の湯）、大日本割烹学会会長夫人石井サキ（懐石料理）<sup>32)</sup>、学士会館料理長の北川敬三や深澤二郎<sup>33)</sup>（ともに西洋料理）といういずれもその分野の名だたる料理人が指導にあたった。

これら一流料理人による師範の傍らで、綾は彼らが長年の経験と勘で使用する材料や調味料の分量を量り、火加減や加熱時間を記録した。また、調理手順やその方法から盛り付け、食べ方に至るまでを詳細に記録した。材料と調味料の分量は、「調味パーセント」<sup>34)</sup>すなわち材料の重量に対する調味料の比率を数値として示した。この「調味パーセント」に従って調味料の分量を計算することにより、大量調理の場合にも少量調理と同じ味付けを再現することが出来るのである。こうして記録されたレシピは、「栄養と料理カード」にまとめられ、『栄養と料理』第1巻第2号から付録としてつけられた<sup>35)</sup>

また、栄養学の理論だけでなく旬の食材を豊富に取り入れた献立を重視し、『栄養と料理』に季節の献立表を付録とした。そして、日常食から饗応食まで対応できる献立を教授した。



#### 4. 朝鮮料理の調理教育

##### (1) 講師

『栄養と料理』は、1935（昭和10）年の創刊以降毎月発行されていたが、終戦の前年1944（昭和19）年12月発行の第11巻第1号を最後に1年間の休刊を余儀なくされた。再開したのは、1946（昭和21）年2月発行の1月・2月合併号からである。

創刊号から休刊までの間に掲載された記事について、『栄養と料理』デジタルアーカイブズで「朝鮮」というキーワードで検索すると合計10件ヒットした。このうち料理レシピは7件である<sup>36)</sup>（表2）。

表2 戦前の『栄養と料理』に掲載された「朝鮮料理」一覧

| 発行年           | 掲載巻号        | 講師* <sup>1</sup> | タイトル* <sup>2</sup>        | 料理* <sup>3</sup>  |
|---------------|-------------|------------------|---------------------------|---|
| 1938<br>(昭13) | 第4巻<br>第12号 | 方信栄              | 朝鮮料理・薬食                   | 薬食  |
| 1939<br>(昭14) | 第5巻<br>第1号  | 方信栄              | 朝鮮の朝食                     | 白菜湯<br>海苔焼（焼き海苔）<br>生菜（野菜の酢の物）<br>生鮮クイ（魚の焼き物）<br>大根チャンアチ（大根と肉の煮込）<br>コンナムル（大豆もやしの煮物）<br>ミルサム（おやつ）<br>漬物<br>小豆御飯               |
|               | 第5巻<br>第2号  | 方信栄              | 神仙炉                       | 神仙炉   |
|               | 第5巻<br>第3号  | 方信栄              | 朝鮮料理の朝・<br>昼・晩            | ミヨクツク（若布の吸い物）<br>ナムル（野菜の和へ物）<br>シグムチナムル（ほうれん草の和え物）<br>スツチユウナムル（モヤシの和え物）<br>コキクイ（牛肉の焼き物）<br>チャンサンチョック（牛肉の醤油煮詰め）<br>醬浸菜（白菜の醤油漬） |
|               | 第5巻<br>第5号  | 方信栄              | 朝鮮料理のお食<br>事朝・昼・晩（承<br>前） | 圓子湯（肉団子の吸い物）<br>雑菜（五目和え）<br>豆腐ジカエイ（豆腐の味噌煮）<br>煎油魚（油焼き）<br>玉葱煎油魚（玉葱の油焼き）<br>肝煎油魚（牛肝の油焼き）<br>胡瓜チム（胡瓜の肉詰め）<br>醬沈菜（白菜の醤油漬）        |
| 1940<br>(昭15) | 第6巻<br>第3号  | 劉福德              | 朝鮮料理<br>春の楽しい日曜<br>日のお昼献立 | まぜご飯<br>汁<br>酢の物<br>水果  |
| 1941<br>(昭16) | 第7巻<br>第11号 | 上田フサ             | 朝鮮の食生活と<br>其料理            | 胡瓜の汁（オイムルンク）<br>若鶏丸煮（エングチム）<br>辛子鮮（ゲザセン）<br>九節板（クゼルパン）<br>豆腐□* <sup>4</sup> 骨（ヅブゼンユル）   |

『栄養と料理』第4巻第12号（1938年12月1日発行）、第5巻第1号（1939年1月1日発行）、第5巻第2号（1939年2月1日発行）、第5巻第3号（1939年3月1日発行）、第5巻第5号（1939年5月1日発行）、第6巻第3号（1940年3月1日発行）、第7巻第11号（1941年11月1日発行）より筆者作成。

## 注

- \*1 「講師名」は原則として新字体および現代仮名遣いに直してある。
- \*2 「タイトル」は原則として新字体および現代仮名遣いに直してある。
- \*3 「料理」は原則として新字体および現代仮名遣いに直してある。
- \*4 原文では、王偏に亼という漢字があてられている。しかし、これは誤字で、正しくは頭にかぶる鉄製の笠を指す「甍」の文字であると思われる。鉄製の笠を鍋として用いたことからこの字があてられたと考えられている（李盛雨 1999）。

講師の内訳は、方信栄（1890-1977、梨花女専家事科長）によるものが5回、劉福德（梨花女専研究生）<sup>37)</sup>と上田フサ（1910-2000、朝鮮総督府栄養士、以下「上田」と記す）によるものが各1回である。

講師は全員朝鮮で生まれ育った人たちである。方信栄と劉福德は梨花女専の関係者である。先述したように、1938（昭13）年には李喜英が、1940（昭15）年には李元淑が梨花女専から学園に留学した<sup>38)</sup>。留学時、李喜英が在籍する家事科の科長は方信栄であり、留学を勧めそれを許可したのは方信栄自身であったと考えられる<sup>39)</sup>。李喜英の日本留学中に当時梨花女専家事科科長を務める方信栄が学園を訪問し、朝鮮料理を教授したのであろう。同様に劉福德も李元淑の留学中に学園を訪れ朝鮮料理の指導をしたと思われる。

上田フサは、1910（明治43）年朝鮮京城に生まれ1927（昭和2）年京城第二公立高等女学校を卒業後、東京女子大学数学専攻部に入学するも病気で中退する。その後、1938（昭和13）年栄養と料理学園に入学した。卒業後は2年間学園で助手を務め、1941（昭和16）年には朝鮮総督府京畿道衛生課優生相談所で技師として勤務する傍ら、京城厚健学校助教、梨花女専非常勤講師として教壇に立つ<sup>40)</sup>。終戦後、日本に引き揚げてからは母校である女子栄養学園の専任講師として調理学を教えた。

## (2) 『栄養と料理』に掲載された朝鮮料理

各号に掲載されている料理の内訳は、表2のとおりである。ここでは方信栄が教えた料理を中心に、彼女の著書である『朝鮮料理製法』のうち、学園来訪直前の1937（昭和12）年に出版された増補8版と比較してみていくことにする。方信栄は、薬食、神仙炉という一品料理のほか、「朝鮮の朝食」（第5巻第1号）「朝鮮料理の朝・昼・晩」（第5巻第3号）「朝鮮料理のお食事朝・昼・晩（承前）」（第5巻第5号）と題し、三度にわたり朝鮮家庭での朝食、昼食、夕食の献立を紹介している。

3名の講師により紹介された料理は全35品である。このうち方信栄によって教授された料理を『朝鮮料理製法』に準じて分類すると、キムチ1（醬浸菜）、チヂミ2、（大根チャンアチ、豆腐ヂカエイ<sup>41)</sup>）、チム1（胡瓜チム）、ナムル4（コンナムル、シグムチナムル、スツチユウナムル、雑菜）、センチェ1（生菜）、煎油魚3（生鮮、玉葱、牛肝）、クイ3（生鮮クイ、コキクイ、海苔焼）、ヂョク1（チャンサンチョック）、油蜜菓1（薬食）、ファチェ1（ファツエー<sup>42)</sup>）、クック・タン4（神仙炉、若布の吸い物、白菜湯、圓子湯）、バブ1（小豆御飯）、トック2（ミルサム<sup>43)</sup>、ファヅアン<sup>44)</sup>）となる。

薬食は、新羅時代の故事にちなみ、テボルム（上元、旧暦の1月15日）、日本で言えば小正月の節食（行事食）として知られている。もち米に粟や棗等を加え、醤油や蜂蜜・黒砂糖などで味付けした甘いおこわである。『栄養と料理』第4巻第12号に小正月の行事食である薬食を紹介したのは、季節を意識してのことであろう。なお、『栄養と料理』では「薬飯」「滋養飯」という別名を付している。

神仙炉は、山海の珍味をふんだんに使った豪華な鍋料理であり、そのおいしさが口を喜ばせるという意味で、宮中では「悦口子湯（ヨルグジャタン）」と呼ばれた。中国の火鍋のように中央に煙突のある鍋に調理済みの具材を盛り込みスープを加えて加熱しながら食べる。

神仙炉は、『朝鮮料理製法』ではクック（汁物）のひとつとして分類されており、『栄養と料理』第5巻第2号には「寄せ鍋風 朝鮮料理」として登場する。前書きに『「神仙炉」という名はいかにもおめでたい感じがするが、実際、これはお正月とかお祝いの時などにいただくもの』であると書かれており、ハレの日の料理として紹介されている。真冬の2月に寒い時期ならではの寄せ鍋として紹介したのである。





次に、日常の献立として紹介された料理についてみていく。第5巻第1号では、「朝鮮のお食事 朝」と題して小豆御飯、白菜湯、海苔焼、生菜（野菜の酢の物）、生鮮クイ（魚の焼き物）、大根チャンアチ（大根と肉の煮込）、コンナムル、ミルサム（おやつ）、漬物、以上9品が掲載されている。第5巻第3号では、ミヨクック（若布の吸ひ物）、シグムチナムル（ほうれん草の和え物）、スツチユナムル（モヤシの和え物）、コキクイ（牛肉の焼き物）、チャンサンチョク（牛肉の醤油煮付け）、醬浸菜（白菜の醤油漬）、ファツアン、ファツエー、以上8品が掲載されている。第5巻第5号では、圓子湯（肉団子の吸ひ物）、雑菜（五目和え）、豆腐ヂカエイ（豆腐の味噌煮）、煎油魚<sup>45)</sup>3種、胡瓜チム（胡瓜の肉詰め）、醬沈菜（白菜の醤油漬）の8品が掲載されている。

韓国の膳立ては飯を主食とした飯床の場合、お菜の数に応じて三椀飯床、五椀飯床、七椀飯床、九椀飯床、十二椀飯床に分けられる。最も簡単な献立は日本の一汁三菜にあたる三椀飯床で、飯、汁物、キムチ1種類とお菜3種から構成される。キムチは食事には必ずつくものであるため、お菜の数には数えない。また、料理は調理法が重複しないように献立構成する。

この膳立ての原則にのっとり各号に掲載された献立をみると、第5巻第1号は五椀飯床であると見ることができ。白菜湯については、「之は日本で申しますと、味噌汁代用になるもので」とあるとの説明が付されている。第5巻第3号では、飯について特に言及はないが、「朝鮮のお食事朝・昼・晩」と題して紹介されていることから、飯がつくのは当然であるため記載されていないと思われる。汁物1種、キムチ1種、ナムルは2種類紹介されている。ナムルは通常1つの器に3種類を盛りつけて1菜と数える。ここでは2種類しか紹介されていないが、1菜と見なして良いと思われる。したがって、この号の膳立ては飯、汁、キムチ1種類と3種のお菜からなる三椀飯床ということになる。第5巻第5号でも飯への言及はないが、当然飯はつくものと思われる。汁物1種とキムチのほかにお菜が6種類紹介されている。煎油魚3種類をまとめてお菜1種類と見なした場合、お菜の数は合計4種類となり、この献立構成は韓国のお膳の規則からは外れている。

また、第5巻第1号ではミルサム、第5巻第3号ではファツアン、ファツエーが掲載されている。『朝鮮料理製法』では、ミルサムとファツアンは「トック（餅）」にファツエーは「花菜」に分類され、いずれもデザートやお茶菓子として食されるものである。ミルサムについては「ミルサム（おやつ）」と表記されていることからみて、食後のデザートにもなれば間食にも適した菓子として紹介されていると考えられる。『栄養と料理』では、創刊当初から和洋支を問わずデザートまでも含めた献立を掲載していることから<sup>46)</sup>、朝鮮料理の実習においても同様にデザートを加えたと考えられる。これはおそらく饗応としての利用を想定したものと思われる。

方信栄が教授した料理およびデザートは、2品を除いてすべて『朝鮮料理製法』に掲載されている。掲載されていないのはシグムチナムル（ほうれん草のナムル）<sup>47)</sup>と豆腐ヂカエイ（豆腐の味噌煮）である。この2品は、1917年版はもとより、書名変更して出版された1960年版の『我が国の飲食の作り方』においてもその掲載が認められなかった。方信栄は、自著に掲載することのなかった料理を栄養と料理学園の調理実習で紹介したのである。

次に、料理名の表記について見てみる。「菓食」や「神仙炉」、「生菜」、「生鮮」のように漢字語は漢字で表記し、固有語でハングル表記しかないものについては、読み方をカタカナで表記し括弧内に日本語訳を付している。たとえば、第5巻第3号掲載の「ミヨクック」はハングルの読み方をカタカタ表記した上で、「若布の吸ひ物」という訳をあて、「コキクイ」は「牛肉の焼き物」と訳している<sup>48)</sup>。「漬物」（第5巻第1号）のように日本語訳のみ記したのものもある。

日本語訳と『朝鮮料理製法』での料理分類との間に齟齬のあるものも見られる。例えば、第5巻第1号の「大根チャンアチ」は「大根と肉の煮込み」と訳されているが、「チャンアチ」とは醤油・味噌漬けのことであり「煮込み」ではない。材料および調理法から判断して、この料理は『朝鮮料理製法』の「チヂミ（지짐이）」に分類されている「ワッヂョギ（와지기）」<sup>49)</sup>、つまり大根と牛肉の煮物にあたる。記事を書いた記者の誤解かもしれない。

一方で、『朝鮮料理製法』では「ナムル」に分類されている料理をその調理法から判断して「煮物」と解釈した例もある。第5巻第1号の「コンナムル」がそれである。『朝鮮料理製法』掲載の調理過程は、フライパンで大豆もやしを炒めつつ調味料を加えて味を染みこませるというものである。いわば炒め煮の手法であるが、『栄養と料理』では「煮物」として紹介されている。

「白菜湯」(第5巻第1号)は、材料から判断して『朝鮮料理製法』掲載のトヂャングク(토장국)であると考えられる<sup>50)</sup>。「湯」とは汁物の一種「タン(탕)」の漢字表記であり、同じく汁物を意味するクック(국)との違いは必ずしも明確ではない。『朝鮮料理製法』においてもクック(국)の項目にタン(탕)と名のつく汁物が数種類含まれている。『朝鮮料理製法』においてクック(국)と表記している料理をなぜ「白菜湯」と表記したのかは不明である。キムチに関しては、第5巻第1号では「漬物」と日本語で表記しているが、第5巻第3号では「醬浸菜」と漢字表記し「白菜の醬油漬け」という日本語訳を添えている。このキムチは、『朝鮮料理製法』掲載のチャンキムチ(장김치)すなわち醬油で漬けた白菜キムチである。

以上、『栄養と料理』に掲載された朝鮮料理を分析すると、行事食、ハレの日の食、饗応食のほか日本の一汁三菜にあたる三椀飯床、一汁五菜にあたる五椀飯床といった日常の献立、さらにはデザートや間食としての菓子や飲み物であることが分かる。方信栄は、家庭における日常の献立について、「飯床には五種類あり、通常家庭では三椀、五椀、七椀の三種類が用いられている」<sup>51)</sup>と述べており、『栄養と料理』において、当時の朝鮮家庭の日常の膳立てにのっとった献立を紹介したのである。

### (3) 材料と調味

『栄養と料理』掲載の朝鮮料理に使用した材料および料理の調味は、『朝鮮料理製法』と比較してどのような違いがあるか見ていくことにする。

菓食のように『朝鮮料理製法』と全く同じ材料を用いた料理もあるが(表3)、日本で入手しにくいものは省いているものもみられる。神仙炉を例にとると、『朝鮮料理製法』では牛の胃袋やなまこ、イワタケを用いているが、『栄養と料理』では省かれている(表4)。

表3 『栄養と料理』第4巻第12号および『朝鮮料理製法』に掲載された菓飯の材料

| 『栄養と料理』(10人前) |                   | 『朝鮮料理製法』        |                   |
|---------------|-------------------|-----------------|-------------------|
| 糯米            | 5合* <sup>1</sup>  | 糯米              | 1升* <sup>3</sup>  |
| 黒砂糖           | 40匁* <sup>2</sup> | 黒砂糖             | 1斤半* <sup>4</sup> |
| 棗             | 1合                | 棗               | 5合                |
| 栗             | 大粒のもの5個           | 栗               | 3合                |
| 醬油            | 大匙1杯              | 醬油              | 1/2合              |
| 胡麻油           | 大匙3杯              | 油* <sup>5</sup> | 1/2合              |
| 肉桂の粉          | 小匙1杯              | 肉桂の粉            | 1匙                |
| 松の実           | 大匙2杯              | 松の実             | 1合                |

『栄養と料理』第4巻第12号(1938年12月1日発行)および『朝鮮料理製法』より筆者作成。

注

\*1 1合は約180cc。

\*2 1匁は3.75g。

\*3 1升は約1.8ℓ。

\*4 1斤は約600g。

\*5 胡麻油のこと。

魚介類に関しては、日本近海で漁獲されるもので代用されている場合が多い。例えば、生鮮タイは『朝鮮料理製法』ではニベを用いているが、『栄養と料理』ではヒラメを使用している。煎油魚については、『朝鮮料理製法』では「ボラ、ニベ、タイ、サッパ、カレイ、マダラ、エツ、スケトウダラ」などを材料として挙げているが<sup>52)</sup>、『栄養と料理』ではタイが使われている<sup>53)</sup>。

一方で、内臓肉については当時の日本の一般家庭では日常的に使われることのない食材であるにもかかわらず、省いたり他の食材で代用したりせずに使用している。例えば方信栄は神仙炉や煎油魚に牛の肝臓を用い、上田は若鶏丸煮において鶏の内臓を、芥子鮮<sup>54)</sup>では牛舌、九節板<sup>55)</sup>では牛の腎臓や胃袋を使用した。他の材料に置き換えず内臓肉を用いた理由としては、当時から学園ではフランス料理や支那料理においてそれらを使って実習を行っていたた



表4 『栄養と料理』第5巻第2号および『朝鮮料理製法』に掲載された神仙炉の材料

| 『栄養と料理』（5人前） |        | 『朝鮮料理製法』（神仙炉2つ分） |                    |
|--------------|--------|------------------|--------------------|
| 牛肉           | 25 匁   | 牛肉               | 1/2 斤              |
| 牛肝           | 20 匁   | 肝                | 20 匁               |
| 平目魚          | 1 尾    | 魚                | 小さいもの 1 尾          |
|              |        | センマイ             | 10 匁               |
|              |        | ミノ               | 10 匁               |
| 豆腐           | 1/10 丁 | 豆腐               | 1/4 丁              |
| 鮑            | 1 ケ    | 鮑                | 小さいもの 1 つ          |
|              |        | なまこ              | 4 つ                |
| 玉子           | 3 ケ    | 卵                | 4 つ                |
| 椎茸           | 1 袋    | 椎茸               | 3 つ                |
|              |        | 茸                | 4 つ                |
|              |        | きくらげ             | 10 個               |
|              |        | イワタケ             | 4 つ                |
| 大根           |        | 大根               | 切ったもの 小鉢1つ         |
| 葱            | 3 本    | 葱                | 切ったもの 小鉢1つ         |
| 芹            | 1 束    | 芹                | 切ったもの どんぶり1/2杯     |
| 胡桃           | 3 ケ    | 胡桃               | 4 つ                |
| 潰し胡麻         | 大匙2杯   | 潰し胡麻             | 1 スプーン             |
| 銀杏           | 9 ケ    | 銀杏               | 12 個               |
| メリケン粉        | 大匙2杯   | 小麦粉              | 1/2 合              |
| 醤油           | 適宜     | 醤油               | 1 鐘子* <sup>1</sup> |
| 胡麻油          | 適宜     | 油* <sup>2</sup>  | 1 鐘子               |
| 塩            | 少々     |                  |                    |
| 胡椒           | 少々     | 胡椒               | 少々                 |
| 松の実          | 15 粒   | 松の実              | 1/2 鐘子             |

『栄養と料理』第5巻第2号（1939年2月1日発行）および『朝鮮料理製法』より筆者作成。

注

\*1 鐘子とは、醤油やコチュジャンを入れる小さな器のことである。

\*2 胡麻油のこと。

め、入手しやすく生徒も扱いに慣れていたことが考えられる。例えば、第1巻第7号には牛舌シチューや「冬向きの家庭的な支那料理」として鶏の胃（砂肝）を使った醬鶏脰片（鶏胃の醤油煮）、豚の腎臓を使った炒腰花（豚腎臓の炒煮）など内臓肉を用いた料理が掲載されており、第3巻第11号には、鶏の臓物を用いた西洋料理「鶏のガランチン」が登場する。

次に調味についてみていくことにする。現在の韓国料理にはトウガラシが欠かせないものとなっており、辛味は韓国料理を特徴づける味となっている。『朝鮮料理製法』においてもトウガラシやコチュジャン（唐辛子味噌）が使用されている。ところが、『栄養と料理』に掲載された料理をみると、『朝鮮料理製法』と異なり、トウガラシやコチュジャンを省いたり量を減らしたりしたレシピになっている。例えば、生菜や大根チャンアチ（大根と肉の煮込み）、コンナム（大豆もやしの煮物）はトウガラシを省き、白菜湯はコチュジャンの使用量を大幅に減らしている（表5）。そうすることで、辛い料理になれていない日本人にも食べやすくしたと考えられる。

表5 『栄養と料理』(第5巻第1号)の白菜湯と『朝鮮料理製法』のトジャングック(토장국)

| 『栄養と料理』<br>白菜湯(白菜のおつゆ)9人前 |       | 『朝鮮料理製法』<br>トジャングック(토장국)*1 |       |
|---------------------------|-------|----------------------------|-------|
| 白菜                        | 600g  | まびき白菜                      | 生で2鉢  |
| 牛肉細切                      | 60g   | 肉                          | 20匁   |
| 江戸味噌                      | 125g  | 味噌                         | 1鐘子   |
| 唐辛子味噌                     | 小匙1杯  | コチュジャン                     | 1/2鐘子 |
| 胡麻油                       |       |                            |       |
| 葱                         |       |                            |       |
| にんにく                      |       |                            |       |
| 胡椒                        | 少々    |                            |       |
| 水                         | 2160ℓ | 水                          | 3鉢    |

『栄養と料理』第5巻第1号(1939年1月1日発行)、『朝鮮料理製法』より筆者作成。

注

\*1 何人前であるかについては明記されていない。

そもそもトウガラシをほとんど使用しない辛くない料理を選んで実習をしたともいえる。例えばキムチである。トウガラシを用いて防腐効果を高め辛く仕上げた白菜キムチやカクテギではなく、トウガラシを風味づけ程度に入れる辛くない醬沈菜を紹介している。

肉を用いた料理では、調味料の種類を増やして味付けを複雑化する傾向が見られた。例えば白菜湯は『朝鮮料理製法』では味噌とコチュジャンのみで調味しているが、『栄養と料理』では味噌とコチュジャンの他に胡麻油、葱、ニンニク、胡椒を加えている。牛肉の焼き物であるコキタイは、『朝鮮料理製法』では醤油、葱、潰し胡麻、胡椒、砂糖で調味しているが、『栄養と料理』ではニンニクと胡麻油が追加されている(表6)。ミオグック(若布の吸い物)、チャンサンチョック(牛肉の醤油煮詰め)においても同様である。追加された調味料は、いずれも肉の臭み消しの作用をもつものである。当時の日本人の一般家庭では肉を使った料理は日常的とはいえず、それだけに肉の匂いには敏感だったのかもしれない。肉の臭みを消す調味料を用いたのは、食べやすさへの配慮だったと考えられる。

表6 『栄養と料理』第5巻第3号のコキタイ(牛肉の焼き物)と『朝鮮料理製法』の材料

| 『栄養と料理』<br>コキタイ(牛肉の焼き物)9人前 |       | 『朝鮮料理製法』<br>牛肉の焼き物(우육구이) |      |
|----------------------------|-------|--------------------------|------|
| 牛肉                         | 180g  | 牛肉                       | 1/2斤 |
| 醤油                         | 大匙1   | 醤油                       | 2匙   |
| 葱                          | 大匙1   | 葱                        | 1本   |
| 潰し胡麻                       | 小匙1   | 潰し胡麻                     | 1匙   |
| 胡椒                         | 3ふり程  | 胡椒                       | 少々   |
| 砂糖                         | 小匙1杯半 | 砂糖                       |      |
| ニンニク                       | 1/3個  |                          |      |
| 胡麻油                        | 小匙1   |                          |      |

『栄養と料理』第5巻第3号(1939年3月1日発行)および『朝鮮料理製法』より筆者作成。

#### (4) 調理法とその手順、および調理上のポイント

##### (a) 『朝鮮料理製法』と同じまたはより詳細な調理法

『栄養と料理』掲載の菓食の手順は、①下準備として洗米・浸水、副材料であるナツメとクリの下処理、②コメを蒸す、③蒸し上がったコメに砂糖、醤油、胡麻油の順に加え混ぜ、最後にナツメとクリを混ぜる。④再び蒸す、⑤器に盛り付け肉桂粉をふるというものである(表7)。この調理法および手順は『朝鮮料理製法』と同じである(表8)。

しかし、下準備や切り方の説明は『栄養と料理』のほうがより詳細に記されている。例えばナツメの下準備において、『朝鮮料理製法』では「棗の種を抜いて二つに切る」としか書かれていないが、『栄養と料理』では「水に浸けて柔らかくしてから糸切りする」とある。クリについては、『朝鮮料理製法』では、「皮をむき3つに切る」と書かれて

表7 『栄養と料理』第4巻第12号に掲載された薬食の調理法

|  |
|--|
| <p><b>【下準備】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. まず、糯米をきれいに水洗いしてから2時間くらい水に浸けていただきます。</li> <li>2. 棗もきれいに洗ってから30分ほど水に浸けて置いていただきます。それから、縦に切りさいて種を出してから、糸切りに切っておいていただきます。</li> <li>3. 最後には、栗も渋皮を剥いてから、横に2つに切って、それから縦に4つに切っておいていただきます。（もともと、切り方は適当でいいんですから、粒の小さいものは6つに切っても構いません）</li> </ol> <p>以上の準備ができてから、蒸しに取り掛かります。</p> <p><b>【調理】</b></p> <p>まず、先に浸けて置いた糯米を水から取り出して、きれいな晒で十分に水を切っておいていただきます。それからきれいな晒を敷いてある、ご飯蒸しの中に糯米を入れて蒸していただきます。</p> <p>蒸す時間は、湯気が立ちはじめから約30分としておきます。ここに注意しなければならないことは、糯米は少しも芯のないように十分にふけるまで蒸すことです。</p> <p>十分に蒸せてから、口の大きい鉢の中に蒸している糯米をあけて</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>A. まず砂糖を入れて満遍なくかき混ぜていただきます。</li> <li>B. 次に醤油を入れて、よく混ぜ合わせておきます。</li> <li>C. それから、ごま油を入れて充分にかき混ぜていただきます。</li> <li>D. 最後には、棗と栗を入れて、偏らないように混合していただきます。</li> </ol> <p>ここで注意すべきことは、砂糖を入れてかき混ぜる時、米をつぶしてはならないこと、または二粒が一緒にくっつかないようにすることです。</p> <p>右のように全部混合してから、今度はもう一度蒸していただきます。今度の時間は、湯気が立ちだしてから、普通の火で30分、とろ火で10分、都合40分間です。</p> <p><b>【盛り付け】</b></p> <p>右の通り出来上がったら、10等分に蓋のある適当な器に移して、肉桂の粉を全般にわたって軽く振りかけていただいて、それから松の実を載せていただいて、蓋をして食膳に出します。</p> <p><b>注意</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. なんでもそうではありますが、なるべく熱いうちに召し上がってください。（ただし、好みによっては、冷たいままで召し上がっていただくと、又格別な風味があるといわれています）</li> <li>2. いったん拵えたものは、普通1週間ぐらいいは優に持ちますから、容易に腐敗するものではありません。ですから食べ残りがある場合は、召し上がりたいとき、少し面倒ではありますが、やはり容器からご飯蒸しの中にあけて、最初の通り蒸しなおしていただいた方がよろしゅうございます。</li> </ol> <p>もちろん、日本の茶碗蒸しのように、入れ物に入っているまま蒸していただいても構いません。ただ、器がるから、普通の倍くらいの時間をかけて蒸していただかないと、なかなか芯まで温まりませんと思います。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. なかなか腐敗しないといっても、食べ残りをしまっておく場合は、やはり暖かいところに置かないように、冷たいところに置いていただいた方がよろしゅうございます。</li> <li>4. 食膳に出すときの容器は、朝鮮の在来の習慣としては、蓋物を用いておりますが、好みでしたら、他の適当な食器にお入れになっても差し支えありません。</li> <li>5. 全般を通じて注意すべき点は、             <ol style="list-style-type: none"> <li>A. 色 出来上がった時の全体の色合いは、赤味のある黒色でなければなりません。</li> <li>B. 艶 全体がピカピカした光沢を帯びるようにしなければなりません。</li> <li>C. 形 糯米の粒は、ぜび元の形態を保つように、つぶさないように注意しなければなりません。</li> </ol> </li> <li>6. 栗は、ご承知の通り、長く煮なければなかなか柔らかくなりませんし、色も短時間には、外の色に染まりません。ただし、これは皆、栗の性質であってやむをえません。柔らかくならないことも、色の変わらないことも、みなこの料理とは調和しないようですが、味には少しも変わりませんから、そのままでもよろしゅうございます。</li> <li>7. お好みによっては、栗の代わりに甘藷をご使用になっても差し支えございません。（ただ、この場合は、甘藷を角砂糖くらいの大きさに切っておいていただくことです）分量は中1個くらい。</li> <li>8. 本当は蜂蜜を使うのですが、高価でもあり、砂糖ほど簡単に参りませんから、黒砂糖で代用したわけでありませぬ。</li> </ol> |
|--|

『栄養と料理』第4巻第12号（1938年12月1日発行）より引用。

表8 『朝鮮料理製法』に掲載された薬食の調理法

|  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 糯米をきれいに洗い、2、3時間ほど水に浸けざるに上げて水気を切った後、甑で蒸す</li> <li>2. 棗は種を取り2つに切る。栗は皮を剥いて3つに切る。</li> <li>3. 熱い飯に胡麻油と黒砂糖を加え飯粒同士がくっつかないようにしゃもじで切り混ぜ、栗と棗と醤油（醤油は照りのために加えるものであり、黒光りして味の良いもの）を加え混ぜる。</li> <li>4. 再び甑に入れて蒸す。蒸気が上がった後、1時間ほど後に再び蒸気を上げ、さらに1時間後に再び蒸気を上げる。これを2、3回繰り返した後取り出す。</li> <li>5. 器に盛りつけ肉桂粉を振り、松の実を載せてお膳に出す。<br/>栗の代わりに干し柿やさつまいもを棗ほどの大きさに切って加えても良い。蒸して時間が経つほどに照りが黒くなる。</li> </ol> |
|--|

『朝鮮料理製法』より筆者作成。

いるが、『栄養と料理』では「渋皮を剥いてから、横に二つに切ってそれから縦（ママ）に切って」と書かれており『朝鮮料理製法』に比べるとより具体的である。

火加減については、『朝鮮料理製法』にはとくに記述は見られないが、『栄養と料理』では、2度目に蒸す際「湯気が立ち出してから、普通の火で三十分、トロ火で十分、都合四十分です」とあり、火力や所要時間についても具体的に説明されている。

神仙炉も調理手順は『朝鮮料理製法』と大差ない。ただし、『栄養と料理』では肉の扱い方について懇切丁寧に説明されている点は注目される。神仙炉では、牛肉や牛の内臓肉を使って、スープや煎油魚（魚介や獣肉などの食材に小麦粉、溶き卵をまともせて油で焼いたもの）、ノビアニ（下味をつけて焼いた肉）、肉団子を作る。たとえば『朝鮮料理製法』では、「肝、ミノ、センマイ、魚は煎油魚にして・・・（中略）・・・肉はノビアニにして焼き、残りの肉で澄んだスープをとる」と書かれており、煎油魚やノビアニ、スープの作り方については詳しい説明はない。肉団子についても「柔らかい牛肉で肉団子を16個ほど作っておく」としか書かれていない（表9）。

表9 『朝鮮料理製法』に掲載された神仙炉の調理法

1. 肝、ミノ、センマイ、魚は煎油魚にして、縦四分\*1、横六分の長さに切っておく。
2. 肉は、ノビアニにして焼き、残りの肉で澄んだスープをとる（ノビアニは、煎油魚ほどの大きさに切っておく）
3. 芹と葱は炙（串に刺して両面に小麦粉、溶き卵の順にまぶして油で焼く）にして、煎油魚ほどの大きさに切っておく。
4. 卵の飾りは、黄身と白身を別々に焼き、同様の形に切る。
5. 鮑は一日水に浸けて戻し、じっくりゆでて縁を取り除き、2等分して縦1分、厚さは薄く切っておく。ゆで汁からすまし汁を作る。なまこは水で戻してゆでて薄切りしておく。
6. 椎茸、キノコ、キクラゲ、イワタケは、きれいに洗い、戻して骨牌\*2ほどの大きさに切り、胡麻油で炒めておく。
7. 柔らかい牛肉で肉団子を16個ほど作っておく。
8. 大根はすまし汁を作る際に入れ、柔らかくゆでる。
9. ぎんなんは皮を剥き、フライパンで油を1滴ほど落として炒め（緑色の輝きがなくならないようにさっと炒める）薄皮を剥がす。
10. クルミは殻から取り出し、熱い湯に入れ甘皮をきれいに剥いておく。
11. 松の実も薄皮を剥く。
12. アルサム\*3を棗ほどの大きさに6個作る。
13. 神仙炉に盛り付ける際は、まず肉の切れ端を入れ、次に大根を入れ、ノビアニと煎油魚を彩りよく並べ、椎茸、イワタケ、キノコ、キクラゲ、卵の飾りを彩りよく盛りつける。アルサムと堅果をあちこちに散らし、肉団子は煙突の周りに並べ、芹と葱の炙を色を添えるように載せ、煙突に炭を入れてスープを注ぎ膳に供する。
14. ククス\*4や御飯にかけて食べる。

『朝鮮料理製法』より筆者作成。

注

\*1 1分は1mm。

\*2 賭具の一種。1.2-1.5cm × 1.8-2cmほどの大きさ。

\*3 溶き卵をフライパンで直径4-5cmの円形に焼き、下味を付けた牛肉のミンチをのせ半月状に焼いたもの。

\*4 そうめん

表10 『栄養と料理』第5巻第2号に掲載された神仙炉の調理法

1. まず、肉の中から一番柔らかいところを、20g（5匁）位取って微塵に敲いてから、醤油小匙半分と微塵切りにした葱少々と潰し胡麻小匙1杯と豆腐少々とを入れて、よく混ぜ合わせて、銀杏より一回り小さく丸めて、溶かした卵を付け、油を引いたフライパンに入れて焼いておきます。
2. 次に肉の柔らかい部分を40g、薄めに小間切りにして醤油大匙1匙とみじん切りにした葱少々に、潰し胡麻小さじ1杯とごま油を入れて十分に混ぜ合わせておきます。
3. それから残った肉から筋のないところを、20g位大きいまま薄く切って器に入れ、醤油の中のみじん切りにした葱と潰し胡麻小さじ1杯と胡椒少々とごま油を小さじ1/3を入れよく混ぜ合わせてから、肉の中に入れて十分味のしみこむようにして網で焼いておきます。



4. 今度は残った肉の全部を（筋とくず）小間切りにして、前と同じ調味料をそれぞれ適当に入れ、よく混ぜ合わせてから煮物の鍋に入れてざっと炒めた後、水を 500ml（5 合）位入れ、同時に大根（3cmの輪切りにしたもの）を入れ十分煮だしておきます。
5. 今度は牛の肝の調理に取り掛かります。肝を大きいままで熱湯の中に入れ、ざっとゆでて、ごく薄く切り、塩を少々振りかけて、メリケン粉をつけて溶かした玉子をつけ、油を引いたフライパンの中で 1 枚ずつ焦げないように両面を焼いておきます。
6. それからヒラメをごく薄くまた大きく切り並べ、塩を少々振りかけて、メリケン粉を両面に薄くつけ、溶きほぐした卵を付けてから油を引いたフライパンで焦げないように焼いておきます。
7. 鮑は沸騰したお湯の中に入れて湯通ししてから包丁で抉り出して、黒い部分を削り取って、縁のぎざぎざしたところを切りそろえて、ごく薄く切っておきます。
8. 卵は、まず 1 個だけ固くゆでて、真中のところを 5cmの厚さに切って、3 枚だけ一番最後の飾りとして使うため取っておきます。
9. 残りの卵 1 個は薄焼きにしらえますが、そのしらえ方は、まず水小さじ 1 杯とメリケン粉小さじ 1/4 と少量の塩を入れて充分混ぜ合わせて置き、今度は卵の白身と黄身を別々に分けて、泡の立たないように溶かしてから、先に混ぜ合わせて置いた、メリケン粉を両方に分け入れて、よく混ぜて、油をごく少々引いたフライパンで別々に薄く焼いておきます。
10. 椎茸は、まず水の中に浸けて、柔らかくなったらきれいに洗って水を絞って、足を切り捨て、ごま油を引いたフライパンに入れ、塩を少々振りかけて、ほんのしばらくの間焼いておきます。
11. 葱は、二つに割ってから 5cmの長さに切っておきます。
12. 今度は大根をおつゆの中から取り出して縦 3cm横 1.5mm の大きさに切って、醤油中匙 1 杯とみじん切りにした葱少々と、少々の胡椒とを入れ、混ぜ合わせておきます。
13. 芹は、根と葉を取ってしまっ、真中から二つに切り、きれいに洗って、10cm長さの竹串で芹の片端を串 1 杯に刺し、よく並び方を揃えて、焦げないように両側を焼いておきます。（もし竹串が太いようでしたら、刺せる太さに包丁でお割りください）
14. 胡桃は、中身がぼろぼろにならないように、上手に割ってお湯の中に入れ、すぐ甘皮を剥きとります。（熱いお湯の中に長く入れておくとも色が変わる心配があります）
15. 銀杏は、外の殻をむいた後、油を引いたフライパンに入れてざっと焼いてから皿に移して甘皮を剥いておきます。（青色になるその頃合を過ぎると黄色くなりますから、青くなりましたら手早く皿に移して皮をお剥きください）以上の材料のうち、焔の上層に入れる物の切り方としては、ここにひとまとめにして説明しておきます。・・・（中略）・・・焔の上層に入れる材料の切り方もこの筒から淵までの距離によって決まるわけです。
16. さて、材料の切り方ですが、焼いた肉と焼き肝と焼き魚と卵の薄焼きと、焼き芹と椎茸は、全部 2cmの幅に筒から淵までの距離の長さに、切っておきます。
17. 最後は、全部の材料を焔に入れる順序ですが、まず大根を、その次は小間切りにした肉を、次は切っておいた葱を鮑と椎茸とを、それぞれまんべんなく層を成して入れてから、切っておいた諸材料は、各種の材料を通じて、3 枚宛て残して全部層を成しながら、輻射的に入れ、その上は、3 枚宛て取っておいた材料を色の調和のとれるように幅の 1/2 が外に露出するように、そして焔の縁より高くとらないように横倒しに並べておきます。
18. 一番上は飾りとして次の絵の通り並べて置いて、蓋をして、出して進めるのを待つばかりになります。「玉」のところには卵の 1 切れを、間隔正しく三角形の頂点をなすように置きます。  
「ク」のところには、胡桃の 1/2 個を伏せておきます。  
「ギン」のところは、銀杏を 3 枚宛ておきます。  
「マ」のところは、松の実を 5 枚宛ておきます。  
筒の周りに肉団子をくっつけて並べておきます。
19. 食べる直前になってから、蓋をとっておつゆを入れ、又蓋をして完全に燃えついた堅炭を細かくして筒の中に入れてすぐ出して勧めるのです。
20. この神仙焔は御飯と一緒に食べるものです。

『栄養と料理』第 5 巻第 2 号（1939 年 2 月 1 日発行）より筆者作成。

一方で『栄養と料理』では、ひとつの肉の塊から、最も柔らかい部分で肉団子を、次に柔らかい部分から鍋の下部に敷き詰める肉をとり、残りの肉から筋のないところを選んでノビアニとし、残った筋やくず肉に下味をつけて大根とともに煮出してスープをとる、というようにひとつのかたまり肉を用途に応じて使い分け、その手順を詳細に説明している（表 10）。また、肉団子については、肉を微塵に叩いてから醤油、みじん切りの葱、潰し胡麻、豆腐を入れて「銀杏より一回り小さく丸めて、溶かした卵を付け、油を引いたフライパンに入れて焼いておく」という具合に、大きさや調理手順について具体的にわかりやすく書かれている。スープについても水の量や煮出し加減について言及

されており具体的である。

煎油魚については、肝の下処理法について述べた後、「ごく薄く切り、塩を少々振りかけて、メリケン粉をつけて溶かした玉子をつけ、油を引いたフライパンの中で1枚ずつ焦げないように両面を焼いておきます。」と続き、やはり調理手順を丁寧に記している。ヒラメの煎油魚の作り方も同様である。

総じて、牛肉を使った料理の調理法は、『朝鮮料理製法』よりも『栄養と料理』のほうが詳しく説明されている。第5巻第3号掲載のコキタイ（牛肉の焼き物）も『朝鮮料理製法』では、「肉を薄切りにし、醤油と葱を潰して微塵切りにしたもの、潰し胡麻、胡椒、砂糖を加えよく混ぜて焼く」としか書かれていないが、『栄養と料理』では、肉の切り方や下味の付け方、焼き方にまで言及しており丁寧にわかりやすい。肉を扱い慣れていない日本人に対する配慮だと考えられる。

切り方および盛りつけ方についても丁寧に記述がなされている。神仙炉では、すべての具材を作り終えた後、鍋の大きさに合わせて切りそろえ彩りよく盛りつける。『朝鮮料理製法』では、「ノビアニと煎油魚を彩りよく並べ、椎茸、イワタケ、キノコ、キクラゲをちらし、卵の飾りを彩りよく盛りつける。アルサムと堅果をあちこちに散らし、肉団子は煙突の周りに並べ、芹と葱の炙を色を添えるように載せ」と書かれている。「彩りよく」「あちこちに散らし」「色を添えるように載せ」という表現は、神仙炉という料理を見たり食べたりしたことのある人にとっては再現しやすいが、食経験のない人間にとっては表現が曖昧なため再現性に欠ける。

そこで、『栄養と料理』では、切り方について「炉の上層に入れる材料の切り方もこの筒から淵までの距離によって決まる」と書かれており、神仙炉の鍋の大きさに応じて、長さを決めるように指示されている。盛りつけ方は、「幅の1/2が外に露出するように、そして炉の縁より高くとらないように横倒しに並べておきます。」とし、平面的にではなく斜めに立体的に盛り付けるよう説明されている。また、「一番上は飾りとして次の絵の通りに並べおいて」とあり、飾りとなる卵、クルミ、ギンナン、松の実の頭文字「玉」「ク」「ギン」「マ」を記したイラストを用いて一目で分かるようにしている。

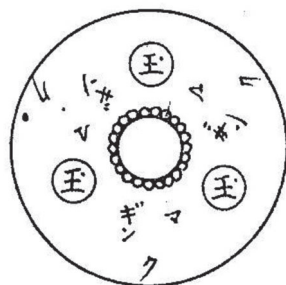


図1 神仙炉の具材の盛りつけ方『栄養と料理』第5巻第2号

韓国料理ではネギやニンニクを細かく刻み肉の下味やナムルなどに調味料として用いる。その刻み方について、『朝鮮料理製法』では「イギダ (이기다: みじん切りにする)」<sup>56)</sup>と表現している。ここでいう「みじん切り」は、日本人がイメージする「みじん切り」よりももっと細かく、ペースト状に近い状態にまで刻んだ状態を指す。上田は、韓国の調味料の特徴として次のように述べている。

ニンニクは、粒をまず包丁の背でたたきつぶしてから、細かく刻みます。こうしますと粒々がなく、べとべとになるので味も香りも和らぎます。

ネギはこれもみじん切りにしますが、ごく細かくたたき刻むので、たいていの場合、ニンニクと一緒に、べとべとになるまでたたき刻みます。<sup>57)</sup>

ペースト状になるまで刻むのは、食材とよく絡むからである。こうした基本調理の違いは料理の仕上がりにも影響するため、『栄養と料理』掲載の「圓子湯 (肉団子の吸い物)」では、肉団子に加えるニンニクについて「粉のように





微塵切りにして」と書かれている。「粉のように」と記すことにより、通常の微塵切りよりもさらに細かい微塵切りであることに注意を促していると思われる。『栄養と料理』での薬味の切り方についての詳細な説明は、朝鮮料理本来の味を再現するために必要な配慮だったと考えられよう。

日本人になじみのない材料についても詳細に説明されている。例えば、韓国料理に欠かせない「ケンゴム（깨소금）」は、胡麻を煎って叩き潰し塩を混ぜたもので、調味料として用いられる。直訳すると「ごま塩」であるが、これでは日本人は煎りごまに塩を混ぜたごま塩、赤飯にふりかけるごま塩をイメージしてしまう。『栄養と料理』では「ケンゴム（깨소금）」を「潰し胡麻」と訳し、「白胡麻を炒って、すりばちの中で叩いて潰し、塩を胡麻五勺に対し小匙三分の一以内を混ぜて作ったものです」と説明している<sup>58)</sup>。

#### (b) 簡便化された調理法

『朝鮮料理製法』の調理法を簡便化した例としては、神仙炉の葱の炙（適当な長さに切り、串に刺して両面に小麦粉、溶き卵の順にまぶして油で焼いたもの）が挙げられる。『栄養と料理』では葱は炙にせず、切ってそのまま具材として用いている。また、アルサム（溶き卵を小さな円形に焼き、小さな肉団子をのせて半月に折って焼いたもの）をゆで卵のスライスで代用し手間を省いている。

調理手順の簡便化、省略が最も顕著なのはチャンキムチ（醬浸菜）である。『朝鮮料理製法』では白菜と大根を醤油で下漬けた後、副材料を加えて醤油と水、砂糖で本漬けているが、『栄養と料理』では下漬を省き、切りそそえた材料をすべて甕に入れ分量の調味料を加えて漬ける方法を紹介している。

また、『朝鮮料理製法』では、白菜と大根の下漬にかかる時間や味を見ながら醤油や砂糖の分量を加減するなど、味の微調整について言及している。しかし、『栄養と料理』にはそうした記述は見られない。これは、チャンキムチ本来の味を知らない日本人には微調整できないことを見越してのことであり、誰が作っても一定の味になるように材料を予め定めておくことにより、調理経験の全くない日本人でも作りやすいよう配慮したものと考えられる。

#### (c) 調理上のポイントの記載

『栄養と料理』記載のレシピの中には、完成時の色、つや、状態などについて詳しく説明されているものもある。方信榮の指示によるものもあれば、記者の判断により日本人にわかりやすいよう詳細に記述したものもあると思われる。例えば、薬食のレシピでは「注意」という項目を設け、8つのポイントを挙げている（表7）。そのなかで、調理全般を通じて注意すべき点として、「A. 色 出来上がった時の全体の色合いは、赤味のある黒色でなければなりません。B. 艶 全体がピカピカした光沢を帯びるようにしなければなりません。C. 形 糯米の粒は、ぜひ元の形態を保つように、つぶさないように注意しなければなりません。」と、完成時の色やつや、飯粒の状態について具体的に述べている。こうした注意事項は、『朝鮮料理製法』においてもみられることから、実習時に方信榮自身による調理ポイントの解説があり、それを記者が記載したとみてよいと思われる。

また、第5巻第1号掲載の白菜湯では、「之は日本で申しますと、味噌汁代用になるもので、先ず唐辛子味噌を入れ普通ならばサッと煮上げます所を、白菜が軟かくなってしまいうまで中火にしてグツグツとかけて置きます。・中略・他のお惣菜よりも一番先にかけて、頂きますまで一時間半ばかりです。」とか「白菜と細切肉と葱を入れてグツグツとよく煮込み」「白菜がトロトロに軟かくなりました頃全部の材料の味が調和しておいしくなっている」などと書かれている。また、注意書きには「白菜が十分に軟らかくなったほうがよい味になるが、それでは味が濃くなってしまいうため、最初は薄い味付けにしておくほうがよい」とある。日本の味噌汁は、味噌を加えたら煮えばなに火を止め味噌の香りをいかす。味噌を加えて煮込んだのでは香りが飛んでしまうからである。一方韓国の味噌は、煮込めば煮込むほど味がよくなるとされる。日本と朝鮮とでは味噌の扱い方が異なるため、上記のように調理ポイントとして明記したのであろう。

#### (5) 供し方、食べ方、保存法

レシピでは、料理の供し方や食べ方、その保存方法についての言及も見られる。例えば薬食では、「できあがった

ら十等分して蓋付きの器に移し、肉桂粉を振り松の実を散らして蓋をして食膳に出す」と書かれている。そして注意事項として、薬食は「なるべく熱いうちに」食べること、ただし好みによっては冷たいまま食べても格別であること、冷暗所に保存すれば1週間ほど日持ちし、冷めたものは蒸し直して食べるとよいこと、食膳に出すときの容器は「朝鮮の在来の習慣としては、蓋物を用いる」が、好みで適宜変えてもよいことが付記されている。

神仙炉については、「食べる直前になってから、蓋を取っておつゆを入れ、又蓋をして完全に燃えついた堅炭を細かくして筒の中に入れて直ぐ出して勧める」とし、神仙炉独特の供し方について言及している。さらに、巻頭の口絵には、具材を盛り込んだ神仙炉の写真(図2)が掲載されており、当時の日本人にとって珍しい神仙炉の鍋とその盛りつけが一目で分かる。神仙炉の鍋は、方信栄自身が朝鮮から持参したものであるか、当時学園に留学中の李喜英が持ち込んだものか、あるいは日本で買い求めたものであるかは不明である。



図2 神仙炉の口絵『栄養と料理』第5巻第2号

第5巻第3号にも口絵(白黒)がある。個別に盛りつけられた料理と朝鮮の箸と匙のセットが配膳されている。この箸と匙も神仙炉の鍋同様方信栄自身、もしくは留学生の李喜英が持ち込んだ可能性がある。

醬浸菜(白菜の醬油漬け)については、「きっちり蓋をして三日ぐらい置きます。之は汁に色々の味がついて大変おいしいものです」とあり、注意事項として日が経つと酸味が強くなるため長く保存できないこと、夏場は特に冷暗所におくようにと注意を促している<sup>59)</sup>。

おいしく食べるための温度についての言及も随所に見られる。第5巻第3号のコキクイ(牛肉の焼物)、第5巻第5号の煎油魚のレシピでは、「この料理は暖い(ママ)うちに食べるものですから、出すとき冷めない様に注意することが肝要です」とか「これは成るべく暖い(ママ)内に食べるのです」と書かれている。

## (6) 食文化

上田は、朝鮮の京城に生まれ育った日本人である。父が朝鮮商工会議所の役員を務める裕福な家庭で育ち、内地の日本人とは異なる視点で朝鮮の食を捉えた。朝鮮総督府栄養士として『栄養と料理』に朝鮮料理を紹介する際には、「その国の真の食生活を知る事はその土地外のものにとりまして誠に難しい」とし、一般に紹介されている朝鮮料理や饗応料理はハレの日の食であり日常的な食ではないこと、その土地の食は気候風土や文化と深く関わっており、現地の人々の生活に深く入り込まなければこれを十分に理解することは叶わないと述べている<sup>60)</sup>。

このほかに上田は、朝鮮料理は肉の扱い方が巧みであること、肉をだしと具材を兼ねて用いる合理性やヤンニョム(薬味)の独特の使用法について、現地に生まれ育った人ならではの経験と知識に基づき冷静かつ客観的に解説している<sup>61)</sup>。

食習慣という点では、第5巻第1号掲載の小豆御飯について「朝鮮では小豆飯が常食で白御飯は上等の御馳走用とされて」いること、したがって小豆御飯には塩味はつけないと書かれている。日本では、小豆を使った御飯といえば



赤飯があるが、赤飯には通常黒ごまに塩を混ぜた胡麻塩を振りかける。また、当時日本では白米偏重によりビタミンB<sub>1</sub>不足に起因する脚気が国民病となっていたが、朝鮮では小豆御飯を日常食としていて脚気が非常に少ないことを紹介し、似ているようで異なる日本と朝鮮の食文化や食習慣の違いについて紹介している<sup>62)</sup>。

## 5. 実習に対する学生の受け止めについて

### (1) ノート

朝鮮料理の実習を学生たちはどのように受講し、どのように受け止めたのであろうか。家食研では発足2年目には会規定のノートを作成し、学生たちはそれを用いて受講した。第2巻第3号掲載の「病人食餌幼児食餌講習会開始」のお知らせには、準備品として「ノート2冊（内1冊は当会規定のもの）」と書かれている。当時のノートが残されていないためどのような仕様のノートであったかは不明である。

1945（昭20）年に本科を卒業した荒井（旧姓佐々）慶子が在学中の1944（昭19）年、1945（昭20）年に使った実習ノート（女子栄養大学香川昇三・綾記念展示室所蔵）は、栄養と料理学園社発行のものである。その体裁を見ると、左ページ上部に実習月日と料理名の記載欄があり、その下に「品名」「分量（概量／使用量（g, cc）／一人前（g, cc）」「蛋白質」「カロリー」「ビタミン ABCDE」「価格」という項目がある。右ページには「備考」とあり、実習の詳細が記録されている（写真1）。この学園製のノートが1938（昭和13）年においても発行されていたとすれば、当時の学生たちはこのノートを用いて朝鮮料理を学んでいたことになる。そうだとすれば、生徒たちは、材料や調味料の使用量を数値で書きとめ、調味パーセントによって調味料の分量を割り出し、料理のカロリーやそこに含まれる蛋白質、ビタミンを記入し、実習の詳細やポイントを記録していたことであろう。

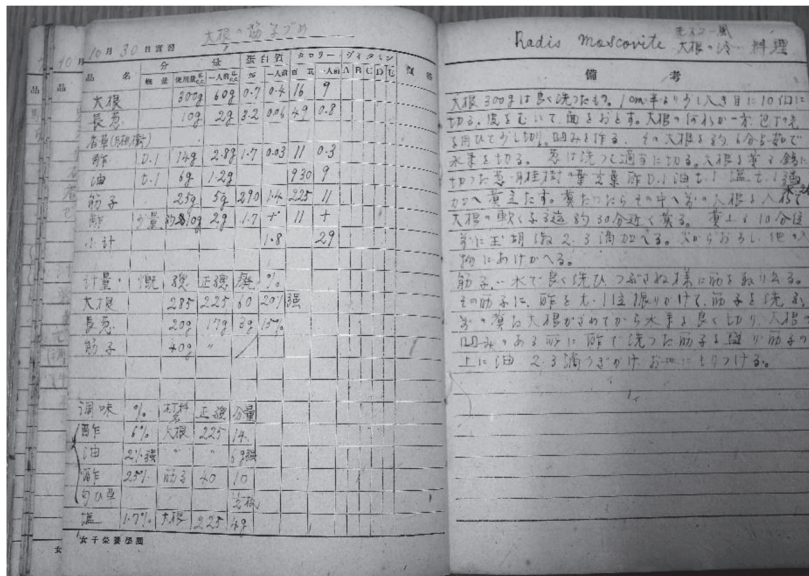


写真1 荒井（旧姓佐々）慶子氏の西洋料理実習ノート（香川昇三・綾記念展示室所蔵）

### (2) 『栄養と料理』の記事とあとがき

『栄養と料理』では学生自らが記者となり実習の詳細を記事にした。また、文中や巻末の「あとがき」において感想が述べられており、これらは彼女たちの受け止めを知る手がかりとなる。

例えば、第5巻第1号には、「朝鮮の漬物は豊富で、手法も凝って美味しうございますが、その外、一般の食べ物も、なかなか栄養豊富で私共日本人の見習うべき点が多いようでございます。」とある<sup>63)</sup>。そして、朝鮮の料理に日本人が見習うべき点として、①コメに雑穀やサツマイモを混ぜたものを日常の主食としている点、②牛肉に代表されるように動物性蛋白質の使用頻度が高い点、③胡麻粉、胡麻油、松の実など栄養価の高い食品を調味料として用いている

こと、④主食と副食の比率は日本と近いが、副食の種類が豊富であるため米食偏重にならないことを挙げている。

朝鮮では雑穀飯やかて飯が主食であることについては「米食偏食といわれる日本人の主食と較べる（ママ）ときは非見習っていい点」であり、肉の高価な内地では朝鮮のように牛肉を使用することはできなくても、豊富な魚を使用するなどして「動物性蛋白質の頂き方の少ないのは、もう一工夫する余地」があると述べている。また、使用する調味料は味にくせがあるものの、胡麻は高価な栄養食品が手に入りにくい農家でも取り入れやすく活用すべきとしている。

そして、「日本の国民病である脚気が、朝鮮には非常に少ないことなど思い合わせますならば、朝鮮料理から得る教訓の少なくないことを思いまして、梨花女子専門学校家事科科長方信栄先生を煩わせて、ここに朝鮮の日常食の一日を、ご指導いただきました」と結ばれている。また、あとがきでは「新しくもたらされた栄養料理を何卒お惣業に十分ご利用下さいませ」とあり、方信栄により教授された朝鮮料理を「栄養料理」として積極的に評価し、米食、とくに白米偏重と動物性蛋白質摂取量の圧倒的な少なさによる栄養の偏りが問題となっていた日本の食生活にとり、よき手本として捉えられていたことが分かる。

方信栄による朝鮮料理の実習は1938（昭和13）年11月から1939（昭和14）年4月まで、5回にわたり行われた。当初「朝鮮の食べ物と云えば・・・（中略）・・・漬物を思い浮かべる」程度であった学生たちは、朝鮮の日常の料理や行事食、ハレの日の食を実習するうちに「朝鮮料理も実習の回数を重ねるに従って、いよいよ舌に馴れ美味しく感ぜられる様になりました」と述べるに至る。また、「冬のどかな午後、方先生御指導の下に、このお料理を実習し、一同楽しくお鍋（＝神仙炉、筆者加筆）を囲みましたが、豊富な材料、複雑な味、まことに結構でございました。」という記述からは、方信栄による朝鮮料理の実習を学生たちが好意的に受け止めていたことが伺える。

## 6. まとめ

### (1) 家庭食養研究会、栄養と料理学園、女子栄養学園の成立過程と栄養教育の実態

以上、家食研とそれに続く二つの学園の成立過程と栄養教育の実態について、綾の自伝や『栄養と料理』、卒業生の回顧録を中心に調査し分析した。

香川昇三・綾夫妻は、予防医学の観点から家庭における栄養学の実践を目的に家食研を設立した。それはちょうど栄養学が一個の独立した学問として確立し、その専門知識をもつ栄養士が全国各地の病院や工場等で栄養改善活動に従事しつつあった時期と重なる。

実践の場として家庭を設定したところにこの私塾の独自性があったが、綾が述べているように「医学と栄養学と料理を結ぶシルクロード」<sup>64)</sup>という前人未踏の道を歩むのは容易ではなかった。

綾は栄養学の知識をそのまま家庭に持ち込むのは現実的ではなく、おいしさで栄養＝科学を包まなければ家庭における栄養学の実践は成功しないと考えた。「食べものは栄養があるから食べるのでも、安いから食べるのでもなく、美味しいからこそ食べるのだ」<sup>65)</sup>という綾の主張は、ともすれば理論に偏重しやすい栄養教育への批判であり、確かな調理技術の普及によりいつでもだれでも栄養のあるおいしい料理を作ることが出来るように、一流料理人の秘伝やこつを数値化し調理の科学化を推し進めた。それは調味パーセントや「栄養と料理カード」という形で、『栄養と料理』を通して、学園の生徒だけでなく全国の家庭や軍隊の厨房にまで影響を及ぼした。また、「主食は胚芽米、魚一、豆一、野菜四」という食事法は主婦が買い物をする際の目安となり家庭で実践された。

### (2) 方信栄・劉福德・上田フサによる朝鮮料理の調理教育

家食研から改称した栄養と料理学園および女子栄養学園では、朝鮮料理の調理教育が行われていた。当時の高等学校や料理学校では、日本料理、西洋料理、支那料理が正規科目として教授されていた。私塾とはいえ一定のカリキュラムと設備を整えた教育施設で朝鮮料理の調理教育が行われていた例は他になく注目に値する。

講師はすべて朝鮮に生まれ育った人々であり、その中でも方信栄は、当時梨花女専の家事科長を務めており、朝鮮初の近代的料理書『朝鮮料理製法』の増補八版を出したばかりであった。いわば朝鮮料理の専門家、第一人者が直々



に調理指導を行ったのである。

実習では『朝鮮料理製法』に記載された料理の他に記載のない料理も教授された。季節を重んじ、家庭で実践しやすい日常の料理のほかデザートを含め饗応食としても対応できるように献立が組まれた。日本の風土や食文化に合わせた食材を選び、日本人になじみやすい味付けになるよう工夫されていた。調理法は詳細に記述され、調理上のポイントのみならず盛り付け方や供し方、食べ方に至るまで懇切丁寧に解説されている。写真やイラストを用いることで、初めて朝鮮料理を作る読者の理解を助ける配慮も見られた。

こうした朝鮮料理の授業を、学生たちは学園オリジナルのノートに調味パーセントや栄養素、カロリー等を記録し学んだと推測される。おいしい朝鮮料理による栄養学の実践である。初めて学ぶ朝鮮料理を学生たちは好意的に受け止めた。夫の朝鮮赴任に伴い1927（昭和2）年から5年間京城に暮らした松岡洋子が「キムチはニンニクくさい」と嫌悪感を露わにしたのとは対照的な受け止め方である<sup>66</sup>。また、上田による朝鮮の食文化への言及は、現在の大学における食文化教育の先駆けともいえるもので特筆に値する。

朝鮮料理の調理教育に対しては綾自身思い入れがあったようで、『栄養と料理』から記事を切り抜き、満州料理の記事と共に手製の表紙をつけてこれを綴った。この冊子は、現在香川昇三・綾記念展示室に保管されている。

方信栄については、1925（大正14）年に日本に留学し1938（昭和13）年に日本に遊学したことは明らかになっているが、留学中何を学び、また遊学中どのような活動を行ったのかその詳細はこれまで一切不明だった。それは関連史料が未発見であったためであるが、今回『栄養と料理』に掲載された記事から、日本遊学中の活動の一端が明らかになった。栄養と料理学園での教育実践は、朝鮮に戻ってからの方信栄の調理教育に少なからず影響を与えたと思われる。今後は、1925（大正14）年の留学中の学びの実態を明らかにするとともに、日本への留・遊学がその後の方信栄による調理教育の実践に与えた影響について検討することを課題としたい。

本稿で使用した史料のうち、香川昇三・綾記念展示室所蔵の史料については、前担当者の三保谷智子さん、現担当者の菅原恵美さんのご協力により複写・写真撮影をさせていただくなど便宜をはかっていただいた。学園の歴史等についても多くの情報をいただき、この場をお借りして御礼申し上げたい。

最後に、今年度をもって立命館大学を退職される恩師朝倉敏夫先生に心より感謝申し上げたい。冬の寒い日、韓国安東から国立民族学博物館の研究室を訪ねた私を温かく迎えて下さり、私の韓国食文化研究への思いにじっと耳を傾けて下さったことは今でも昨日のここのように思い出す。先生が私を引き受けて下さったのは、先生と同じ明治大学大学院の同窓であることに縁を感じて下さったからだと後に知った。先生の学恩を私は少しもお返しできず心が重かったが、今回、特別寄稿の形で、現在勤務する女子栄養大学の前身である家庭食養研究会とそれに続く二つの学園における朝鮮料理の調理教育について発表する機会をいただいた。これからも精進を重ねて先生の学恩に報いたい。先生、どうかこれからもご健康に留意なさって私たち弟子をご指導下さい。

## 注

- 1) 当時、栄養士を支える法的根拠はなかった。1945年4月に施行された栄養士規則、1947年5月に制定された栄養士法により、栄養士は国家資格として初めて法的に位置づけられた。
- 2) 佐々木（2009）、外村（2003）。
- 3) 本書は『一皿に命込めて』（香川綾，1977，講談社）、『栄養学と私の半生記』（香川綾，1985，女子栄養大学出版部）を底本としそれらに修正を施したものである。『人間の記録52 香川綾』（香川綾，1997，日本図書センター）は『栄養学と私の半生記』を底本としているが修正すべき箇所が修正されていない。
- 4) 香川綾・芳子（2008），15頁。
- 5) 香川綾・芳子（2008），26頁。
- 6) クリスチャンで、大阪のウイルミナ女学校（現在の大阪女学院）卒業後、神学者の田中達と結婚し夫の米国留学中は東京音楽学校で、死別後は東京女子大学で舎監を務めた。料理上手だったことから、1929（昭和4）年頃から『婦人之友』に料理記事を書いていた。女子医専に入学した綾を自宅に住まわせるなど綾を公私にわたり支えた。
- 7) この研究成果は、『婦人之友』第23巻第1号125-131頁に「どうしたら御飯を上手に炊けるか」という題で掲載されている。結婚前であったため、「横巻綾子」になっている。

- 8) 「種々本邦ノビタミンB含有量並ニ之ニ及ボス調理ノ影響(第一報)」『東京医学会雑誌』45巻9号1931, 57-78頁。『東京医学会雑誌』「種々本邦ノビタミンB含有量並ニ之ニ及ボス調理ノ影響(第二報)」45巻10号1931, 1-22頁。
- 9) 店主の中島貞治郎は北大路魯山人が主催する星ヶ丘茶寮の初代料理長。
- 10) 一は100gを指す。動物性蛋白質の供給源として魚、植物性タンパク源として豆、ビタミン等の供給源として野菜をバランスよく摂取するというもの。これは後に「四群点数法」へと発展していく。「四群点数法」とは、食品を栄養成分によって4つの群(グループ)に分け、各群に属する食品を適量ずつ摂取することでバランスのとれた食生活をおくることができるという食事法である。
- 11) 『婦人之友』第28巻第2号, 107頁。
- 12) 1918(大正7)年、佐伯は当時の文部省に対し「營養」の文字を「栄養」と改訂することを建言し、国定教科書や官報等において「栄養」に統一することを主張した。その明確な理由は明らかではない。また、「偏食」「完全食」「栄養指導」といった、今日広く一般に用いられている栄養の専門用語も佐伯の創作によるものである。
- 13) 国立栄養研究所は1940(昭和15)年に一旦廃止され、戦後1947(昭和22)年に再び設立される。そして現在の独立研究開発法人国立健康・栄養研究所へと発展してゆく。
- 14) 1926(昭和元)年12月31日刊行の書籍において佐伯は「栄養士」という呼称を使用。
- 15) 早川(2014)6頁。
- 16) 香川綾・香川芳子(2008), 107頁。
- 17) 佐伯矩(1936), 142頁。
- 18) 木下謙次郎は『美味求真』において、栄養の観点からの目新しい工夫も見られず、見た目への配慮もなく、ありふれた料理に蛋白質とカロリーを付加したに過ぎないと批判している。木下(1925), 248頁。
- 19) 『栄養と栄養研究』第2第3号, 27頁。
- 20) 『婦人之友』第28巻第2号, 107頁。この記事では「香川綾子」となっている。
- 21) 香川達雄(2010), 115頁。
- 22) 梨花100年史編纂委員会編(1994), 157頁。
- 23) 李元淑は、学園を卒業した後、京城の同徳女子高等学校や母校の梨花女子専門学校に教員として勤務後、明洞で高麗亭という冷麺店を経営した。世界的な音楽家である鄭明和、鄭京和、鄭明勲の母としてつとに有名である。韓国で出版した著書の日本語版『世界がおまえたたちの舞台だ』(1994年、中央公論社)には、栄養と料理学園留学当時の思い出がつつられており、朝鮮戦争で紛失するまで学園で学んだノートを大切に保管していたことや卒業して50年後に学園を訪ねた際、綾が李元淑の子供のたちの活躍をことのほか喜んだことが記されている。
- 24) 女子栄養大学香友会(2004)。
- 25) 香川夫妻の恩師島蘭は隔週で一般栄養学について講義した。綾は島蘭による講義を「本会の誇り」としていた。
- 26) 家食研の第1期生である尾中千草は、綾が自分の子供を背負って生徒とともに実習に参加し、ジャガイモの皮をむいていたことを覚えていてと述べている。香川達雄(2010), 68頁。
- 27) 『栄養と料理』の編集長を務め料理記者として名をはせた岸朝子(1942年本科卒業)は、花嫁修業のつもりで入学したところ、中村延生蔵、二國二郎など名だたる教授陣から生理学や有機化学などの授業を受け、「化学式など勉強させられて、ただの料理学校ではなかった」と回想している。香川達雄(2010), 2頁。
- 28) 香川綾・香川芳子(2008), 107頁。
- 29) 山田政平は静岡に生まれ郵便官吏として長春、奉天などで勤務した際、中国料理に興味を覚える。病を得て帰国後、本学的に中国料理を学び研究を始める。著書である『素人に出来る支那料理』(1926)は昭和初期から終戦後まで日本における中国料理の教科書的存在であった。1939(昭和14)年食糧学校創立時には支那料理講師を務めた。また、中国の古典料理書『随園食單』を翻訳した。
- 30) 西澤今朝蔵の経歴は不明である。『日本司厨士協同会沿革史』の役員名簿には、当時同会の常務理事に名を連ねており所属は山脇高等女学校となっている。関根(1934), 287頁。
- 31) 栗田常太郎、青田天青とも名乗った。明治11年石川県に生まれ、商売の傍ら文芸や芸術に傾倒する。1935年、日本之茶道社を創立する。栗田天青翁追悼誌刊行員会(1955)。
- 32) 夫の石井泰次郎は四条流包丁相伝石井家の第8代目当主である。泰次郎も『栄養と料理』に懐石の文化等について文章を寄せている。
- 33) 深澤二郎(1894~1962)は、1897(明治30)年に開業したフランス料理の名店、東洋軒の創業者深澤為二郎の次男である。為二郎から手ほどきを受け、東洋軒、海軍省、華族会館等で料理長を務めた。1951(昭和26)年、侑史と改名した。
- 34) 高橋敦子他(2016)12頁。調味料を調味パーセントでとらえるメリットとして、①調味料を摂取量として把握できること、②一定の味付けを支える目安になること、③味の予測が付き、正確に伝達できること、④再現可能なことを挙げている。材料の重量に調味パーセント(%)を乗じたものを100で除すると調味料の重量が得られる。例えば、だし600mlを0.5%の塩分で塩を用いて調味する場合、 $600 \times 0.5\%$



- ÷ 100=3g となり小さじ 1 / 2 の塩が必要ということになる。
- 35) 付録の献立表や「栄養と料理カード」は、主婦のみならず軍艦の厨房でも利用されていた。第 2 巻第 6 号の詩友だよりには、呉航空隊や軍艦最上、軍艦榛名の烹炊長から団体給食に活用している旨の投書が紹介されている。
- 36) 料理レシピ以外の朝鮮関連の記事は、朝鮮童謡選（第 2 巻第 11 号）と李王家博物館筍形水差（第 3 巻第 4 号）、「朝鮮の食生活に学ぶ」（第 10 巻第 12 号）の 3 本である。朝鮮童謡選は食に関連する朝鮮の童謡を紹介したものであり、筍をかたどった青磁の水差しは、高麗時代の作で、現在ソウルの国立中央博物館に所蔵されている。「朝鮮の食生活に学ぶ」を執筆した黒田米子は、『食道楽』の著者村井弦齋の長女である。この記事は、黒田がNHK 入局後、朝鮮半島を旅した際に食した料理や各地で出会った食材について紹介したものである。
- 37) 劉福德は、後に梨花女専の助教として勤務した。
- 38) 留学の理由は、教育令に基づく日本語による教育の圧力が背景にあったと考えられる。梨花女専関係者が留学先として学園を選んだ理由は不明であるが、当時、梨花女専家事科では教材として『婦人之友家計簿』が使用されており、『婦人之友』も読まれていたと考えられる。綾は同誌に「おいしい飯の炊き方」など医局時代の研究成果を寄稿しており、家庭食養研究会についても紹介している。こうした記事が梨花女専関係者の目にとまり、学園への留学に繋がった可能性も否定できない。
- 39) 教え子によれば、李喜英は、留学から戻り方信榮の助教をしていた。
- 40) 当時、京城師範附属小学校の給食指導にあたりたり、高等女学校の家庭科の教科書の編纂に関わったりした。梨花女専では週 1 回日本料理を教授していた
- 41) 「チカエイ」は調理法を意味すると推測されるが、これにあたる韓国語は不明である。「味噌煮」と訳されていることから、チョリムまたは汁気の少ない煮物を意味するチヂミのことであると思われる。ここでは、チヂミの 1 種として扱った。
- 42) 果物を薄切りし、蜂蜜や砂糖で甘みをつけたシロップや五味子の抽出液を注いだ飲料。
- 43) ここでは小麦粉を水で溶いた生地を薄焼きにし、潰し胡麻等を包んだ菓子を指す。
- 44) もち米粉を水で溶いた生地を丸く焼き、表面に棗やツツジ、菊の花などを貼りつけて焼いた餅菓子。花煎。
- 45) 肉・魚・野菜類を細かく切ったり薄切りにしたりし、塩胡椒で下味をつけ、小麦粉、溶き卵の順にまぶして油で焼いた料理。
- 46) 『栄養と料理』創刊号（1935）13-16 頁では、西澤今朝蔵（家庭食養研究会講師）による「西洋料理」として、鱈の肉詰グラタン、白魚の衣揚げ、ノルマンド風湯煮魚、芝海老サラダ、仏蘭西風ビーフステーキ、犢（こうし）のクリーム煮、豚肉ソーテ、焼林檎、挽茶入りアイスクリームが紹介されている。
- 47) 1938 年に出版された趙慈鏞の『朝鮮料理法』にはほうれん草のナムル（시금치나물）が掲載されていることから、当時の朝鮮でほうれん草がナムルの材料として用いられていなかったわけではない。
- 48) 支那料理、西洋料理においても原文の読み仮名がカタカナで振られている。
- 49) 方信榮（1937）、154 頁。
- 50) 方信榮（1937）、392 頁。
- 51) 方信榮（1957）308 頁。
- 52) 方信榮（1937）、215 頁。
- 53) 『栄養と料理』第 5 巻第 3 号のチャンサンヂョック（牛肉の醤油煮詰め）ではみりんが用いられている。
- 54) ゆで肉やなまこ、あわびを薄切りし、野菜とともに辛子酢で和えた料理。
- 55) 肉や野菜類など 9 種の具材を小麦粉と水を溶いて焼いたクレープ状の皮で包んで食べる料理。饗応食として用いられる。
- 56) 「이기다」には、「練る」という意味もあることから、「潰すように細かく切る」と解することも出来る。
- 57) 赤堀全子ほか編（1960）、73 頁。
- 58) 『栄養と料理』第 5 号第 1 号、47 頁。
- 59) 醬沈菜は、2019 年 2 月に女子栄養大学調理学研究室松田康子教授、助手の島奈緒子さん（当時）とともに再現した。辛味が主張しておらずマイルドで日本人の口に合う味付けだった。
- 60) 『栄養と料理』第 7 巻第 11 号、40 頁。
- 61) 上田は、近年日本人が内地の食習慣を外地にそっくりそのまま持ち込む愚を犯しており、しかもそれを朝鮮に植え付けようとしていると批判している。『栄養と料理』第 7 巻第 11 号、42 頁。
- 62) 『婦人之友』第 34 巻第 1 号では、「朝鮮には脚気はなかったが、内地の食習慣の影響を受けて、上流社会では白米を食べることが流行しつつある」ことを昇三が述べている。おそらく昇三はこうした情報を方信榮や李喜英たちから聞いたのであろう。
- 63) 『栄養と料理』第 5 巻第 1 号、44-45 頁。第 5 巻第 1 号巻末のあとがきには「尚、方先生より朝鮮のお料理を初めて伺いました」とあるが、実際には前号の第 4 巻第 12 号に菓食が掲載されている。女子栄養大学香川昇三・綾記念展示室の三保谷智子さん（当時）によれば、「あとがき」は、編集者の私的な要素が多分にあるため、このあとがきを書いた記者が、「初めて」習ったということであり、学生たちは前号の菓食も実習していたと考えられるという。当時、『栄養と料理』は学園の講義録として出版されていたことを考えると、菓食の実

習は実施されていたと考えてよいものと思われる。

64) 香川綾・香川芳子 (2008), 105 頁。

65) 『栄養と料理』第4巻第12号, 8頁。

66) 『婦人之友』第23巻第1号, 200-201頁。松岡久子は羽仁もと子の義妹で、夫である松岡正男(京城日报社)の赴任に伴い家族とともに京城に移り住んだ。

## 参考文献・参考史料

### 1. 書籍

〈日本語〉

赤堀全子ほか編 1960 『世界の家庭料理第3 中国料理第2』中央公論社。

栗田天青翁追悼誌刊行員会編 1955 『有声』。

李元淑 『世界がおまえたちの舞台だ』1994 中央公論社。

李盛雨著、鄭大聲・佐々木直子訳 1999 『韓国料理文化史』平凡社。

江原絢子 1998 『高等女学校における食物教育の形成と展開』雄山閣出版。

香川綾・香川芳子 2008 『香川綾の歩んだ道』女子栄養大学出版部。

香川達雄 2010 『香川綾の思い出—香川綾記念会記録集(第一回~第十回)—』学校法人香川栄養学園。

川端輝江編 『女子栄養大学のバランスのよい食事法第4版』2020 女子栄養大学出版部。

香友会会員組織部 2004 『香友会名簿』女子栄養大学香友会。

木下謙次郎 1925 『美味求真』啓成社。

記念誌編集委員会編 1993 『香川栄養学園創立60周年記念誌』学校法人香川栄養学園。

佐伯矩 1936 『栄養 第4版』栄養社。

財団法人国民栄養協会編 1981 『日本栄養学史』国民栄養協会。

佐々木道雄 2009 『キムチの文化史』福村出版。

関根保胤編 1934 『日本司厨士協同会沿革史』日本司厨士協同会。

高橋敦子ほか編 2016 『調理学実習第7版』女子栄養大学出版部。

田中静一 1987 『一衣帯水』柴田書店。

外村大 2003 「戦前期日本における朝鮮料理業の展開」『食文化研究助成成果報告書』第13回第1号 (財)味の素食の文化センター。

中村雄昂 1985 『西洋料理人物語』築地書館株式会社。

早川貴文 2014 「講義録 栄養士の原像と将来像」女子栄養大学「管理栄養士・栄養士委員会」編。

深沢侑史 1963 『西洋料理500種』女子栄養大学出版部。

〈韓国語〉

方信栄 1937 『朝鮮料理製法』漢城図書株式会社(ソウル)。

方信栄 1957 『우리나라 음식 만드는법(我が国の飲食の作り方)』奨忠図書出版社(ソウル)。

尹瑞石 1991 『한국의 음식용어(韓国の飲食用語)』民音社(ソウル)。

이화 100년사편찬위원회편 1994 『이화 100년사자료집』이화여자대학교출판부(梨花100年史編纂委員会編 『梨花100年史資料集』梨花女子大学校出版部、ソウル)。

趙慈鎬 1938 『朝鮮料理法』廣韓書林(ソウル)。

### 2. 雑誌

栄養と料理社 1935 『栄養と料理』創刊号。

栄養と料理社 1936 『栄養と料理』第2巻第11号。

栄養と料理社 1937 『栄養と料理』第3巻第4号。

栄養と料理社 1938 『栄養と料理』第4巻第12号。

栄養と料理社 1939 『栄養と料理』第5巻第1号。

栄養と料理社 1939 『栄養と料理』第5巻第2号。

栄養と料理社 1939 『栄養と料理』第5巻第3号。

栄養と料理社 1939 『栄養と料理』第5巻第5号。





- 栄養と料理社 1940『栄養と料理』第6巻第3号。  
栄養と料理社 1941『栄養と料理』第7巻第11号。  
栄養と料理社 1942『栄養と料理』第10巻第12号。  
栄養社 1924『栄養と栄養研究』第2巻第1号。  
婦人之友社 1929『婦人之友』第23巻第1号。  
婦人之友社 1934『婦人之友』第28巻第2号。  
婦人之友社 1940『婦人之友』第34巻第1号。

### 3. 参考史料

荒井（旧姓佐々）慶子 西洋料理実習ノート（香川昇三・綾記念展示室所蔵）。

（もりや あきこ 女子栄養大学栄養学部・准教授）

