

正月料理の伝承および喫食状況に関する調査

Survey on event food customs for New Year's Eve and New Year's Day

伊藤 知子*・志垣 瞳**

Tomoko Fujimura-Ito

Hitomi Shigaki

To preserve and pass down Japan's food heritage, a questionnaire survey was conducted among university students to investigate event food customs for New Year's Eve and New Year's Day.

The percentage of students who ate traditional foods on New Year's Eve and ate rice cake soup (*Zoni*) and traditional foods on New Year's Day were 95.7%, 95.2% and 94.4%, respectively, which clarified that the practice of preparing and eating these traditional festive foods was still entrenched to a high degree.

For traditional foods served on New Year's Eve, most people eat buckwheat noodles. White miso is mostly used to make rice cake soup (*Zoni*). It was suggested that the type of soup and ingredients were traditional and reflected the roots of each family. Recently, those were to be changing gradually. As for other traditional foods served on New Year's Day, homemade foods and commercially prepared foods were mixed according to family preferences for festive occasions.

1. 緒言

平成25年12月4日に和食が「日本人の伝統的な食文化」として、ユネスコ無形文化遺産に登録された。その登録概要として、多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重、健康的な食生活を支える栄養バランス、自然の美しさや季節の移ろいの表現、正月などの年中行事との密接な関わり、以上4点があげられている¹⁾。さらに、ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」の保護・継承に向けた効果的な方策の検討・明確化・発信等を目的として、「和食」の保護・継承推進検討会が開催されるなど、「和食」の保護・継承に関わる様々な取り組みがなされている。

しかし、産業構造の変化に伴う農業人口の減少²⁾、情報化・流通面からの都市化の進行、核家族化、食生活の洋風化・多様化・簡便化時代の到来³⁾など、日本の「食」と「農」をとりまく環境は大きく変化した。そのため、稲作と密接な関わりのある伝統行事そのものが変容を迫られ、廃れつつある⁴⁾。それに伴って、行事食を家庭で作る機会が減り、伝統的な行事食が親から子に伝承されない傾向にある。行事食の喫食状況は、1984～2003年に大きく変化し、かつては家庭で作っていたが、現在は買う、もしくは食べなくなった行事食が多いことが報告されている⁵⁾。また、定量的分析ではないが、ハレの日の食事のあり方が変化し、家族全員が「ゲスト」であるために、正月料理について外注するようになったことも指摘されている^{6,7)}。正月が特別な日から、日常的な祝祭日、もしくは長期休暇的存在へと変化しつつあることも、影響を及ぼしていると考えられる。

しかしながら、年中行事の中でも、正月は日本人の意識の中で最も特別な行事の一つであり⁸⁾、日本における行事食の中では、認知度および経験割合が高く、今なお家庭で作られ、食べられている割合が高いと報告されている^{5,9)}。和食の保護・継承の一助として、現在の大学生の正月料理の喫食状況を明らかにすることを目的とし、調査を行った。

* 食物栄養学科 教授

** 食物栄養学科 非常勤講師

2. 方法

(1) 調査方法

- ①調査対象：本学食物栄養学科2年次生のうち、「調理学実習Ⅱ」の授業において、正月料理の実習を2週にわたって受講した学生82名を対象とした。
- ②調査期間：平成27年12月31日から平成28年1月1日（2日間）とした。
- ③調査内容：上記期間中の「我が家の大晦日の食事」、「我が家のお正月料理」、「私が正月料理作りに関わった料理」について、食事内容およびその調理者、共食者などを、自由記述形式で記録してもらった。

(2) 集計方法

上記調査内容の項目について単純集計を行った。

3. 結果および考察

(1) 回答者の属性

回収部数は71名（回収率86.6%）、有効回答率は100%であった。

回答者の出身府県は大阪府が50.7%と最も多く、半数をしめていた。次いで奈良県（18.3%）、京都府（12.7%）、滋賀県（8.5%）和歌山県（5.6%）、その他（4.2%）であった。

(2) 大晦日（12月31日）の喫食状況

年越しそばについて記載があった69名のうち、年越しの行事食が用意された家庭は66名（95.7%）であった。年越しそばを食べた学生が62名（89.9%）、うどんを食べた学生が3名（4.3%）であり、その喫食率は合わせて94.2%と高かった。これらは洲上らの報告による全国の学生喫食率平均値とほぼ同じ割合であった⁵⁾。年越しの行事食がうどんという家庭が2件あった。愛知県や香川県では、古くから年越しの行事食としてうどんを食べる地域がある¹⁰⁾。今回の調査において、家族の出身地までは聞いていないが、家族にこれらの地域とゆかりのある人がいるのかもしれない。

そばの具については、天ぷら（えび、かきあげなど）が最も多く、その他はにしん、油揚げなどであった。ざるそばとの記述もみられた。「そばは父が打つのが恒例」という家庭もあった。

そば、うどん以外の大晦日の食事としては、寿司が最も多く、おせち料理、次いで鍋物、オーダブル風料理であった。TI値（Table Index；食卓出現頻度）を用いた調査¹¹⁾でも、元旦のお祝い料理が大晦日に早出しされることが報告されている。日本では明治5年に太陽暦が採用されるまでは旧暦が使われており、一日は日没から始まると考えられていた。そのため正月一日は大晦日の日没とともに始まると考え、太陽が沈むと同時に年神様を迎えて年神祭を行い、年取膳を囲んで祝う地域もあった¹²⁾ ことから、大晦日の夕食におせちなどのお祝い料理をいただくことは、旧暦の名残をとどめていると考えられる。

(3) 1月1日の雑煮の喫食状況

雑煮は、記載があった63名のうち、「作らない」・「喪中である」を除く61名の家庭で用意されていた。喫食者は59名（93.9%）であった。雑煮の喫食率の変遷については、1978年の生川らの調査（91.7%）¹³⁾、1979年の巨里らの調査（97.3%）¹⁴⁾、1995年の生川らの調査（94.0%）¹⁵⁾、1996年の真部らの調査（90%以上）¹⁶⁾、2009-10年の洲上らの調査（94.2%）報告⁵⁾があるが、今回はこれらとほぼ同様の喫食率であり、正月に雑煮を食べる習慣は今なお高い割合で定着していることが明らかになった。

雑煮は、餅の形、餅の用意の仕方、だしの取り方、味付け、具の種類などに地域性があり、郷

土色を色濃く反映する食べ物である¹⁷⁾。

雑煮の味付けは、白みそ仕立てが60%、すまし仕立てが40%であった。文化庁が行った「お雑煮100選」¹⁸⁾をもとに分析した結果では、「味付けは全国的に西日本を含めてしょうゆ味が主流であり、みそ味は近畿に集中しており、近畿ではみそ味がしょうゆ味を上回っていた」と報告している¹⁹⁾。今回の結果はこの報告を裏付ける結果であった。

だしの取り方については記載が少なかったが、「濃い目にとったあごだしを使う」・「同居する祖母の出身地の鹿児島県では本来エビでだしを取るが、かつおだしとした」・「白だしを用いた」など、独自のだしの取り方に関する記述も見られた。

餅の形は丸餅が88%、角餅が12%であった。一般に「東は角餅、西は丸餅」といわれているが、丸餅が大半を占めたのは、西を代表する関西の地域性が反映されたものと考えられる。角餅と回答した人にも、母・祖母が関東出身だからという家族の出身地による地域性がうかがわれた。「我が家はみそではなくてすまし汁で切り餅」と回答した高知県出身の学生があった。「土佐の正月料理で面白いのは雑煮と煮物。雑煮は丸餅圏の四国でここだけが角餅ですまし仕立て」²⁰⁾といわれる。高知で関東風の切り餅が用いられるのは、江戸時代に新しい藩主および家臣団が転封赴任してきた影響を受け²¹⁾、東の異なった生活文化が定着したからではないかと考えられる。新藩主である山内一豊は出身地が愛知であり、土佐へ赴任するまでは静岡・掛川の藩主であった。愛知、静岡は東の角餅・すまし汁文化圏である。

餅の食べ方として奈良県では雑煮とともに黄な粉に砂糖を乗せた別皿が添えられ、餅は雑煮碗から取り出して黄な粉をつけて食べるという記述がみられた。この黄な粉雑煮は、和歌山県境の十津川村や上北山村を除いた奈良県全域²²⁾ および三重県伊賀地方の一部²³⁻²⁵⁾ でみられる風習である。大豆は古来、五穀として位置づけられるほど大事な食べ物であったことは言うまでもないが、黄な粉と砂糖には「豊作を祈って、稲の花を表す砂糖と稲の黄色を示す黄な粉を皿に盛る」²⁶⁾ という意義が込められている。また平安時代の『延喜式』には黄な粉は神への供物として重要であったこと²⁷⁾ や正月元旦の鎮魂のまつりに大豆を用いていること²⁸⁾、日本最古の医書『医心方』には「(大豆)を炒って粉末にしたものは、味は甘、胃中熱を主治し、むくみを取り、痺を除き、食物を消化し、腹の張りを止める」という大豆や黄な粉の食品としての価値が記されている²⁹⁾ ことなどから、一年の節日に魂を鎮めて健康・延命を望むという願いを込めて供物や食べ物になったと考えられる。また雑煮を祝う習慣は室町時代に成立したといわれているが、この時代の奈良の食状況を知ることができる史料・『多門院日記』には、正月に「初コンソウニ ニコンマメノコ」「初コン マメノコモチ」「マメノコモチ」の記述があり、正月の雑煮や餅に「マメノコ(豆の粉)が用いられていることから、黄な粉雑煮は室町時代末期まで遡ることができる³⁰⁾。

この風習を調理学実習の授業内で紹介したところ、全くそのような風習がなかったにも関わらずやってみたが、とてもおいしく、大阪・奈良と距離が近いにも関わらず、食べ方に違いがあることを知ることができたとの回答もあった。

具材として雑煮大根や人参のほか、山芋、里芋、頭芋、海老芋などが入る雑煮が20例(32.8%)みられた。里芋は日本では縄文時代晩期にはすでに畑作農耕で栽培されており、稲作以前からの古い作物である。文献では奈良朝初期の歌集『万葉集』の「ウモ」、同時期の地理書『風土記』の芋(いえつゐも)までさかのぼると言われる³¹⁾ が、稲作農耕により稲が「表作物」として位置づけられるようになって、日本人の生計活動は稲作のみの単一生業ではなく、里芋や小麦・そば、豆類などの畑作物も自給的な重要食料として栽培する複合生業であった。このような庶民の生活実態からみれば正月儀礼は稲作という単一儀礼ではなく、畑作物をも含む複

合的な食生活の維持を祝うという性格も考えられる。里芋が正月の儀礼食である雑煮に用いられているのは畑作農耕時代に儀礼食物の代表であったことの名残であるほか、里芋自体が餅に代表される稲と同等ないしはそれ以上の価値を持つ食物として、正月儀礼に欠かせないものであったからではないかと^{32, 33)}と考える。

動物性の食材として、ぶりが入ったすまし仕立てが3例、さばが入ったみそ仕立てが1例見られた。ぶりの1例は学生の帰省先である岡山県におけるものであり、さばは九州出身の祖母が作ったものであった。ぶりの食文化圏はフォッサマグナを東限とする西日本であり³⁴⁾、長野県松本の伊那地方や福岡県などで、ぶりが入った雑煮が見受けられる^{35, 36)}。年越しそばの場合と同様に、家族にこれらの地域とゆかりのある人がいるのかもしれない。

両親または祖父母の出身地の風習をうけついでいるとの記述もみられた。同居している島根出身の祖父のための雑煮（煮た丸餅の上におせちの黒豆をのせたすまし仕立て³⁷⁾と、関西出身の母親の白みそ仕立ての両方を食べる家庭も見られた。また、いつもは母が作る白みそ仕立てに加えて、実習で習ったすまし仕立てを作って食べ比べ、それぞれの雑煮の良さを確認した学生もいた。

正月の間、雑煮は家長である父親が作り、家長のみ雑煮には親芋が入るという家庭や初雑煮は紅白の餅、2回目以降は白餅を入れるという家庭もあった。ハレの日の食材として、焼き豆腐が入る家庭もあった。

餅を手作りする家庭もあり、雑煮以外に小豆ご飯、おこわ、すしなどが用意されていた。

雑煮の味付けおよび具材については、各家庭の構成員の出身地のルーツを残しつつ、祖父・祖母時代の雑煮から両親の雑煮へと少しずつ変遷している様子も示唆された。

(4) 1月1日のお節料理の喫食状況

対象者71名のうち、お節料理が家庭で用意されたのは68名(95.8%)、喫食者は67名(94.4%)であった。お節料理が用意されず、食べていない学生が3名(うち1名は喪中)あった。

お節の用意方法は「手作りと購入の両方」が40名(58.8%)、「手作り」が14名(20.6%)、「購入」が13名(17.6%)であった。「購入」のうち9名は市販のおせちセットを利用していた。

お節料理の喫食状況を表1に示した。喫食率が高かったのは、祝い肴では黒豆(62.0%)、田作り(57.7%)、数の子(54.9%)、口取りではかまぼこ(59.2%)、きんとん(50.7%)、伊達巻・卵焼・だし巻き(計43.7%)であった。関西地方では祝い肴は黒豆、数の子、たたきごぼうの3種とする風習もあり、たたきごぼうの喫食率も21.2%であった。

焼き物では、ブリおよび鯛が供されているケースが多かった。お祝い料理ということで鯛、もしくは出世魚として知られるブリが用いられていると考えられた。調理学実習で用いた鯖(後述)を用意した家庭は少なかった。

煮物では、筑前煮(31.0%)が最も多く、次いで養老煮(29.6%)、高野豆腐、椎茸、にんじん、ごぼう、たけのこなどの煮物(28.2%)が多かった。棒鱈は京都や奈良で、お節料理として伝統的に食されている料理であり、地域的な影響があったと考えられる。

酢の物では、紅白なます(36.6%)、れんこん(16.9%)が、その他としては、ハムが12.7%と多かった。

各家庭において、料理の組合せは異なるが、手作りするものと購入するものをあわせて一家庭当たり平均10.1種類の料理が用意されていた。料理数が最も多い家庭では26種類が用意され、手作りする料理数が最も多い家庭では19種類が用意されていた。

以上の結果からお節料理を食べる習慣についても、高い割合で定着していることが明らかになった。市販の料理もうまく組み合わせながら、家族の好みにあわせてお祝い料理としている様子がかがわれた。

帰省先・岡山の郷土料理「ばらずし」がおせちの代わりに用意される家庭もあった。なお、親の出身国のお祝い料理として、日本のお節料理と共に水餃子が食べられている家庭があった。この家庭ではいくつかなつめ入りの水餃子を作り、それを食べた者はお年玉を重ねてもらえるそうである。明時代の劉若愚著「酌中志」には、「正月一日に水点心を食べる。ひそかに銀錢一、二をそのなかに包み、これを得たもの、一年吉ありと占う」と記されている³⁸⁾。清時代の慈禧皇太后（西太后）もこの風習を行っていたとの記録もある³⁹⁾。餃子は辞旧迎新の役割を果たすと同時に、富や裕福を象徴し、子孫繁栄を願う意味がある^{38, 40)}。日本と、日本の食文化の本家である中国では、行事食の内容は異なっているとしても行事食に込められた願いには共通点がかがわれ、興味深い。

表には示していないが、料理ごとの購入率をみると、かまぼこの購入率が81.0%と最も高く、次いで棒鱈（80.0%）、昆布巻（76.5%）、伊達巻（61.9%）であった。これらの料理は淵上らの調査においてもかまぼこ：68.7%、伊達巻：49.2%、昆布巻：46.2%と高く⁵⁾、家庭で作りにくい料理については市販のものが用いられている傾向が確認された。手作り率から家庭で多く作られる料理をあげると、祝い肴では黒豆（61.3%）、田作り（58.5%）数の子（59.0%）、たたきごぼう（73.3%）、口取りではきんとん（75.0%）、焼き物ではブリ（90.0%）、煮物では筑前煮（95.5%）、養老煮（71.4%）、高野豆腐などの煮物（80.0%）、酢の物では紅白なます（88.5%）、れんこん（58.3%）などであった。

お節料理の喫食率の変遷については、1978年の生川らの調査（96.7%）¹³⁾、1979年の巨里らの調査（かまぼこの喫食率、96.4%）¹⁴⁾、1995年の生川らの調査（89.5%）¹⁵⁾、1996年の真部らの調査（90%以上）¹⁶⁾、2009-10年の淵上らの調査（かまぼこの喫食率、89.7%）⁵⁾、2012年の野田らの調査（約85%）⁴¹⁾とわずかながら減少傾向にあると考えられる。これらの結果と比較すると、今回の調査におけるお節料理の喫食率はやや高いことが明らかになった。

現代におけるお節料理は、行事食の範囲に無いもてなしや日常的な食事としても供卓されており、歳神、かまどの神への信仰といった意味はほとんど失われていることが約30年前に指摘されている⁴²⁾。また、若年層は正月にはレジャー等を主眼に置き、伝統的な風習は親世代に依存する傾向についても指摘されている¹⁶⁾。また、岩村は、お節料理を、情報化の波により人々が「皆と同じように」したために盛衰した料理と位置付けており、「お楽しみ」を重視し、正月の行事食をあえて用意しない家庭が一定数存在することを指摘した^{6, 7)}。

しかし、全国規模の淵上らの調査⁵⁾ および今回の調査から、正月の行事食については、簡略化・外部化の影響はあるものの行事をとり行うことを志向する家庭が今なお多いことが確認された。

表1 お節料理の喫食状況

		(n=71)	
料理名		喫食者数 (名)	喫食率 (%)
祝い肴	黒豆	44	62.0
	田作り	41	57.7
	数の子	39	54.9
	たたきごぼう	15	21.2
口取り	かまぼこ	42	59.2
	きんとん	36	50.7
	伊達巻	21	29.6
	昆布巻	17	23.9
	卵焼き・だし巻き	10	14.1
	金柑甘露煮	7	9.9
	いくら	7	9.9
	栗甘露煮	4	5.6
	ゆで卵	2	2.8
	焼き物	ブリ	10
鯛		9	12.7
エビ		4	5.6
サバ		2	2.8
イカ		2	2.8
鶏		2	2.8
鯖幽庵焼		1	1.4
伊勢エビ		1	1.4
煮物	筑前煮	22	31.0
	養老煮	21	29.6
	煮物(高野豆腐、椎茸、にんじん、ごぼう、たけのこ)	20	28.2
	棒鱈	10	14.1
	八幡巻	8	11.3
	こんぶ	3	4.2
	バイ貝・とこぶし・鮑	3	4.2
	煮物(フキ)	3	4.2
	慈姑	3	4.2
	ユリ根	3	4.2
	金時豆	3	4.2
	鯛の子	2	2.8
	鶏照り煮	1	1.4
	にしん煮	1	1.4
	牛肉しぐれ煮	1	1.4
酢の物	紅白なます	26	36.6
	れんこん	12	16.9
	さばきずし	1	1.4
	なまこの酢の物	1	1.4
その他	ハム	9	12.7
	松前漬	4	5.6
	鴨	2	2.8
	スモークサーモン	1	1.4
	干し柿	1	1.4
	ようかん	1	1.4
	鯛そうめん	1	1.4

(5) 調理学実習の効果

「調理学実習Ⅱ」における正月料理の実習内容と学生が調理にかかわった割合を表2に示した。

表2 調理学実習内容と学生が調理に関わった割合

(n=71)

実習で行った料理名	喫食者数 (名)	手作り者数* (名)	手作り率 (%)	調理に関わった 学生数 (名)	調理に関わった 学生の割合** (%)
雑煮 雑煮	59	55	93.2	22	40.0
祝い肴 黒豆	44	27	61.4	1	3.7
数の子	39	23	59.0	5	21.7
田作り	41	24	58.5	9	37.5
口取り きんとん	36	27	75.0	16	59.3
金柑甘露煮	7	4	57.1	3	75.0
かまぼこ	42	—	—	1	—
焼き物 鯖幽庵焼	1	0	0.0	0	—
煮物 筑前煮	22	21	95.5	10	47.6
養老煮	21	15	71.4	6	40.0
酢の物 紅白なます	26	23	88.5	11	47.8

* 手作り率 (%) は、手作り者数/喫食者数×100により求めた。

** 調理に関わった学生の割合 (%) は、調理に関わった学生数/手作り者数×100により求めた。

金柑甘露煮は手作り者4名のうち3名(75.0%)が学生であった。同じように手作り者数に占める学生数割合が大きい料理はきんとん(59.3%)、筑前煮(47.6%)、紅白なます(47.8%)、養老煮(40.0%)の順であった。「調理学実習でやったので、家でも作ってみた」、「調理学実習で作って美味しかったので家族に食べてもらうために作った」などの記述が多くみられ、調理学実習で実際に作ってみたことや食べておいしいと実感したことが、家庭での調理行動に結びついているのではないかと考えられた。

表には示していないが、調理学実習で正月の行事食として取り上げなかった料理で、調理割合が高かったのは、だし巻き・卵焼き(42.9%)、伊達巻(37.5%)であった。だし巻き・卵焼きは調理の基礎として実習済みの料理であり、家庭料理として活用されているのは望ましいことである。

調理は母親や祖母と一緒にいったとの記述も見られた。調理学実習で行った料理を各家庭の流儀で作ったとの記述もあった。その一連の作業の中で、各料理の謂れや各家庭の行事食の歴史などについて伝授されたことも記述されており、家族と共に行事食の調理を担うことが、行事食や自分自身のルーツと関係のある地方の食文化について知る機会となっていることが伺われた。

また、添付されたお節料理などの写真を分析すると、お節料理を詰める容器として、三段重(5名)、二段重(2名)、オードブル重(2名)が用いられていた。市販のおせちセットは、購入した容器のまま供されていた(4名)。伝統的な壺の重：祝い肴および口取り、式の重：焼き物、参の重：煮物、与の重：酢の物という詰め方をしている家庭は少なく、祝い肴および口取りとその他の料理という分類によって詰められたものが多かった。料理を詰める際も、仕切りとしてアルミホイルやカラフルな弁当用プラスチックカップなども利用されていた。仕切りのついたオードブル重を利用している家庭もあった。その一方で、正月風の意匠をこらした小鉢、バラや柚釜などを利用して料理を詰め合わせ、南天をあしらったりした伝統的なお節料理も見られた。

生川ら¹⁵⁾は、正月用食器・道具の使用状況についても調査を行っており、重箱については1979年の83.9%から1995年には56.4%に、祝箸は1979年の62.9%から1995年には38.2%に、雑煮

椀は1988年の62.5%から1995年には31.9%に減少したことを明らかにしている。屠蘇器は1979年においても23.0%と使用率が低かったが、1995年には13.4%に低下している。正月用食器・道具を準備しない家庭は23.9%であった15)。屠蘇器の紹介および重箱等の詰め方については調理学実習で指導を行っているが、今後、料理だけではなく道具の使い方、様々な詰め方、あしらいなどについても、調理学実習で紹介する必要があると考えられた。

正月の行事食は、前述のように郷土色を反映する食べ物であり、家庭による違いも大きいものと考えられる。したがって、自分が育った家庭以外の行事食を食する経験は少ないと考えられる。調理学実習において、行事食の地域による違い、事例の紹介などを実習と組み合わせて行うことにより、学生の食文化体験を広げ、興味を広げていく効果があると考えられた。

4. まとめ

和食の保護・継承の一助として、現在の大学生の正月料理の喫食状況を明らかにすることを目的とし、調査を行った。

年越しの行事食、雑煮、お節料理の喫食率はそれぞれ95.7%、93.9%、94.4%であり、これらの行事食を用意し、食べる習慣は今なお高率で定着していることが明らかになった。年越しの行事食としては、年越しそばがほとんどであった。雑煮の味付けについては白みそ仕立が多く、地域性が反映されていると考えられた。汁の種類および具材については、各家庭の構成員の出身地のルーツを残しながら、少しずつ変遷している様子も示唆された。お節料理については、市販の料理もうまく組み合わせながら、家族の好みにあわせてお祝い料理としている様子がうかがわれた。

調理学実習において、行事食の地域による違い、事例の紹介などを、実習に組み入れることにより、学生の食文化体験を広げ、興味を広げていく効果があると考えられた。

5. 参考文献

- 1) 農林水産省HP:「和食；日本人の伝統的な食文化」のユネスコ無形文化遺産保護条約「人類の無形文化遺産の代表的な一覧表（代表一覧表）」への記載に関する審議結果について、平成25年12月5日報道発表資料（平成28年6月15日閲覧）
- 2) 時子山ひろみ・荏開津典生：フードシステムの経済学、医歯薬出版株式会社、pp.6（2013）。
- 3) 時子山ひろみ・荏開津典生：フードシステムの経済学、医歯薬出版株式会社、pp.51-85（2013）。
- 4) 井上忠司：現代家庭の年中行事、講談社現代新書、pp.192-195（1993）。
- 5) 淵上倫子・栗田寛子・石井香代子・木村安美：特別研究「調理文化の地域性と調理科学：行事食・儀礼食」—全国の報告—行事食・儀礼食の認知・経験・喫食状況、日本調理科学会誌、44、pp.436-441（2011）。
- 6) 岩村暢子：変わる家族、変わる食卓、勁草書房、pp.130-131（2003）。
- 7) 岩村暢子：親の顔が見てみたい！調査、中公文庫、pp.252-264（2010）。
- 8) 大林太良：正月の来た道、小学館、pp.12（1992）。
- 9) 斎藤寛子：特別研究「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食」東北・北海道支部、日本調理科学会誌、45、pp.456-459（2012）。
- 10) 農文協編：聞き書ふるさとの家庭料理20 日本の正月料理、農村漁村文化協会、pp.114-116、pp.186-189（2003）。
- 11) 齋藤隆：ニッポンの食卓の新・常識、日経BP社、pp.108-131（2005）。
- 12) 奥村彪生：わくわくお正月とお餅、農村漁村文化協会、pp.4（2006）。
- 13) 生川浩子・吉田静代・牧野登志子・稲葉千津子・市原美恵子・大橋美恵子・橋元美代子：正月の食生活、金城学院大学論集、19、pp.23-34（1979）。
- 14) 巨理ナミ・吉中哲子・岩倉さち子・石綿さみ子：行事食からみた食生活の動向（第2報）、家政学雑誌、32、pp.488-498（1981）。
- 15) 生川浩子・吉田静代：正月の食生活の研究、金城学院大学論集、35、pp.57-65（1995）。

- 16) 真部真里子・橋本慶子：正月料理の準備と喫食にみる伝統の継承と変化、日本調理科学会誌、32、pp.120-127 (1999).
- 17) 農文協編：聞き書ふるさとの家庭料理5 もち雑煮、農村漁村文化協会、pp.242-253 (2002).
- 18) 文化庁：お雑煮100選—全国から集めた伝統の味、女子栄養大学出版部、pp.1-120 (2005).
- 19) 熊倉功監修：和食と食育、アイ・ケイコーポレーション、pp.124-126 (2014).
- 20) 藤田雄三編：週間朝日百科94 世界の食べもの日本編 郷土の料理⑩徳島・香川・愛媛・高知、朝日新聞社、pp.109 (1982).
- 21) 加藤純一：ヒネリの食文化誌、プレジデント社、pp.178 (1995).
- 22) 日本の食生活全集奈良編集委員会編：聞き書 奈良の食事、農山漁村文化協会、pp.63、pp.176 (1992).
- 23) 「日本の食生活全集三重」編集委員会編：聞き書 三重の食事、農山漁村文化協会、pp.94-134 (1987).
- 24) 駒田亜衣・藪本治子・谷口水穂：奈良・京都と伊勢を結ぶ歴史街道（初瀬街道と伊勢本街道）周辺にみられる食文化の特徴—雑煮と神饌を中心に—、地研年報、18、pp.1-21 (2013).
- 25) 伊賀タウン情報ユー HP：みそ派？すまし派？ 正月の雑煮、平成27年12月25日（平成28年7月15日閲覧）
- 26) 藤田雄三編：週間朝日百科94 世界の食べもの日本編 郷土の料理⑩滋賀・三重・和歌山・奈良、朝日新聞社、pp.27 (1982).
- 27) 永山久夫：日本古代食事典、東洋書林、pp.352 (1998).
- 28) 富岡典子：ごぼう、法政大学出版局、pp.155 (2015).
- 29) 横佐知子：医心方 巻30 食養編、pp.14 (1996).
- 30) 富岡典子：ごぼう、法政大学出版局、pp.158-159 (2015).
- 31) 本田千里：里芋の習慣について、全集日本の食文化3 米・麦・雑穀・豆、雄山閣、pp.188 (1998).
- 32) 坪井洋文：イモと日本人、pp.68-80、未来社 (1979).
- 33) 安室知：餅なし正月・再考—複合生業論の試み—、全集日本の食文化12 郷土と行事の食、雄山閣、pp.197-239 (1999).
- 34) 新谷尚紀・関沢まゆみ編：民俗小事典、pp.144、吉川弘文館 (2013).
- 35) 「日本の食生活全集長野」編集委員会編：聞き書 長野の食事、農山漁村文化協会、pp.18-20 (1986).
- 36) 「日本の食生活全集福岡」編集委員会編：聞き書 福岡の食事、農山漁村文化協会、pp.342-343 (1987).
- 37) 農文協編：聞き書ふるさとの家庭料理20 日本の正月料理、農村漁村文化協会、pp.171 (2003).
- 38) 銭剛：中国の食文化、鳥取短期大学研究紀要、47、pp.11-15 (2003).
- 39) 中山時子・木村春子：点心の知恵・点心のころ、日本放送出版協会、pp.52-57 (2006).
- 40) 于亜：中国山東省における餃子食の意味と地域的特質、人文地理、57、pp.396-413 (2005).
- 41) 野田潤：平成の家族と食、品田知美編、晶文社、pp.125-132 (2015).
- 42) 奥村彪生：雑煮と組重、vesta、30、pp.4-14 (1998).

