

實踐報告

愛知教育大生の食べている野菜と果樹

市橋 正一

要 約

愛知教育大で筆者が行う基礎教育科目「科学・技術と人間」の内容の紹介と、その授業を通じて行ったアンケート調査の結果をまとめた。

この講義では、農業分野の科学技術が人類の生存に果たす役割について学び考えることを意図してきた。授業では、人間が生きていく上での装飾用植物（花）の必要性について紹介し、花に興味を持つ学生が増えてくれることを望んでいる。また、食用作物の歴史、個別の作物に関する説明も行っている。

学生の食に関する興味を喚起する意味で行った、日常食べている野菜の種類調査では、受講生の食べた野菜の種類合計は112種であった。これは、日本人が大正時代までに食べてきた植物の種類数127に比べると多いと見られた。しかし、一人当たりの平均の種類数で見ると3種類前後であること、また皆がよく食べる野菜がある一方、食べられる頻度の少ないものも多いことから、必ずしも多くの野菜が食べられているのではないと推測された。この112種のうち伝統的なものは61種（54%）であり、日常食べる野菜果物の半数以上は、過去に食べられていた食材と共通するものであった。

3年間の調査を通じて、食べられた頻度の最も高い野菜はニンジンであった。続いて、キャベツ、レタス、タマネギ、ネギがよく食べられる野菜であることが明らかになった。これらの学生の嗜好の形成には、食生活の変化と、野菜の生産方法、育種的進歩が関係していることが推測された。

学生の持っている知識の貧弱さ、知的好奇心の希薄さは、すべての授業の中で良く感ずることであるが、アンケートなどの回答からすれば、必ずしもすべての受講生が興味を持っていないわけではなかった。食に関する興味関心は誰もが持つものと思われ、愛知教育大生も、筆者の授業を通じて、少しでも食に関する興味を増大し、豊かな食生活を送ってくれることを望んでいる。

キーワード：野菜、食生活、愛教大生

筆者は、基礎教育科目「科学・技術と人間」の展開で、前期の担当を2004～2006年の3年間行ってきた。この講義では、農業分野の科学技術が人間の生存に果たす役割について学び考えることを意図してきた。シラバスには、1) 緑色植物の役割と存在意義、2) 農業とその機能、3) 栽培植物の歴史、4) 栽培植物の種類、5) 花産業の発展、6) 植物の分類、7) ラン科植物のアイデンティティー、8) バイオテクノロジー、と授業内容が示してある。自分の専門の立場からは、受講生には緑色植物のうち装飾に用いられる各種植物（花き園芸植物）の存在意義について考えてほしいと思っているが、必ずしも授業者の意図が受講生に受け入れられているとは思っていない。授業では、「心のビタミン」として人間が生きていく上で花が必要な存在であること、また愛知県が日本で最大の花の生産県であり、比較的身近で花が多く生産されていることなど、草花に関する話を行っているが、それに関心を持ってくれる受講生は一部であり多くはない。この授業をきっかけに、すこしでも花に興味を持つ学生が増えてくれればと願っている。

また授業の中では、食用作物などについての紹介も行っている。食に対する興味は、「肉体を維持するための糧」としてだれもが持っている。学生の関心も、草花に比べれば高いようである。自分自身が人一倍食に関する興味も強いため、授業の中で食べ物話題については、脱線することが時々ある。この時は、学生も睡魔から解放され、関心を示すものも多いようである。日常的に食べている野菜果物についても、学生の興味関心は比較的大きいように思われる。

授業の中では、日本人の食べてきた野菜果物類の変遷について紹介している。日本人の歴史上の文学作品に現れた植物の種類については植物世相史¹⁾に詳しい。同書によれば古事記に記載された植物のうち食用と考えられるものは、アヲナ（カブ）、アカカガチ（ホオズキ）、アズキ、イチイ、イネ、ウリ（マクワウリ）、オオネ（ダイコン）、カシ、カミ

ラ（ニラ）、クズ、クヌギ、クリ、サイ（ヤマユリ）、サシブ（シャシチャンポ）、シイ、ダイズ、タカムラ（タケノコ）、タチバナ、タヂヒ（イタドリ）、ヌナハ（ジュンサイ）、ハジカミ（サンショウ、ショウガ）、ハス、ハハカ（ウワミズザクラ）、ヒサゴ（ユウガオ）、ヒシ、ヒル（ノビル）、ムギ、ムクノキ、モモ、ヤマタズ（ニワトコ）が、また日本書紀の食用植物としては、アカカガチ（ホオズキ）、アズキ、アハ、イタドリ、イチヒ、イネ、イモ（ヤマノイモ）、エノキ、クヌギ、クワ、クリ、シラカシ、スモモ、セリ、ダイズ、タカンナ（タケノコ）、タケ（キノコ）、タチバナ、ナギ（コナギ）、ナシ、ヌナハ（ジュンサイ）、ハジカミ（サンショウ、ショウガ）、ハス、ハネズ（ニワウメ）、ヒエ、ヒサゴ（ユウガオ）、ヒシ、ムギ、モモ、ユリがあげられている。また万葉集の食用植物としては、アキノカ（マツタケ）、アワ、アフヒ（フユアオイ）、アヲナ（カブ）、イネ、イハキヅラ（スベリヒユ）、ウハギ（ヨメナ）、ウモ（サトイモ）、ウリ（マクワウリ）、カタカゴ（カタクリ）、キミ（キビ）、ククミラ（ニラ）、クズ、コナギ、スミレ、セリ、タケノコ、タデ、タハミヅラ（ヒルムシロ）、トコロ、ナノリソ（ホンダワラ）、ヌナハ（ジュンサイ）、ハチス（ハス）、ハナカツミ（マコモ）、ヒシ、ヒル（ノビル）、ミル、ムギ、ユリ、ヨモギ、ワカメ、ワスレグサ（ヤブカンゾウ）、ワラビ、エグ（クログワイ）などが、また果実にはアベタチバナ（クネンポ）、イチイ、ウメ、カシ、クリ、シイ、スモモ、タチバナ、チチ（イヌビワ）、ハネズ（ニワウメ）、ナシ、ナツメ、モモなどがあげられている。

平安時代には、アサツキ、オオニラ（ラッキョウ）、カモウリ（トウガン）、キキタス（ゴボウ）、ササゲ、シソ、ソバウリ（キュウリ）、ツクシ、ナス、ニンニク、ネギ、ヒラタケ、マイタケ、ミヨウガ、ワケギ、アケビ、アンズ、カラナシ（ベニリンゴ）、クルミ、サルナシ、ザクロ、スモモ、ナシ、ナツメ、ビワ、ムベ、ヤマガキ、ヤマモモなどが、鎌倉・室町時代には、アカザ、チャ、トウガラシ、

トウモロコシ、ブドウ、モモなどが記載されている。また江戸時代には、アスパラガス、インゲンマメ、イトウリ（ヘチマ）、オランダイチゴ、オランダゼリ（パセリ）、オランダミツバ（セルリー）、カボチャ、キャベツ、ゴマ、サツマイモ、ジャガイモ、スイカ、ソバ、ソラマメ、チョロギ、ツルレイシ（ニガウリ）、ナタマメ、ニンジン、フジマメ、フダンソウ、ホウレンソウ、モウソウチク、ラッカセイ、ワサビ、イチジク、ギンナン、グミ、ユスラウメ、レイシなどが導入されたが、必ずしも利用が普及したものばかりではない。

明治時代には、エンドウ、オランダガラシ（クレソン）、カラシナ、キャベツ、タマネギ、ハナヤサイ、コーヒー、パイナップル、アンラ（マンゴウ）、オリーブ、サクランボ、パパイヤ、メロン、リンゴが、大正時代には、バナナ、トマト、ザボン、ウイキョウ、オウトウなどが挙げられている¹⁾。

これらは歴史書、文学作品に表れた植物であり、必ずしも食用に供された植物が全て網羅されているわけではないが、日本人の食べてきた副食物の歴史的な変遷を知ることは出来る。

日本における主食と副食の区別は10世紀には見られ、海藻、野菜（野草・山菜）、魚類、鳥獣肉が副食物として扱われていた²⁾。前掲のものうち、多くは現在も副食物として普通に食べられている。しかし、山野草として利用されるもの、またほとんど利用されていないものもあり、個々にはその重要性の程度は異なってきている。

最近の日本人の野菜果物の摂取量は、昭和から平成に変わる時期をピークにして野菜では徐々に低下し、果物では平成6年ごろをピークとして横ばい傾向が見られる。米国と比べると、日本での野菜の消費量は以前と逆転し、米国よりも少なくなっている。米国では健康維持のため、野菜・果物を1日に5種類以上食べる運動（ファイブ ア デイ運動）を展開した結果である³⁾。

現在の副食物としての野菜の種類の特徴は、①伝統的野菜類の周年供給化と一部の野菜への集中化

（旬の喪失）、②料理の国際化による新しい食材（中国野菜、西洋野菜、熱帯果樹など）の導入と考えられる。施設栽培化あるいは栽培方法の改善、あるいは高冷地、海外などへの産地の移動などによりキュウリ、トマト、モヤシ、カイワレダイコン、ダイコン、キャベツ、ネギ、レタスなどは周年供給されるようになり、いつでも食べられるようになっている。これらは第二次大戦後、特に高度経済成長期以後に顕著になった現象である。歴史的に見て現在は、最も野菜の種類が豊富な時代で、見慣れた野菜のほかに、中国野菜、西洋野菜、熱帯の野菜、また地方野菜など、スーパーに行けば多様な野菜を買うことが出来る。しかし、各家庭単位で考えれば、利用する野菜の種類はそれほど多くは無いと考えられる。食生活は本来保守的なものと考えられ、新しい野菜や果物が日常的に利用されるようになるには、何等かの大きな変化と長い時間が必要である。このような野菜の豊富な環境にあって、現在の学生がどのような野菜果物を、どの程度食べているか興味のもたれる所である。

日常食べている野菜の種類調査の方法

2年生向けに筆者の担当する基礎教育科目「科学・技術と人間」展開の2004年から2006年の受講生を対象とした。授業で食用作物の紹介が終わった6月前後の一週間について、各食事で摂った野菜果物の種類を記録するように指示し報告させた。2004年については、一週間に食べた野菜果物の全種類について、2005年と2006年については毎食ごとに食べた野菜果物の種類について植物名を報告させた。ただし、各学生の野菜果物の認識の程度は異なっており、それぞれが食事に含まれる野菜果物を同じように認識しているとは考えられない。この調査は自己申告をそのまま集計したものであり、必ずしも実態を正しく反映してはいないと思われる。

園芸学的には、キノコ、海藻類は野菜に含まれな

いが、ほとんどの学生は野菜に挙げており、そのまま集計には含めた。また、米、コムギ、(豆腐、納豆の原料として)大豆などの穀物を野菜に含めるも

も見られたが、これは集計から除いた。集計の対象になった植物名は表1の112種である。

表1 歴史上食べられてきた植物と学生が一週間に食べた植物の種類

歴史的な野菜果物		学生の食べた野菜果物	
(オランダ) イチゴ	チョコギ	アーモンド	ナメコ
アカザ	ツクシ	アサツキ*	ニガウリ・ツルレイシ・ゴーヤ*
アケビ	トウガラシ	アシタバ	ニラ*
アサツキ	トウガン	アズキ*	ニンジン*
アズキ	トウモロコシ	アスバラガス*	ニンニク*
アスバラガス	トコロ	アセロラ	ネギ*
アンズ	トマト	アボガド	ノザワナ
イタドリ	ナシ	イチゴ*	ノリ
イチイ	ナス	インゲンマメ*	バイナップル*
イチジク	ナタマメ	ウド	ハクサイ
イチヒ	ナツメ	ウメボシ*	バジル
イヌビワ	ニガウリ・ツルレイシ	エダマメ	ハス・レンコン*
インゲンマメ	ニラ	エノキ*	パセリ*
ウイキョウ	ニワトコ	エリンギ	バナナ*
ウメ	ニンジン	エンドウ・サヤエンドウ*	ハナヤサイ・カリフラワー*
ウワミズザクラ	ニンニク	オクラ	パパイヤ*
エノキ	ネギ	オリーブ*	ピーマン・パプリカ・シシトウ*
エンドウ	ノビル	オレンジ	ヒラタケ*
オリーブ	バイナップル	カイワレダイコン	フキ
カキ	ハス・レンコン	カブ*	ブドウ*
カシ	パセリ	カボチャ*	ブルーベリー
カタクリ	バナナ	キウイ	ブルー
カブ	ハナヤサイ・カリフラワー	キクラゲ	ブロッコリー
カボチャ	パパイヤ	キャベツ・紫キャベツ*	ブロッコリー・スプラウト
カラシナ	ヒシ	キュウリ・ビクルス*	ホウレンソウ*
キャベツ	ヒラタケ	ギンナン*	マイタケ
キュウリ	ヒルムシロ	クウシンサイ	マッシュルーム
ギンナン	ビワ	クランベリー	ミカン
クヌギ	フジマメ	グリーンピース	ミズナ
クネンボ	フダンソウ	グレープフルーツ	ミツバ
グミ	ブドウ	クレソン*	ミョウガ*
クリ	フユアオイ	ケール*	メロン*
クルミ	ヘチマ	ココナッツ	モモ
クレソン	ベニリンゴ	ゴボウ*	モヤシ
クログワイ	ホウレンソウ	ゴマ*	モロヘイヤ
クワ	ホオズキ	コマツナ	ヤマイモ
コナギ	ホンダワラ	コンブ	ユウガオ・カンピョウ*
ゴボウ	マイタケ	ザーサイ	ヨモギ*
ゴマ	マクワウリ	サクランボ*	ラッキョ*
サクランボ	マコモ	サツマイモ*	ラディッシュ
ザクロ	マツタケ	サトイモ*	リンゴ*
ササゲ	マンゴウ	サンショ*	ルツコラ
サツマイモ	ミョウガ	シイタケ	レーズン
サトイモ	ミル	シソ・オオバ*	レタス・サンチェ・サラダナ
ザボン	ムクノキ	シメジ	レモン
サルナシ	ムベ	ジャガイモ*	ワカメ・メカブ*
サンショウ	メロン	ショウガ*	ワサビ*
シソ	モモ	スイカ*	ワラビ*
ジャガイモ	ヤブカンゾウ	ズッキーニ	
シャシヤンボ	ヤマノイモ	セルリー*	
ジュンサイ	ヤマモモ	ゼンマイ	
ショウガ	ユウガオ・ヒョウタン	ソラマメ*	
スイカ	ユスラウメ	ダイコン*	
スベリヒユ	ユリ	タケノコ (含むメンマ)*	
スマレ	ヨメナ	タマネギ・紫タマネギ*	
スモモ	ヨモギ	チンゲンサイ	
セリ	ラッキョウ	トウガラシ*	
セルリー	リンゴ	トウモロコシ(コーン・ヤングコーン)*	
ソラマメ	レイシ	トマト・ミニトマト*	
ダイコン	ワカメ	ナガイモ・ヤマイモ*	
タケノコ	ワケギ	ナシ・ヨウナシ*	
タチバナ	ワサビ	ナス*	
タデ	ワラビ	ナツミカン・アマナツ	
タマネギ		ナバナ	

種類数

127

112(61*)

穀物(アワ、イネ、キビ、ソバ、ヒエ、ムギ)、工業作物(クズ、コーヒー、ダイズ、チャ、ラッカセイ)は表の中にも含めなかった。
*左(歴史的な野菜果物)と共通する植物。

結果と考察

3年間の調査で学生が食べた野菜の種類数の合計は112種となった。これは、日本人が大正時代までに食べてきた歴史的な植物の種類数127⁴⁾に比べると多いと見ることもできる(表1)。しかし、延べ86人の学生の食べた種類数であり、必ずしも多いとは言えない。このことは一人当たりの平均の種類数で見ると3種類前後であること(表2)、まただれもがよく食べる野菜がある一方、食べられる頻度の少ないものも多く挙げられていることから推測される。この112種のうち歴史的なものと共通するものは61種(54%)であり、日常食べる野菜果物の半数以上は過去の食材と共通するものであった。

表3には各年度の調査結果を示した。これらの結果では、3年間を通じてニンジンが最も良く食べられる野菜という結果になった。以下年度によって順位は異なったが、キャベツ、レタス、タマネギ、ネギがニンジンに続いてよく食べられる野菜となった。2004年とそれ以外の年は調査の方法が異なるが、トップ5種類は一致した。その次に、2004年については多くの調査者に食べられた野菜は、ピーマン、ジャガイモ、トマト、キュウリ、ダイコン、トウモロコシで22人以上が食べていた。10人以上が食べていたものは、モヤシ、ナス、ハウレンソウ、カボチャ、ショウガ、ハクサイ、グリーンピース、ゴボウ、ゴマ、タケノコと続いた。2005年については食べられた頻度の多かったものは、トマト、ダイコン、キュウリ、ジャガイモ、モヤシ、ピーマン、ハウレンソウ、タケノコ、ハクサイ、トウモロコシ、

ワカメ、ゴボウ、ショウガの順になった。2006年については食べられた頻度の多かったものは、キュウリ、ジャガイモ、トマト、ピーマン、ダイコン、シイタケ、タケノコ、モヤシ、トウモロコシ、ハウレンソウ、ハクサイ、ゴボウ、ニラの順になった。

これらが、学生によく食べられた野菜と考えることが出来るが、ニンジンが最も良く食べられる野菜というのは意外な結果であった。年配の日本人の場合、筆者を含めニンジンを嫌う者が良く見られる。ニンジンのジュースなどは思いもよらないことである。これは、幼い時に香りの強い在来種のニンジンを無理に食べさせられた悪い思い出によるものである⁵⁾。甘味の強い現在の西洋系品種のニンジンは、香りも少なくくせが無いため、生でも加熱しても美味しく食べられる。ニンジンが現在の学生に好まれる原因については、東洋系のニンジンを食べた経験がないこと、ニンジンは給食でも良く使われる野菜であり、最も慣れ親しんだ野菜であることなどが考えられる。上位5種に含まれた、キャベツ、レタス、タマネギ、ネギについては、予想された結果である。この中で、ネギ以外は日本古来の伝統的な野菜ではない。

学生の食生活の中での野菜の摂り方は、付け合せの生野菜として、あるいはサラダによる摂取が多いことが推察できる。伝統的な日本人の食生活の中で、生野菜を食べる習慣はない。日常的に生野菜を食べる習慣は戦後のものである。筆者の記憶の中では、1960年前後まで廻り、トンカツの付け合せとしてのキャベツの千切り、フライの付けあわせとしてのサラダ菜、ポテトサラダに混ぜ合わされたキュウ

表2 愛知教育大生が食べた野菜の種類数と食べた頻度

調査年	調査者数 (n)	全体		一人当たりの平均		
		1週間に食べた野菜の種類数(a)	1週間に各食事ごとに食べた野菜の種類数累計(b)*	1週間に食べた種類数(a/n)	1週間に食べた各食事ごとの野菜の種類数の累計(b/n)	1日に食べた各食事ごとの野菜の種類数の累計(b/n/7)
2004	31	90.0	-	2.9	-	-
2005	29	79.0	1178.0	2.7	40.6	5.8
2006	26	88.0	1452.0	3.4	55.8	8.0

* 同じ野菜を毎日3回食べたばあいでも3回として集計した。

表3 愛知教育大生が食べた野菜の種類と頻度

科学と技術 2004*	N=31	科学と技術 2005**	N=29	科学と技術 2006**	N=26
ニンジン	28	ニンジン	110	ニンジン	146
キャベツ(含む紫キャベツ)	27	タマネギ・紫タマネギ	107	タマネギ・紫タマネギ	110
タマネギ	27	ネギ	95	レタス(含むサンチュエ、サラダナサニーレタス)	108
レタス(含むサンチュエ)	27	レタス(含むサンチュエ、サラダナサニーレタス)	84	ネギ	98
ネギ	26	キャベツ(含む紫キャベツ)	83	キャベツ(含む紫キャベツ)	90
ピーマン(含むパブリカ)	26	トマト(含むミニトマト)	65	キュウリ・ピクルス	79
ジャガイモ	25	ダイコン	58	ジャガイモ	77
トマト(含むミニトマト)	25	キュウリ・ピクルス	47	トマト(含むミニトマト)	67
キュウリ	24	ジャガイモ	42	ピーマン(含むパブリカ・シシトウ)	50
ダイコン	23	モヤシ	39	ダイコン	46
トウモロコシ(コーン)	22	ピーマン(含むパブリカ・シシトウ)	37	シイタケ	40
モヤシ	18	ホウレンソウ	29	タケノコ(含むメンマ)	37
ナス	14	タケノコ(含むメンマ)	27	モヤシ	36
ホウレンソウ	13	ハクサイ	22	トウモロコシ(コーン・ヤングコーン)	34
カボチャ	12	トウモロコシ(コーン)	21	ホウレンソウ	30
ショウガ	12	ワカメ・メカブ	20	ハクサイ	28
ハクサイ	12	ゴボウ	17	ゴボウ	20
グリーンピース	11	ショウガ	17	ニラ	20
ゴボウ	11	ナス	14	エンドウ・サヤエンドウ	18
ゴマ	11	カボチャ	13	ナス	17
タケノコ(含むメンマ)	11	ニンニク	13	アスパラガス	16
サトイモ	9	ブロッコリー・スプラウト	13	リンゴ	16
シイタケ	9	ニラ	12	カボチャ	15
パセリ	8	エンドウ・サヤエンドウ	11	ブロッコリー・スプラウト	12
シソ(含むオオバ)	7	シイタケ	11	イチゴ	10
ニラ	7	インゲン	10	ミズナ	10
リンゴ	7	サツマイモ	9	エノキ	9
アスパラガス	6	コマツナ	7	キクラゲ	9
サツマイモ	6	グリーンピース	6	グリーンピース	9
トウガラシ	6	パセリ	6	ゴマ	9
ニンニク	6	ミズナ	6	シソ(含むオオバ)	9
ブロッコリー	6	イチゴ	5	サツマイモ	8
エンドウ	5	オクラ	5	シメジ	8
バナナ	5	トウガラシ	5	ショウガ	8
イチゴ	4	ミツバ	5	ニンニク	8
インゲン	4	アスパラガス	4	インゲン	7
エノキ	4	エダマメ	4	ギンナン	7
エリンギ	4	エノキ	4	パイナップル	7
グレープフルーツ	4	カイワレダイコン	4	ウメボシ	5
シメジ	4	カリフラワー	4	エダマメ	5
アズキ	3	ゴマ	4	エリンギ	5
エダマメ	3	サトイモ	4	オクラ	5
オレンジ	3	シソ(含むオオバ)	4	オレンジ	5
キウイ	3	シメジ	4	ノザワナ	5
キクラゲ	3	ノリ	4	ミカン	5
チンゲンサイ	3	リンゴ	4	ミツバ	5
パイナップル	3	カブ	3	レンコン	5
パジル	3	コンブ	3	カイワレダイコン	4
ミズナ	3	ナガイモ	3	ナツミカン・アマナツ	4
メロン	3	ナツミカン・アマナツ	3	ブルーベリー	4
ワサビ	3	ノザワナ	3	マッシュルーム	4
ワラビ	3	マイタケ	3	グレープフルーツ	3
アボガド	2	レンコン	3	コマツナ	3
アメリカンチェリー	2	アサツキ	2	サトイモ	3
ウメボシ	2	アシタバ	2	チンゲンサイ	3
オリーブ	2	ウメボシ	2	ナガイモ	3
カリフラワー	2	オレンジ	2	モモ	3
セルリー	2	キクラゲ	2	ラッキョ	3
ナシ(含むヨウナシ)	2	クレソン	2	レモン	3
マイタケ	2	ケール	2	キウイ	2
マッシュルーム	2	サクランボ・アメリカンチェリー	2	セルリー	2
ミカン	2	セルリー	2	ゼンマイ	2
ミツバ	2	チンゲンサイ	2	ナバナ	2
モモ	2	ナメコ	2	パセリ	2
ヤマイモ	2	フキ	2	バナナ	2
レンコン	2	マッシュルーム	2	ブドウ	2
アセロラ	1	メロン	2	マイタケ	2
ウド	1	ラディッシュ	2	メロン	2
カイワレダイコン	1	レモン	2	ワカメ・メカブ	2
カブ	1	アボガド	1	ワラビ	2
カンピョウ	1	エリンギ	1	アーモンド	1
クレソン	1	キウイ	1	アボガド	1
コマツナ	1	ゼンマイ	1	クウシンサイ	1
ザーサイ	1	ニガウリ・ゴーヤ	1	クランベリー	1

サンショ	1	ヒラタケ	1	ニガウリ・ゴーヤ	1
スイカ	1	ブドウ	1	ココナッツ	1
ソラマメ	1	ミョウガ	1	ズッキーニ	1
ナガイモ	1	ヤマイモ	1	ナシ(含むヨウナシ)	1
ナメコ	1	ワラビ	1	ナメコ	1
ニガウリ・ゴーヤ	1			ヒラタケ	1
パパイヤ	1			フキ	1
フキ	1			ミョウガ	1
ブルーベリー	1			モロヘイヤ	1
ブルー	1			ヤマイモ	1
ミョウガ	1			ヨモギ	1
モロヘイヤ	1			レーズン	1
ラッキョ	1			ワサビ	1
ルッコラ	1				
レーズン	1				
レモン	1				
種類数(a)	90	種類数	79	種類数	87
累計(b)	604	累計	1178	累計	1452

* 異なった野菜を何種類食べたかを1週間にわたって記録。 ** 毎食何種類の異なった野菜を食べたかを1週間にわたって記録。

りとタマネギのスライスなどであり、何れも添え物としての利用である。しかし、現在の学生の食事の中では、サラダ・生野菜は重要な一品として食生活に根付いていることは、生協での食事の様子からもうかがうことが出来る。

学生に食べられていたその他の野菜の順位については表3を参照して頂き、以下には幾つかの野菜について、筆者の感想とコメントを述べる。

従来トマトは、決して甘いものではなかったが、現在のものは甘く、多くの人々に受け入れられやすいものとなっている。これはトウモロコシも同様で、最近のものは大変甘く、生でフルーツ的に食べても違和感は無。日本の育種の進歩は著しく、このことは海外でトマトとかトウモロコシを食べるとよく理解される。

逆に日本のキュウリの味が悪くなったことは、東南アジアで付け合せに出るキュウリを食べると良く分かる。日本のキュウリがまずくなった一番の理由は、病害抵抗性を持たせるためと日持ちを良くするため、市販のキュウリはカボチャに接木されるためである。本来キュウリは、ヘタの部分は苦く、果実の表面には白い粉(ブルーム)が付きトゲがあるのであるが、スーパーに並ぶキュウリにはこれらの特徴は無い。キュウリの味に文句を言うひとはいないかも知れないが、キュウリにも味はある。最近時たまスーパーの店頭で見られるキュウリの一品種スウ

ヨウ(四葉)を是非食して見られることをお勧めする。キュウリの味の違いが分かるはずである。最近ピーマンの味にも文句をつける人もいなくなったが、もともとはピーマンには辛いものが幾つか混じっているのが普通であった。最近、ピーマンに当たり外れはほとんどなくなったが、逆にピーマンを食べるときのスリルも無くなった。これは品種と栽培技術の進歩の結果である。

伝統的野菜には、本来季節性と地域性が見られるものであったが、現在はこれらが無くなり、全国的に均一化している。コマツナは東京周辺で従来からよく利用された野菜であるが、東海地方ではモチ菜・正月菜として、雑煮に用いられる野菜であった。本調査は6月前後の調査であり、コマツナの利用が東海地方でも東京に似てきていることが示されている。一方ミズ菜は、本来は京野菜で、関西では冬の漬物、鍋物、煮物用野菜として利用されたものである。しかし、この地方では近年若取りのものがサラダ用として、周年供給され普及してきている。

ハクサイは専ら冬季の漬物、鍋物用としての利用がされてきたが、最近供給期間も伸びている。サラダとしての利用にも良く合う。ハクサイは意外と歴史の浅い野菜で、日本に導入されたのは明治時代で、普及したのは大正時代からである。日本でのハクサイの普及に貢献したのは、名古屋市中川区の野崎採種場であり、名古屋発祥の野菜であることは、

頭の片隅に留めて置いてほしい。

地域的な野菜で最近普及したと思われるものに、ゴウヤ・ニガウリ・ツルレイシがあるが、本調査でも各年1件の記載があつた。しかし、この野菜が定着するかどうかは疑問に思う。

ノザワナもスキーの土産として、地方野菜から全国版になったものであるが、現在の生産は徳島県が最大となっている。この他に、実際の産地と人々の認識する産地が一致しないものとしては、抹茶がある。抹茶の最大の産地は西尾であり、これも頭の片隅に留めて置いてほしい。

カイワレダイコンとモヤシは、工場生産で季節に影響されず生産可能な野菜で、計画的に利用しやすい。O-157事件では、濡れ衣を着せられ、一時その利用は著しく減った。以前は、直播ダイコン栽培の時、間引いた抜き菜として利用されていたが、余分に種をまく必要の無くなった今では、抜き菜としての利用もなくなった。

工場の生産で利用が普及した代表的な食材には、キノコ類が挙げられる。これはこの調査からもうかがわれる。従来からよく普及していたシイタケのほかにも、エノキ、シメジ、マイタケ、キクラゲ、エリンギ、マッシュルームなど、日常的に食されるキノコの種類も増えている。食用に供することの出来るキノコ類の種類はまだまだ多くあり、日常的に利用できるようになるキノコの種類は今後さらに増大することが予想される。

最後に

これは植物だけに関したことではないが、学生の持っている知識は、厚みのないこと、応用が利かない孤立したものであることなど、日ごろよく感ずる

所である。また知的好奇心の希薄さについても、授業の中で良く感ずることである。子供の時代には知的好奇心は大きいのが常であると思うのだが、大学生ではそれが授業の中ではなかなか見えてこない。アンケートなどの回答から推察すれば、必ずしもすべての受講生が興味を持っていないわけではないが、少なくとも授業中の態度からは、学生の感じていることは伝わってこない。

最近ではペットのグルメ化も耳にするが、旨いものを食べたいと言う欲求を持つことは、人間だけに許された特権であり、日々の生活を楽しみ多いものにしてくれる。一方で、生活習慣病、農薬汚染、遺伝子導入食品など、食にまつわる問題も多い。日々の食生活には種々の問題があり、その影響を受けて日々の生活は成り立っている。2005年6月に成立した食育基本法もあって、食に関する関心は今まで以上に大きなものとなっている⁶⁾。筆者の授業を通じて、愛教大生が少しでも食に関する興味を増大し、より豊かな食生活を送れることを望んでいる。

引用文献と注

- 1). 松田修. 1976. 植物世相史. 社会思想社。
- 2). 瀬川清子. 1975. 所生活の歴史. 講談社。
- 3). 野菜等健康食生活協議会ホームページ; <http://www.v350f200.com/>。
- 4). この場合の種類数は文献上に表れたものの数であり、全てのものを含んではいない。
- 5). ニンジン、ハウレンソウ、イチジク、キャベツ、レタス、アスパラガス、セルリーなどには江戸時代に導入された系統と、明治以降再導入された系統がある。
- 6). 河合知子・佐藤信・久保田のぞみ. 2006. 問われる食育と栄養士. 筑波書房。