

## 「日本各地の米食の利用形態とその改善に関する研究」

誌名	農村生活研究 = Journal of the Rural Life Society of Japan
ISSN	05495202
著者	大橋, 正明
巻/号	32号
掲載ページ	p. 37-44
発行年月	1972年10月

農林水産省 農林水産技術会議事務局筑波産学連携支援センター  
Tsukuba Business-Academia Cooperation Support Center, Agriculture, Forestry and Fisheries Research Council  
Secretariat



〔調査研究報告書抄録〕

「日本各地の米食の利用形態と  
その改善に関する研究」

生活改善課 大橋正明

まえがき

この調査研究は、農林水産業特別試験研究補助金により、女子栄養大学上田フサ教授によって実施されたものである。

このたび、報告書とりまとめを機会に、その紹介を依頼されたので、概要をご報告することとする。

“米”は、炊飯以外に、どのように加工して利用されているかを広く調査し、この中から今後とも利用できそうなものを選び、改善工夫を加えることをねらいとしてこの研究は発足した。これは、米の多面的、合理的な消費を促進するための一助としてその応用効果を期待したものである。

“米”については、保蔵、流通、調理、栄養……など多岐にわたり、従来おびただしい研究が報告されてきている。

しかし、“米”がどのような利用形態で食べられてきたかを、全国的な視野で広汎に調査し分類整理したものは少ない。

米の消費量は漸減しつつあるとはいえ、日本人の食生活の中に占める米の位置とその重要性については縷々述べるまでもない。

戦後、動物性蛋白質、油脂類摂取の急速な伸びに象徴されているように、農家の食生活構造はかなり変貌しつつある。

嗜好の洋風化の傾向にともなって、在来の郷土食的な調理加工食品の中には、影を薄めつつあるものものないではない。

かような時点において、日本古来からの利用状況を記録にとどめ、更にすゝんで現代的な嗜好にマッチするよう改善工夫を加える試みは、米の利用の多様化のために何等かの示唆を与えてくれるものであろう。

かゝる意味あいから、この調査はこれはこれなりの意義をもつものと思われる。

調査報告書は、かなりなブオリュームのものとなっているので、その骨組みと結果を要約的に次に記載す

る。

調査内容と方法

調査は次のような手順をふんで実施された。

1. まず、炊飯以外に家庭で作られている米を材料とした加工品および料理について、一定様式によって、全国各地の特定農家を対象とし、調査を実施した。

これは、都道府県別に、それぞれ各5地域を選定し、昭和45年後半、生活改良普及員に依頼して行なったものである。

2. この中から、特に地域性が高く、今後とも普及利用されるであろうと考えられるもの9種を選定し、これらについての由来、作り方、食べ方の変遷、嗜好などについて詳細に検討した。

3. 次に、飯、餅、団子その他に大別した米の調理品および加工品24種について、若年層を対象として嗜好調査を行なった。

4. 以上の結果をもととして、今後利用度の高いと思われる米の加工調理新製品の創作を試みた。

調査研究の結果の要約

1. 調査取りまとめの結果、加工品の総数は489種、これを大別すれば、餅および餅菓子類239種、飯類111種、華風、洋風のもの16種、その他23種にのぼった。これらの詳細は、別添(1)表に示すようである。

この中で、餅および餅菓子については、地域、形態、調理法、味覚別に詳細に分類整理した(この分類表の転載は省略する)。

2. これらの中から特に詳細な調査を行なった加工品は次のようなものである。

- (1) こざねもち
- (2) いりかね
- (3) そば茶
- (4) 草餅
- (5) あんぶ
- (6) きりたんぼ

- (7) あくまき
- (8) 鳥取、島根地方における米、米粉の調理
- (9) 米粉かきもち

3. 若年層を対象とした嗜好調査の結果は、附表第(3)表に示したようである。

4. 米の加工調理新製品として、次のものについて試作品を作り、作り方、嗜好調査結果を発表した。

- (1)米粉マフィン (2)ホットケーキ (3)ニョッキ (4)クラッカー (5)クッキー (6)餃子 (7)ろうそく餅
- 以上がこの報告書の概要である。

最後に、この報告書の末尾に記載されている上田教授の“まとめと今後の問題”の文章を原文のまま転載して参考に供することとする。

### ま と め

長い伝統の中に育った米の調理—飯によって米の味は最高に出し得ている。穀物の嗜好にもみる通り、家庭調理では米の料理はもはや頂上に達している。

料理がその地に発祥し、それが育てられ喰べつづけられるためには、その地の自然的条件(気象、地理…など)社会的条件(流通、産業、農業労働など)、家庭調理的条件(食品入手、台所設備など)といった諸条件の影響を大きく受けて続けられている。

一般に米生産の多い地では、米の「旨さ」を強調するような加工調理が、米の生産の少ない地方では米のための加工調理が多く作られてきた。それを作り、喰べることは、他の食糧消費とのつながりの中でつねに変動している。

最近の食事内容の変化による穀物摂取量の減少の中で、更に米と小麦粉は互いの境界線の位置を動かしている。米の味は小麦粉に劣るものではないが、食物、料理選択の一面には、味覚だけでない選択域がある。材料入手、調製の段階、保存、食作法…などの面から選択される。

農村の過疎、特に若年層の離村による労働力の減少は、餅、だんごにかけられる労力、時間の余裕を家庭内に残すことをなくした。

それらをととのえることは余分の作業である。米を水又は湯でこねてまぜ、蒸したり、ついたりすることは大掛りな台所器具や炉によってできるもので、囲炉裡に変わる大きな焼器具は未だ普及も充分でなく労力の少ない農家で作ることが調理作業の上でも好まれなくなった。あえて作ることに応えてくれるものは、それを喰べる家族の大きな喜び方であるが、その嗜好も

だんだん変化した。最近のスーパーマーケットの農村進出による加工食品の導入、食品の種類、料理の種類、の拡大等により、食味の範囲も大きく拡大された。自由に求められる穀物加工品や菓子は従来の米加工調理品への執着を離し、流通機構にのる食品へと移っている。

40才以上の人達の大部分は伝えられた米加工調理品を今後も喰べたいと云っているが、一家の食事の内容が子供中心へと動いている一般の傾向の中では、パンを好む若年層の嗜好が、餅、だんご等水分の多い澱粉性食品から蛋白質、脂肪、さとう等の混合する軽食類へと移動する現象が調査地の多くでみられた。いつでも、どこでも喰べられ、1個を口にすればすぐ高熱量、蛋白質の得られる量の少ないものが好まれる。

現在の社会のスピード化はその嗜好態度にも影響をもたらし、かみしめてはじめてその真の味がわかるといったものより、口に入れて直ちに味の広がる食味を喜ぶ傾向にあるのだろうか。一方、コマーシャルによる新製品の宣伝効果も大きく、又それへの憧憬もたらす家庭食事内容の変化も見逃せない。

また従来の餅、だんご類の湿物は多少なりともその食作法が要求されている。食卓につき、碗、皿、箸をもって、飯、餅、だんごなどを汁、つけるもの、(なっとう、きなこ、さとうなど)等に合せて喰べるわずらわしさに比べて、さとう、脂肪などの配合された一品重点主義のスナック類は袋からだしてその場で喰べられるような食作法の簡易さも魅力であろう。

これ等の条件を入れた新製品の製品はまことにむずかしく、飯のよさを上回ることはできないだろう。

この他、従来も市販されている、或は作られているビーフンやろうそく餅などは穀類、餅類と同傾向のものであるから、したしみやすい積極的普及法を伴えば、より多くとり入れるのではなからうか。

米粉パン、餃子などはいうまでもなくよいものである。

小麦粉製品の一部に代り得るものとして数種を試作した。

調理は食品の性質に逆うことなく作らねばならない。米と小麦粉はその成分もいささか異なるので、やはり米特有の形がある。家庭料理の段階では、あまり大きな変化をもたらすのはむずかしいのではなからうか。

今回の研究ではまだ大きな発展がみられないのは残念である。

新製品のクラッカーなど2~3のものは、自家製と

いうより高尚とされるものであろう。

これ等米粉料理（慣行ではないと思われる）の数種について行なった伝統の食べ方に加えて米の新しい料理、食べ方の普及は米に課せられた問題であろう。

尚、リストにもみられる通り、全国より回収した数は約500である。中には一般にもしられず、又書物などにもみられないものが多くあった。これらには、米調理における祖先の智慧と愛情がしみこんでいる。今現在、これ等を集録することの要は急務であろうと痛感した。本リストはまだ多分に不備なまゝここに掲載したものである。この様にこれ等についていっそう深く調査することを希望している。

今後の問題点

家庭調理の段階に於いては米調理法の質的向上、量的拡大が第一であることを念頭において「米」の今後の問題点について考えてみる。

① うまい米（胚芽米、分搗米、不とう洗米等も含めて）の選択。精白米のみでなく、味、栄養等の点で優れた米を広範囲から選ぶことができるようにする。

② 合理的な炊飯方法の検討

米粒食（飯）の旨さは消費地に於いて、真の味を出していないのではないだろうか。うまい飯は米飯食につながる。

炊飯時における米の扱水・熱不足による風味不足、ガス、電気炊飯器の正しい利用法等の調理指導を行う。

③ 飯食のよい食べ方の指導

④ 米粉調理の普及

米粉の入手を容易にする。現在では特殊食品の形で少量ずつ市販されるが米店で販売されず食料品店に、さとう、塩等と同じ扱いで販売されているが、最近ようやく一部の米屋におかれるようになった。しかし小包装のまゝ（一袋物160g入）おかれその質もいろいろである。農村の調査地においてすら米粉の入手が容易でないといわれたものが多くあった。米粉を小麦粉のような状態で市販することが望まれる。

⑤ 新しい料理開発の一方、伝統的な米加工調理をも再認識させる。

⑥ 調理器具の導入

米粉に限らず粉食における穀物の料理法は焼く方法によって多様に発展してきた。蛋白質、脂肪等（乳、卵、さとう、バター類や肉類）を組み合わせるには粉形態は便利である。また乾燥食品であれば一日分の消費量以上をととのえ、一回分をいつでも気軽にとり出せるというものでもあるので、天火類の家庭導入をすすめたい。

リストにみられるような古い米料理の、そのまゝの調理法、食べ方をするのではないが、又飯の味の旨さについては絶対的なものであろうが、いま米の食べ方についての方向づけを迫られるとき、長い伝統の中の食べ方をあらため、又広く今後の食べ方への一助とすることが希まれる。

〔資料〕 経済要覧1972より転載 1人1日あたり摂取栄養量

年度	熱量 (cal)	蛋白質			脂肪(g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	ビタミン			
		総量(g)	動物性(g)	植物性(g)				A(I.U.)	B <sub>1</sub> (mg)	B <sub>2</sub> (mg)	C(mg)
全 国											
昭36	2102	70.0	25.3	44.7	25.8	398	404	1183	1.05	0.79	73
38	2090	71.3	28.5	42.8	29.1	375	415	1343	1.03	0.81	66
40	2184	71.3	28.5	42.8	36.0	384	465	1324	0.97	0.83	78
42	2228	76.6	31.7	44.9	42.4	382	529	1407	1.08	0.92	96
43	2224	76.9	32.4	44.5	44.6	375	529	1421	1.10	0.96	96
44	2242	77.8	33.7	44.1	45.8	376	536	1490	1.17	0.99	104
農 家											
昭36	2194	68.8	20.5	48.3	21.8	431	401	—	1.01	0.77	69
38	2191	71.0	24.9	46.1	24.0	423	389	—	0.98	0.74	58
40	2313	71.9	25.2	46.7	31.2	426	473	1363	0.91	0.81	75
42	2342	76.4	27.9	48.5	36.0	417	522	1219	0.97	0.86	81
43	2268	76.1	28.4	47.7	38.7	399	530	1315	1.01	0.91	83
44	2363	78.1	29.9	48.3	39.4	413	533	1404	1.00	0.95	92
非 農 家											
昭36	2042	70.8	28.6	42.2	28.6	376	405	—	1.08	0.81	76
38	2038	71.3	30.4	40.9	32.0	350	427	—	1.05	0.84	70
40	2121	71.0	30.1	40.9	38.4	364	461	1305	1.00	0.83	79
42	2218	76.6	33.2	43.4	45.1	368	532	1484	1.10	0.94	101
43	2207	77.2	34.1	43.1	47.1	365	529	1467	1.17	0.98	102
44	2238	77.9	35.2	42.7	48.3	363	539	1523	1.24	1.01	109

資料 厚生省公衆衛生局栄養課「国民栄養の現状」

表-1 全国「米」料理(郷土料理)整理票

担当地域名( 県 地方)( 記入者名 )

女子栄養大学「米」研究班

各項目の記入欄に下記の記号で御記入下さい。◎作って食べるもの。○買って食べるもの。△知っているけど食べないもの。×わからないもの。又特に郷土食として食べられているものには※印をつけて下さい。尚表以外の米料理がありましたら表2の空欄に記入いただければ幸いに存じます。

1 (記入欄) こけらずし	29 赤 飯	57 高瀬あめ	85 がめ木餅	113 いらがし	141 おはたき	169 米つまみ
2 柿の葉ずし	30 イカ飯	58 あくまき	86 高麗菓子	114 茶がゆ	142 にぎりつこ (すいとん)	170 ドーナツ
3 鮎ずし	31 もめん花	59 いら粉餅	87 芋だんご	115 フキ俵	143 ひきもち	171 コロッケ
4 鮎ずし	32 やき米	60 らくがん	88 いこもち	116 玄米センベイ	144 マヌダンゴ	172 五平もち
5 鯖ずし	33 あられ	61 ゆべし	89 あんぼもち	117 いらご餅	145 あんびん	173 しりやき
6 鮎ずし	34 つつつ子	62 なつたくり	90 りゆうひ (じょうひ)	118 いもぼた	146 おやき	174 ごはん焼き餅
7 押ずし	35 五平餅	63 乙花餅	91 甘酒	119 あげ菓子	147 からすみ	175 干飯
8 箱ずし	36 ひきもち	64 両棒餅	92 焼き米 (やつこめ)	120 いただき	148 お正月だんご	176 こねつけ餅
9 ほう葉ずし	37 氷もち	65 がんづき	93 しんこもち	121 かるかん	149 あんぼ	177 揚げ団子
10 鮭ずし	38 つくね菓子	66 けいらん	94 きりたんぼ	122 春駒	150 米の乳	178 米のはじき
11 このしろずし	39 芋もち	67 うぐいす餅	95 玄米茶	123 半月	151 かるかん蒸し	179 はぜ
12 大村ずし	40 草もち (よもぎ)	68 しょうゆ餅	96 炒り粉かおぼこ	124 アランチーニ	152 菱餅	180 雑炊
13 じゃこずし	41 ふう餅	69 牛皮	97 山吹き餅	125 ねつけ豆	153 粉餅	181 冷飯せんべい
14 めしずし (くさりずし)	42 だんご	70 ごごり豆	98 雪割納豆	126 柿のり	154 割りせんべい	182 四色かわり せんべい
15 酒ずし	43 やこめ	71 くじら餅	99 山もち	127 凍もち	155 鶏卵まんじゅう	183 おじや
16 肉団子 もち米蒸し	44 白蒸し	72 かきもち	100 うんべい	128 パン	156 しくれ	184 ゆかりご飯
17 しりもち	45 小米入り	73 笹餅	101 とつかん	129 切りざんしょ	157 六兵衛餅	185 松茸ごん
18 しりぶかし	46 里もち	74 坪餅	102 漬物 (べつたら漬)	130 豆しとげ	158 いげの葉 だんご	186 梅ごはん
19 おこし	47 ほとぎ	75 白玉団子	103 みじん粉菓子	131 お茶もち	159 ごま和え団子	187 かしわ飯 (朴の葉)
20 豆もち	48 かまやき	76 つのまき	104 おこし	132 かまやき(ゆ うずげんべた)	160 こっこ	188 豆ごはん
21 こうせん	49 ぼうご餅	77 白玉団子	105 いかのこうじ漬	133 すつとぎ	161 南蛮揚げ	189 茶めし
22 すまし餅	50 粉餅	78 柏もち	106 かき餅	134 まゆだま	162 かりんとう	190 わらび飯
23 三林餅	51 大山おこわ	79 ポーロ	107 ぼん豆(ボン菓 子,ボンセンベイ)	135 饅頭	163 豆揚げ	191
24 ほし餅	52 はつたい粉	80 シナカステラ	108 七草粥	136 ベコ餅	164 ようし	192
25 ちまき (笹まき)	53 米菓子	81 あみ笠 まんじゅう	109 五家宝	137 米粉入りパン	165 たまご餅	193
26 かきもち せんべい	54 蒜山おこわ	82 みようが まんじゅう	110 はざし	138 ひなこの ぼたもち	166 三五八	194
27 おはぎ	55 みみずだんご	83 まんじゅう	111 おちらし(いり 粉麦こがし)	139 桜もち	167 原米漬	195
28 ぼたもち	56 野菜おこわ	84 だんご汁	112 玄米パン	140 ネリツコ	168 みそす	196

表-2 餅, 餅菓子類

№	品名	№	品名	№	品名	№	品名	№	品名
1	青山団子	32	いこ餅 b	63	おはぎ	94	かんづき	125	こざね餅
2	揚げ菓子	33	いただき(ぬの子)	64	おはたき	95	かざり餅	126	ごっこ(たてもものたでつ粉)
3	揚げ団子	34	インサキダゴ	65	お福餅	96	かた餅	127	こつこねり
4	あくまき	35	いとこ団子 (あんころがし)	66	お耳	97	からみ餅	128	粉餅
5	あさづけ	36	いなこのぼた餅	67	おやき	98	きしん団子	129	こねつけ餅
6	小豆羹	37	いも団子 (からいも団子)	68	おろし餅	99	きなこ結び	130	ごはんの揚げ物
7	小豆団子	38	いもねーぼ(いも団子 六兵衛餅)	69	おつけ団子	100	きなこ餅	131	ごはんやき餅
8	小豆餅	39	芋の餅	70	かからん団子	101	牛皮	132	五平餅 (わらじ五平)
9	あべかわ餅	40	いもぼた	71	かからんまき	102	切りさんしよ	133	ごぶ餅
10	油焼き団子	41	いりがし	72	柿のり	103	切りせんしよ	134	小米入りおかき
11	甘酒	42	いりかね	73	柿餅	104	きりたんぼ	135	ごま和えだご
12	甘酒の寒ざらし	43	いり粉かまぼこ	74	かき餅せんべい	105	切り餅	136	米飴
13	あみ笠まんじゅう (ひめ団子)	44	いり粉餅	75	かさい餅	106	草団子	137	米いり(やきごめ)
14	あられ(かきもち)	45	いりご餅	76	かざ餅 (かしや餅)	107	草餅 a 切り餅 よちき餅	138	米菓子 a
15	あん切り	46	いり米 (焼きごめ)	77	カシワダゴ	108	草餅 b	139	" b (白石香)
16	あんこ餅	47	炒干飯	78	かしめ餅	109	串団子	140	米粉まんじゅう
17	あんころがし(糸 切りだんご,いと だんご)	48	いときり団子	79	かしや餅 a	110	くじら餅	141	米団子
18	あんころがし (冷し団子)	49	うぐいす餅	80	かしや餅 b (かさ餅)	111	くまば団子	142	米つまみ
19	あんぱんしあん	50	うすきぎ	81	かしや餅 c (かめ の葉まんじゅう)	112	くるみ餅	143	米の粉つけあげ
20	アンバムチ(餅)	51	うすゆき	82	柏餅	113	草餅団子	144	米の粉団子 a
21	アンビ	52	うすゆき団子	83	かつかべ団子	114	草はな餅	145	b(お正月団子)
22	あんびん	53	打物	84	かね餅 (あらかね)	115	けいらん	146	米の餅
23	あんぼ	54	えびすもち (ゆべし)	85	かまやき (ひ ゆうずげんべた)	116	けいらんまんじゅう	147	米の乳
24	栗んなつと	55	おいり(いりかね)	86	かめ木餅	117	けせんまき	148	米のはじき
25	アキビン	56	おかき	87	からすみ	118	げんべた(ひゆう ず かきやま)	149	米ふかし
26	あん団子	57	おこし	88	から芋団子 (いも団子)	119	玄米せんべい	150	高麗菓子
27	いがまんじゅう	58	オシケダゴ	89	かるかん (かる かんまんじゅう)	120	玄米ミルク	151	紅白餅
28	いが餅	59	お正来団子 (米の粉団子)	90	かるかんまんじゅう (かるかん)	121	こうせん	152	ごかば(五家宝)
29	いげの葉だご	60	乙女椿(生菓子)	91	かるかん蒸し	122	水餅	153	こまか
30	いかごし	61	お菜餅	92	かんころ餅	123	こきび餅	154	小米餅
31	いこ餅 a	62	鬼の手こぼ	93	かんざらし団子	124	こざめ餅	155	桜餅

№	品名	№	品名	№	品名	№	品名	№	品名
156	酒まんじゅう	188	白玉	220	つまみ	252	はなむけ餅	284	
157	笹だんご	189	すいとん	221	とうもろこし餅	253	花餅	285	ボン
158	笹まき a	190	すつとぎ	222	とつかん(はぜ米)	254	春駒	286	ボン豆
159	b	191	すまし餅	223	とつかんせんべい	255	半月	287	ボン菓子 (ボンボン菓子)
160	五月団子	192	すりやき餅	224	とびつき団子	256	白石香(米菓子)	288	ボンせんべい
161	里芋の団子汁	193	すあま	225	とり追い餅	257	ばくだん	289	盆だご
162	里餅	194	ゾイダゴ	226	とんべ餅	258	彼岸団子	290	巻き団子
163	サネン餅	195	即席団子	227	とち餅	259	ひき餅	291	巻きようかん
164	さわまんじゅう	196	そば餅	228	なべ団子 (へなちよこ団子)	260	菱餅	292	巻き料理
165	三杯餅 (三杯みそ)	197	雑煮	229	ナルト餅	261	ひなこのぼた餅	293	豆揚
166	笹まき団子	198	高黍餅	230	なんばん揚げ	262	ひめ団子	294	豆しとげ
167	笹餅	199	高瀬あめ	231	なませんべい	263	冷焼団子	295	豆すつとぎ
168	しぐれ	200	たがね餅	232	にぎりだんご	264	冷し団子(あんころがし、糸切り、いとこ団子)	296	豆餅
169	しとぎ	201	竹の皮団子 (あづき団子)	233	にぎりだんご汁	265	冷飯せんべい	297	まゆだま
170	しば餅	202	たてももの(ごっこごっこオコリ)	234	にぎりっこ	266	ひゅうず(かまやき、げんべた)	298	まゆ団子
171	凍甘酒	203	たてっ粉	235	ねじ団子	267	ひゅうず団子	299	まんじゅう
172	しみ餅	204	だご	236	ねつけ豆	268	びようたれ	300	みじん粉菓子
173	じゃんぼ餅	205	七夕せんべい	237	ねつたくり (わつたぼ)	269	平団子	301	水飴
174	正月団子	206	だまこ餅	238	ねつたぼ (わつたくり)	270	ひんやり餅	302	みたらし団子
175	しょうゆ餅 a	207	だまつこ餅	239		271	ひなあられ	303	みすず団子
176	b	208	団子	240	ねり	272	ふる焼き	304	みようがまんじゅう
177	菖蒲酒	209	団子汁	241	ねりくり	273	深根団子	305	麦酒
178	じょうよまんじゅう	210	たんのうずまき	242	ネりっこ	274	ふくらし	306	餅
179	白酒	211	だんす(だんち)	243	のり餅	275	フテダク (ふつ団子)	307	もち草団子
180	白玉団子	212	だんち(だんす)	244	のし餅	276	プロペラ団子	308	もめん花
181	じりやき	213	ちまき	245	はざし	277	ペコ餅 (かしわ餅)	309	焼き米(いりごめ)
182	しる粉	214	ぢやんぼ餅	246	はさみ団子	278	母こ餅	310	ヤキビン
183	新粉だご	215	つきかえし	247	はしばみ	279	干飯	311	やこめ
184	新粉団子	216	つくね菓子	248	はぜ	280	朴葉餅	312	休み団子
185	新粉餅	217	つのまき(ちまき)	249	はぜ米(とつかん)	281	干し餅	313	やつこめ
186	新粉まんじゅう	218	坪もち	250	はたき餅	282	ほだ餅	314	山吹餅
187	白餅	219	つき団子	251	はたけ餅	283	ほとぎ	315	山餅 a

№	品名	№	品名	№	品名	№	品名	№	品名
316	山餅b (ダマツコ餅)	321	よもぎ団子	326	らつかん	331	りんまん	336	すやもう
317	焼き団子	322	よもぎ餅	327	りゆうひ (じょうひ)	332	五家宝	337	ごだん
318	袖餅子	323	四色せんべい	328	六兵エ餅	333	ういろう	338	うつなもち
319	ゆでまんじゅう	324	落雁	329	わらじ五平 (五平餅)	334	まんじゅう	339	はつたい粉
320	ゆみそ	325	ラクガン菓子	330	かい餅	335	焼き餅	340	

(飯物)

№	品名	№	品名	№	品名	№	品名	№	品名
1	あじすし	25	親子丼	49	椎茸御飯	73	ちそ御飯	97	松茸御飯
2	小豆御飯	26	おにぎり	50	塩鯨めし	74	とろろ丼(とろろ)	98	豆御飯
3	油揚ずし	27	柿の葉ずし	51	しそ御飯	75	鳥めし	99	ますずし
4	鮎ずし	28	かき飯	52	しょうのけおこわ	76	七草粥	100	みそず(雑炊)
5	鮎の姿ずし	29	かしわ飯 (朴の葉飯)	53	白むし	77	菜めし	101	めの葉めし (若茸めし)
6	あらめ飯	30	かぶらずし (大根ずし)	54	すし香	78	なれずし	102	めしずし
7	小豆がゆ	31	かまぼこずし	55	すす茸御飯	79	にぎりずし	103	もち米皿蒸し
8	いがづめ	32	かやく御飯	56	すし	80	肉御飯	104	焼きめし
9	いかの米づめ	33	かゆ(おかえさん)	57	赤飯	81	のり巻きずし	105	野菜おこわ
10	いかの鉄砲煮	34	カレーライス	58	雑炊	82	箱ずし	106	やしずし (くさりずし)
11	いかのもち米煮	35	栗おこわ	59	大根飯	83	鱒ずし	107	ゆかり御飯
12	いかめし	36	栗ぶかし	60	大豆飯	84	ハヤシライス	108	よごしめし
13	魚めし	37	こけらずし	61	ピース御飯	85	ばらずし	109	レバー御飯
14	うなぎめし	38	このしろずし	62	大山おこわ	86	冷飯	110	わらびめし
15	えんどうめし	39	五目ずし	63	炊き込み御飯	87	冷汁(さつま汁)	111	根深めし
16	大村ずし	40	桜御飯	64	炊き込み チキンライス	88	ピラフ	112	
17	おかえさん(かゆ)	41	鮭ずし	65	たけのこ飯	89	ひるぜんおこわ	113	
18	おけ菜(うけ菜)	42	笹ずし	66	たにし飯	90	フキ俵	114	
19	おこわ	43	鯖(姿)ずし	67	炊きおこわ	91	鮎ずし	115	
20	押しずし	44	鯖ずし	68	チキンライス	92	朴葉ずし	116	
21	おじや	45	山菜飯	69	茶がゆ	93	朴葉めし	117	
22	おちらし	46	ささげ御飯	70	チャーハン(ピラフ)	94	ほべめし	118	
23	オムライス	47	酒ずし	71	中華丼	95	巻きずし	119	
24	オムレツ	48	さつま汁(冷汁)	72	ちらしずし	96	混ぜ御飯	120	



材料及び原料

1	いかの麩漬	6	麩漬	11	白玉粉	16	茄子の辛子漬	21	メロン漬
2	いり粉	7	麩	12	するめの麩漬	17	奈良漬の漬床	22	もち米の粉
3	かぶの辛子漬	8	三五八	13	漬物用粕	18	肥前漬	23	野菜の辛子漬
4	かんざらし	9	三五八漬	14	道明寺粕	19	べつたら漬		
5	原米漬	10	しその実麩漬	15	とり粕	20	はったい粉		

華風，洋風のもの

1	カリント	5	友邦カステラ	9	肉団子のもち米ふかし	13	冷飯団子		
2	玄米パン	6	中華風揚げ団子	10	肉団子のもち米むし	14	蒸しカステラ		
3	米粉入りパン	7	中華風揚げまんじゅう	11	パン	15	蒸しパン		
4	コロツケ	8	ドーナツ	12	冷御飯フロツケ	16	ポーロ		

表3-1 嗜好程度集計表

評 価	食 品 名	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24																							
		大福餅	あべかわ餅(餅)	いそべ餅(餅)	からみ餅(餅)	三角豆餅	さつまいも団子	おやきのもの	あんつけ団子	みたらし団子	米粉の団子汁	まぜ餅	おこ	白飯	炒飯	ピラフ	ビーフン	せんべい(正油味)	スナック菓子(食1品味)	ちまき	ゆべし	かかん	おこし	うらち	あかきもち
最も好きな食品に入る	回答数	30	16	21	12	7	8	4	17	20	1	42	29	25	26	29	7	84	39	9	6	6	7	22	47
	%	6.0	3.2	4.3	3.4	2.0	1.8		3.4	4.4		8.3	5.8	5.0	5.1	5.6	1.9	16.6	7.9	2.0	1.4	1.4	4.9	9.4	
いつもこれを食べたい	回答数	5	2	5	1	4	3	0	4	6	0	26	11	138	16	17	4	49	26	2	1	1	1	7	26
	%	1.0	0.4	1.0	0.3	1.1	0.7		0.8	1.3		5.2	2.2	27.7	3.2	3.4	1.1	9.7	5.3	0.5			0.2	1.6	5.2
機会があればいつも食べたい	回答数	28	37	58	42	20	47	13	36	52	7	98	70	77	70	82	16	85	83	35	11	9	16	31	57
	%	5.6	7.3	11.9	12.0	5.6	10.3		7.3	11.5		19.5	13.9	15.4	13.8	16.6	4.3	16.8	16.8	6.0			3.2	7.0	11.4
好きだから時々食べたい	回答数	185	146	210	100	49	102	48	154	194	10	234	157	47	230	206	69	146	150	85	18	35	39	56	149
	%	36.7	29.0	43.0	28.5	13.7	22.4		31.2	43.0		46.5	31.2	9.4	45.4	41.6	18.7	28.9	30.3	14.8			7.7	12.6	29.9
時には好きだと思うこともある	回答数	110	121	101	67	41	51	47	99	68	23	64	101	130	113	90	69	61	91	72	27	16	68	62	85
	%	21.8	24.0	20.7	19.1	11.5	11.2		20.0	15.1		12.7	20.0	26.1	22.3	18.2	18.7	12.1	18.4	16.1			13.5	13.9	17.0
たまたま手に入れば食べてみる	回答数	98	103	58	87	129	168	44	119	81	42	24	73	15	26	40	89	31	59	165	90	64	128	105	65
	%	19.4	20.4	11.9	24.8	36.1	36.8		24.1	18.0		4.8	14.5	3.0	5.1	8.1	24.1	0.1	11.9	37.5			25.3	23.6	13.0
ほかに何もない時には食べない	回答数	31	50	25	30	62	46	28	34	20	34	13	41	56	21	25	59	39	39	41	40	25	132	60	48
	%	6.2	9.9	5.1	8.5	17.4	10.1		6.9	4.4		2.6	8.1	11.2	4.1	5.1	16.0	7.7	7.9	9.3			26.1	13.5	9.6
もし強制的に食べたい	回答数	10	15	6	11	28	24	16	21	8	19	1	14	9	3	3	30	8	4	30	38	20	56	45	11
	%	2.0	3.0	1.2	3.1	7.8	5.3		4.3	1.8		0.2	2.8	1.8	0.6	0.6	8.1	1.6	0.8	6.8			11.1	10.2	2.2
恐らく食べる気にならない	回答数	7	14	4	1	17	7	5	10	2	13	1	8	2	2	3	26	2	4	28	26	21	58	57	11
	%	1.4	2.8	1.2	0.3	4.8	1.5		2.0	0.4		0.2	1.6	0.4	0.4	0.6	7.0	0.4	0.8	5.0			11.5	12.8	2.2
合 計	回答数	504	504	488	351	357	456	205	494	451	149	503	504	499	507	495	369	505	495	448	257	197	505	445	499
	%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0		100.0	100.0		100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0			100.0	100.0	100.0

表3-2 食べてもよい頻度集計表

評 価	食 品 名	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24																							
		大福餅	あべかわ餅(餅)	いそべ餅(餅)	からみ餅(餅)	三角豆餅	さつまいも団子	おやきのもの	あんつけ団子	みたらし団子	米粉の団子汁	まぜ餅	おこ	白飯	炒飯	ピラフ	ビーフン	せんべい(正油味)	スナック菓子(食1品味)	ちまき	ゆべし	かかん	おこし	うらち	あかきもち
毎回の食事減はおやつにでも...	回答数	20	3	4		1			5	5	1	6	4	99	7	4	3	89	55	2	1	2	2	7	44
	%	10.0	0.6	0.8		0.3			1.0	1.1		1.2	0.8	20.0	1.4	0.8	0.8	17.9	11.5	0.5			0.4	1.6	8.9
毎日一回なら...	回答数	11	3	16	7	7	3	3	8	11		18	9	316	21	17	7	110	79	4	4	1	3	5	50
	%	2.2	0.6	3.3	1.9	2.0	0.7		1.7	2.5		3.7	1.8	63.8	4.2	3.5	1.9	22.1	16.5	0.9			0.6	1.2	10.2
毎週一回なら...	回答数	104	50	75	37	21	32	26	76	92	5	168	64	39	206	172	37	174	165	26	15	18	37	48	120
	%	21.0	10.0	15.5	10.3	5.9	7.2		15.8	20.7		34.3	12.9	7.9	41.4	35.3	10.1	35.1	34.4	6.1			7.4	11.1	24.4
毎月一・二回なら...	回答数	203	157	169	114	72	108	62	181	176	25	229	178	19	205	198	100	72	115	82	29	33	75	78	134
	%	41.0	31.4	34.8	31.8	20.2	24.4		37.7	39.6		46.7	35.8	3.8	41.2	40.7	27.2	14.5	24.0	19.2			15.0	18.0	27.2
毎年一回かなら...	回答数	144	252	209	183	171	246	78	166	146	69	62	213	10	49	81	117	31	44	235	123	82	184	166	110
	%	28.8	50.4	43.1	51.0	47.9	55.7		34.6	32.8		12.7	42.9	2.0	9.9	16.6	31.8	6.3	9.2	54.9			36.9	36.3	22.3
食べたくない...	回答数	26	35	12	18	85	53	36	44	15	50	7	29	12	9	15	104	20	22	79	89	63	198	129	34
	%	5.3	7.0	2.5	5.0	23.8	12.0		9.2	3.4		1.4	5.8	2.4	1.8	3.0	28.3	4.0	4.6	18.5			39.7	29.8	6.9
合 計	回答数	495	500	485	359	357	442	205	480	445	150	490	497	495	497	487	368	496	480	428	261	199	499	433	492
	%	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0		100.0	100.0		100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0			100.0	100.0	100.0