家計簿と現代日本の家庭料理の成立

ヒラリー・マクソン
（ネイスン・ホプソン訳）

秋が深まると毎年、日本の本屋に現れるのは、多種多様な家計簿。新年に備えて、山積みになる。出版社などによって、中身は多少異なることはあるが、フォーマットは似たりよったり。基本は、一年分の「毎月のやりくり表」に、週毎の「毎日の収支」があり、日毎の収支・支出の欄に分かれている。大概、最初にして最大の支出欄は「食費」である。現在は、家計簿をつける習慣は男女問わすあるようだが従来、料理も家計管理も女性の役割とされてきた。そのため、家計簿をこまめにつけてきた女性たちは多く、その家計簿は食生活、とりわけ家庭料理の変遷を記録する重要な資料となっている。

1950～60年代は激変の時代。家計簿の付け方に大きく影響した料理法がふたつあった。まず一つは「一汁三菜」に代表される米などの主食に複数のおかずを添える「主食・副食型」または「食事様式型」。一方、それぞれの食べ物の栄養を考慮して組み合わせる「素材・栄養中心型」もあった。前者は従来型、後者は新しく人気のスタイル。しかし、当初は別々だったこのふたつの料理法は、家計簿をつくる側もつける側もだんだんと合体させるようになった。

「主婦」を自称し、生涯家計簿運動に尽力してきた山梨県甲府市出身の中村喜美子（通称「喜美子さん」）は、1954年に夫と結婚してから2002年までの間、ほぼ欠かさず毎日家計簿をつけてきた。その家計簿の記録や中村自身のライフワークから、戦後からポストバブル期までの日本における女性性・料理・栄養・家計簿が蜜に絡み合っていた時代を如実に映し出す。中村夫妻は1957年に、甲府市から横浜市に転居。1968年には、栄養を改善し、地元に無添加で健康な食べ物を地域に一層普及できる方法はないか横浜生協の組合員らと協議したことをきっかけに、生協の家計簿運動に携わるようになった。自ら家計簿をマメにつけていた中村は、自然と運動のリーダー格の一人となったのであった。運動家となった中村の主な仕事は毎月、生協の組合員のうち約800人から家計簿家計簿を集め、全員分の収支などを集計し、地域の消費パターンを記録することであった。中村はその後の1971年に生協の代表になり、翌年は自身が企画した家計簿が誕生し「生協の家計簿」として発売された。この「生協の家計簿」はスマホ版まで出ており、今でも愛用している人が多い（中村喜美子資料 2010、2016）。中村らが収集・集計した組合員の家計簿データは、1974年には新聞に掲載され、大蔵省の注目も集めた。また、中村は

2010年に自身の56年分の家計簿を国立女性教育会館に寄贈した。これらの一部は「喜美子さんちの家計簿」として2015年に展示され、現在はすべてデジタル化され、ネットで公開されている。

本論文では、中村の家計簿、婦人雑誌、政府機関などによる調査を分析した結果、つぎの3点を指摘したい。①家計簿は、近代日本において、家計管理が女性の役割として広く認識されるようになり、女性性の象徴的な構成要素となったジェンダー構造・言説に深くかかわる中心的な物的要素である。②戦後の婦人雑誌は家計管理と栄養を同一記事でとりあげることは頻繁にあり、このことから家計簿は栄養学的知識の普及に密接に関わっていたと推察できる。③一般の家計簿利用者も、中村喜美子のような家計簿運動家も、前述のふたつの料理法「食事様式型」と「素材・栄養中心型」の融合・ハイブリッド化に寄与したのである。

近年、国内外でも日本の食文化史が注目を集めており、多数の論文等が登場している。例えば、Jordan Sand（2003） Katarzyna Cwiertka（2006） Nathan Hopson（2019）らは20世紀前半における「主婦」の登場とそれにまつわる言説や近代的「台所」の政治学などの研究や、小泉和子による昭和期の家事労働と食文化史について多数の研究（1998、2002、2017）などがある。Anne Allison（1991）は、料理と女性の母親としてのアイデンティティーの複雑な関係について論文を執筆している。最近では、Nancy Stalker編（2018）「Devouring Japan: Global Perspectives on Japanese Cultural Identity」が「特定の食べ物・食習慣にとらわれず、食を選択する際の社会的、文化的、歴史的、地政学的な要因を解明」することを目標に掲げ刊行されている。本論文は、これらの先行研究を踏まえ、食、ジェンダー、家計管理の関連性を一層掘り下げていくことを目的とする。主婦たちの家計簿は、女性による大切な執筆（ライティング）活動のひとつであるにもかかわらず、見過ごされてきたきらいがある。中村喜美子のような一般の主婦が使用した大量の家計簿は、家計管理のツールであると同時に、日常生活とその変遷の身近な記録であり、重要な一次史料である。

「家計の均衡」―家計簿、女性性、家計管理

明治初期からの「良妻賢母」イデオロギーのもと、職業労働は男性の領域である一方、女性の先天的な「女性性」を前提に育児や家計管理を含む家事労働は女性の領域という言説が普及しはじめた（西川 2009）。20世紀に入ると、女性誌・婦人雑誌が登場し「主婦」を形付ける要素になるとともに、家計管理と女性性の関連性をさらに強調した。日本で女性初のジャーナリストであっ

た羽仁もと子は、夫羽仁吉一とともに1903年に婦人雑誌「家庭之友」(「婦人之友」の前身)を創刊し、初年度から数多くの家計管理に関する記事を掲載し、翌年には、はじめての家計簿を公開した。その家計簿は今でも「羽仁もと子考案家計簿」として使用されている。当初、家計簿は男女双方を利用者として想定していたが、戦間期に入るころまでには「婦人之友」や1917年創刊の「主婦之友」などの人気婦人雑誌が揃って、家計管理を女性の仕事として位置づけるようになっていた。1920年代後半には、羽仁もと子自身も、夫は妻に全収入の管理を任せるべきだと断言するほど、この言説は社会に浸透していた。家計簿とともに「婦人之友」のなかで度々宣伝された1927年の「羽仁もと子著作集」のなかで、羽仁自身もこの主張を展開している(田中 2003)。明治期の「支出担当」としての良妻賢母イメージから大きな変化といえよう(西川 2009、中里 2000)。

家計簿をつける習慣は、激動の時代を経て戦後へと続いたのだが、やはり戦争の物資不足などが影響を及ぼした。太平洋戦争中は、「時局」の流行り標語などを余白に印刷した報国家計簿も登場したが、常に危険にさらされ、不安のなかで生きた女性たちにとっては詳細な家計管理どころではなく「とにかく生き残る」ことに専念した傾向が伺える。しかし、終戦後は「婦人之友」などが再び、平常平凡な生活を取り戻す一環として家計簿をつける習慣を推奨し、家計簿復活に寄与した(西川 2009)。

戦後の家計管理は、核家族のさらなる一般化などにより、新たな段階に突入した。「婦人之友」などの婦人雑誌には、依然珍しかった専業主婦のみならず、働く女性の家庭もターゲットに、勤勉なサラリーマン夫が、給料袋をそっくりそのまま妻へ渡し、代わりにお小遣いをもらうという風景が新しい理想の家計管理として漫画などでしばしば表象されている。1956年6月号の記事「臨時収入と臨時費を中心にした主婦と働く婦人の家計研究会」はその一例である。研究会を取材したこの記事では、メンバーらは、節約術をはじめ夫らの夏のボーナスの使い方を含む家計管理の話題で意見交換した様子が収められている。婦人雑誌でおなじみの論客の青木茂による1964年10月号の「主婦之友」に掲載された「ボーナスを活かす使い方貯め方」では、待ちに待ったボーナスがやっと手に入ったウキウキしているときこそ、家計管理を任されている主婦は賢い舵取りが求められるという持論を展開した。この記事には、青木の主張を助長するように、テーブルに座る夫婦の写真が掲載されている。夫は後ろから写っており顔が見えない。対照的に、妻はボーナスを片手に握り、自信に満ち溢れる表情で、テーブルの上に置かれている雑誌の自動車広告を指差す。ボーナスの使いみちを決める妻に焦点を当てたこのような記事や写真は戦後の婦人雑誌で増え、家計の管理者としての主婦のイメージを普及させた。

イメージばかりではなく、当時の調査結果は、このような家庭の増加を裏付ける。1950年に東京都台東区下山町で社会学者Ronald Doreが主導した調査では、対象家庭の45％もが、夫が妻に給料をすべて渡し、食費・光熱費など毎月の経費などを差し引いた残額から妻が夫のお小遣いを支給すると答えた。一方、夫が家計を管理すると答えたのは、わずか4％にすぎない。この慣習は、サラリーマンのホワイトカラー家庭より労働階級や商店主のブルーカラー家庭でよくみられるとDore（1958）が指摘している。

労働省婦人少年局（1956）は、家計簿の使用について大規模な調査を行った。調査対象地域は、大都市（東京都）地方都市（神奈川県藤沢市）農村（山梨県田富町）及び漁村（兵庫県神戸市平磯町地区）と、多様であったが、944回答中大半は東京都在住の主婦が記入。その回答をみると、家計簿を定期的につけると答えたのは東京都38%、藤沢市48%、田富町35% 、平磯町地区26%と都市部では多い傾向が目立つ。不定期に、大きな出費の際のみ家計簿をつかると答えたのは、東京都8%、藤沢市4%、田富町9% 、平磯町地区4%となり、家計簿は不定期につけるという回答は東京都14%、藤沢市9%、田富町11% 、平磯町地区10%であった。婦人少年局はこの地域差をとくに顕著な結果として強調しているが、データを掘り下げてみると、興味深い結果が多数浮かび上がる。たとえば、家計簿使用率は、50歳代の主婦より若い20代の主婦が高く、同様に中卒以上の女性は小卒以下の女性より高く、ホワイトカラー層の主婦はブルーカラー層より高いと、年齢・学歴・階級によって差がみられる。また、家計簿で家計管理する女性は自ら自由に使えるお金が多く、家計簿と主婦の経済的「自立」の関連性を伺わせる。

このようにして、戦前からの羽仁もと子や「主婦之友」「婦人之友」などの人気婦人雑誌の働きかけが功を奏したかたちで、家計簿を使って家計を管理する習慣が多くの主婦に、家事労働の一環として広く受け入れられ、浸透していったのである。そして家計簿は、主婦にとっての象徴的にして実用的な、手に取れる大切なツールとなった。戦後になると、家計簿をめぐる言説はさらに進展し、栄養摂取や料理を計画するうえでより広く使われるようになった。

「食の均衡」―栄養学の普及、食の変化、家計簿

近代栄養学は19世紀初頭に誕生し、産業化が進み、ナショナリズムが台頭し、貨物船や列車が遠方から物資を運び、電信が遠い国同士を結び瞬時に売買交渉が成立する、そのような新時代のなかで成長を遂げてきた。「食」そのものの産業化も進んだ。缶詰などの保存技術が発達し、生鮮食品を工場で加工し世界中に供給できるようになった（Teuteberg 2007）。一般消費者に加え、

このような変化で大きな利益を享受したのは、各国の軍隊である。

日本では、陸海軍が近代栄養学の発達や普及に顕著に貢献した。壊血病や脚気など、兵力を脅かす病気は「富国強兵」の危機を意味するため、軍医は早くも1881年から兵隊の栄養調査に乗り出したのである。3年後の1884年に海軍軍医だった高木兼寛は軍艦「筑波」で兵食改革に取り組み、脚気の新患数、発生率、死亡率などを抑えることに成功した。その後も、兵隊の体力体位向上が急務だった軍隊は、栄養学の発展に引き続き寄与し、さらに一般国民への栄養学知識の宣伝・栄養改善活動などを通じて国力増加を図ったのである（Cwiertka 2006）。

政府も1918年夏の米騒動を受け、翌年に世界初の官製栄養学研究施設として国立栄養研究所を設立するなど、栄養学の発展・普及に乗り出す。栄研は、佐伯矩初代所長の指導のもと、栄養学の社会への応用を模索し、講演会や料理講習会を開くとともに、婦人雑誌やレシピ本など多様なメディアを通じて「経済栄養」などを一般国民に提案しつづけた（Cwiertka 2006、Hopson 2019）。

しかし栄養学的知識が戦間期に普及はしたものの、依然として栄養不足などの食糧問題は軍民双方にとって重要な課題として残っていたのである。終戦後も、厳しい食糧事情は日本を引き続き苦しめたが、1950年代に入った頃から見通しは少しずつ明るくなって行った。例えば、経済企画庁調整局が実施した調査は、一般人の食生活が劇的に改善したと結論づけるなど、新しい時代を反映して楽観的な味方を示すようになってきた。新聞雑誌は同様に時代の変化を反映して新しく市場に出回っていた多様な「新」食糧を数多く紹介していた。もっとも、戦後10年の1955年までには生活水準が大幅に向上し、農業工業などの基盤産業も、それに合せて個人消費も、いずれも戦前の水準まで回復するなど、日本経済の顕著な復興がその楽観的な味方の背景にあった。このようにして向上した国民の生活水準によって、都市農村を問わず多くの家庭ににおける食生活は、単なる「サバイバル」から「美味にして栄養満点」という理想へと転換されていく。

1950年代を見渡すと調査の根本にある栄養知識や食料品の分類概念が、一層、国民に普及した時代だったといえよう。この事実は、行政の動きからも婦人雑誌からも読み取ることができる。行政側では、国民栄養調査が代表的であろう。同調査は1952年に成立した栄養改善法で定められているが、1957年度調査では、乳製品を含む動物性食品や加工食品、輸入食品などの消費増加が指摘されている。国民栄養調査の目的は「国民がどのくらいの食糧を消費しているか、どれだけの栄養を摂取しているかを実際に調査し、それと同時に栄養と健康状態との関係を明らかにするため」と、国民の栄養摂取量及び体力・体位への影響を調査することと定められた。同調査では、食料品

を穀類、動物性食品、野菜・果実、調味嗜好品、いも、砂糖、油脂、豆などの大区分、さらには穀類を「米、小麦、大麦」、野菜を「緑黄色野菜、その他の野菜」、果物を「柑橘類及びトマト、その他の果実」などの小区分に分類し、データが集計された。それぞれの食品の栄養分析も細かく行われ、熱量、タンパク質、脂肪、カルシウムなどの無機質、ビタミンなどを掲載し、従来の食生活の中心的存在だった漬物類、海藻類、魚介類などと、いわゆる「新興食品」といえる乳製品を含む動物性食品とを、栄養面から比較し、これらの「動物性食品の摂取量は逐年増加傾向を示して」いると指摘した上、国民にとって必要な栄養源だと結論づけた（厚生省公衆衛生局栄養課 1959）。

同時に、婦人雑誌でもこのような栄養学的区分法が一般化していた。例えば、1954年10月号の「婦人之友」に掲載された記事は食料を国民栄養調査に類似した分類法を使用して「肉類，魚貝類，加工品，豆製品，野菜/芋/海藻類，and 脱脂粉乳/鶏卵」と、食品の栄養チャートを作成し、「栄養」や「タンパク質」などの栄養用語を散りばめている。しかし、ここで重要なのは、栄養知識が前提にされているのみではなく、この記事は「食費にいくらかけたらよいか：二七八〇圓で必要栄養量をとる工夫」というタイトルが示すように、栄養と家計管理を結びつけ、予算内に栄養豊富な食事をいかに家族に提供するかというアドバイス記事になっていることである。上記の食料分類は、表にまとめられたうえ、さらにそれぞれの食材の一人前の価格や一月に食べる回数の目安まで細かく計算されている。肉類を例にとってみると、一人前45gのひき肉やスライスされた一人前43gの牛肉は月4回それに対し、一人前50gの鯨肉は月8回、なお予算が余ったら一人前40gの並肉やレバーは追加購入できる、といった具合の規範的な数値が並ぶ。つまり、このような記事が暗示するのは、行政機関の調査や公文書などの専門的な栄養学的知識は、家計管理と密接に絡み合い、婦人雑誌などの大衆メディアを媒介して普及していったということである（吉岡 1954）。

一方、「主婦之友」の1951年12月号「余裕のない家計から貯金を生み出す奥様のやりくり工夫集」という記事では、買い物にでかける前の食事計画が不充分のため、よく予算オーバーしてしまうという主婦の体験談が含まれ、無計画がお金の無駄遣いを招くという教訓が示されている。この他にも、1950年代を通して予算内に栄養面点の料理をいかに作るかなどのアドバイス記事は「主婦之友」「婦人之友」など主流の婦人雑誌のページに頻繁に登場した。総じてみると、それらの記事のなかで最善策として挙げられているのはやはりなんといっても家計簿である。上記の「工夫集」でも、毎日家計簿をつけることは、合理的な生活を送る上で最重要なステップだとして、夫の給料をもらった当日にその月の予算を組むよう勧めるなど、家計簿をつける習慣を大前提に書かれている。

家計簿はこうして、1950年代の栄養学知識の普及と切っても切り離せない関係にあったといえよう。家計簿の主目的は家計管理であったのだが、家計管理を題材にした婦人雑誌の記事をみると、健全なる家計と健全なる身体（からだ）が同時に、そして半ば不可分のように推奨されていることがわかる。つまり、家計簿には収支を吟味し、予算を組み、予算内に買い物等を上手に済ませることはもとより、予算・栄養双方を考慮した献立作成を促す効果もあったといえよう。

家計簿支出欄の「食費」は、献立作成、買い物、料理など、各時代の一般的な考え方、そしてその変遷を如実に映し出すと思われる。羽仁もと子の初代家計簿には「食費」欄はあっても栄養学的な食品分類はなかった。栄養学知識が普及しておらず、戦後になってから厚生省のような食品分類が一般に普及したからである。では1904年の「羽仁もと子考案家計簿」にはどのような支出欄・分類があったのか。前提となっているのは、日本をはじめ東アジアや東南アジアでよくみられる一汁三菜（正確には一汁X菜）の伝統的な食事様式、即ち、米、麦などの穀類の主食に汁やおかず（副食）という様式である。例えば、日本の主食・副食に対し中国では飯・菜と表現されるが、基本的構図は同じである。一方、西洋料理でよくみられる主菜やコースがないのも特徴といえよう（Ishige 2001）。何れにせよ、1950年代初頭まで主流だった羽仁流の家計簿では、食品は副食、主食、調味の3カテゴリーに分類されていた。このことからわかるように、羽仁自身も家計簿の利用者も「一汁X菜」の食事様式の概念を通じて食・献立を捉えていたのである。

むろん、50年代後半になっても、伝統的な食事様式が消えることはなかった。1957年の「国民生活の現状」は、経済企画庁の調査に基づいて構成されているが、収集したデータの多くは実際の家計簿であるため、経済企画庁のデータ分析は当時の一般的な食に対する認識を概ね反映していると考えて間違いなさそうだ。この調査でも「主食・副食」型の伝統的な食事様式に基づく分類法が使われているのは、興味深い。

同年に発行された厚生省、経済企画庁によるそれぞれの調査を考え合わせてみると、対照的な食品分類が浮き彫りになり、ふたつの方法が交錯する過渡期だったことを示すと思われる。厚生省が、栄養学的観点を全面に出したのに対し、経済企画庁は食事様式を重視する傾向が強い。この違い、そして栄養学的な食の捉え方は、家計管理、献立作成、買い物、料理を担当する主婦らにとって有意義なものであった。つまりそれは、それまで主流だった伝統的な一汁X菜の食事様式と、新しく台頭しつつあった素材・栄養中心型との間に矛盾を生じさせない新たなチャレンジを意味した。中村喜美子自信の家計簿に、その過程が垣間見える。

「家計の均衡」「食の均衡」―中村喜美子の家計簿

中村喜美子が最初につけた家計簿は、各ページに縦五列、左から「年月日」「摘要」「収入金額」「支出金額」「差引殘高」と横並びに配置され、その下は空欄のみと、いたってシンプル。翌1955年には「婦人倶楽部」の1953年12月の付録だったオレンジを基調とした「日記を兼ねた家計簿」を使用した。そのため、中村は「昭和29年版」に自ら二重線を引き「昭和30年版」として活用していた。6〜7ページの見開きは「月々収支決算表」と、一年を通した収支バランスなどがひと目でわかる仕組みになっている。14ページには、項目別の記入法が記され「映画観劇」は「文化」に、「入浴」は「保健衛生」にするなど、細かい指示が並ぶ。副食費、育児・教育、雑費など、幅広い項目が想定されているのも注目に値する。そして前年のシンプルな家計簿から大きく変わって、記録の構成が詳細になっているのも注目に値する。縦の列は日毎（1日、2日、3日…）と左から順に並び、それぞれ左右に「摘要」と「金額」とに分かれている。「繰越」「収入」「副食費」など各行は食料関連の残り3項目（「主食類」「調味品」「嗜好品」）のあと「被服」「税金・寄付」などと続き、最後は「貯蓄・保険」「差引合計」「現在高」と終わる。なかでも「副食費」はひときわ欄が大きく、他のどの項目よりも利用者が副食品をたくさん購入する前提で作成されていると考えられる。(図1)

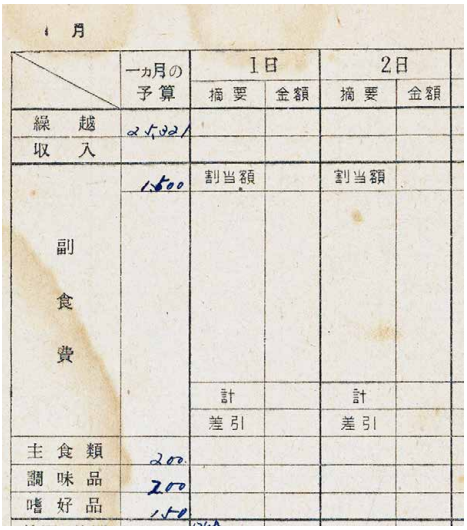
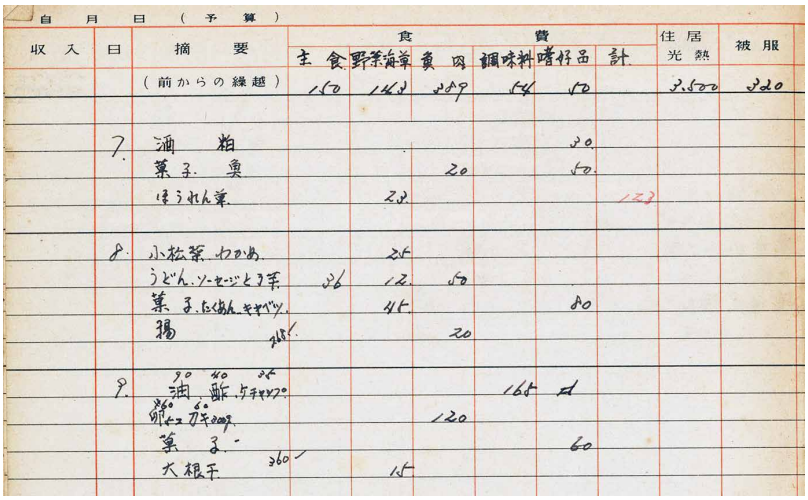


図1　1955（昭和30年）「日記を兼ねた家計簿：昭和30年版」抜粋
（独立行政法人国立女性教育館中村喜美子資料提供）

1956年の家計簿では前年の「婦人倶楽部」付録版にさらに「主食類」に一行が追加されている。おそらく、以前と違って米ばかりでなく麺類やパンなどを購入する頻度が上がっていたことを想定した変更とであろう。また、日毎の列のいちばん下に空欄が設けられ、中村は度々日常的なできごとなどを書き記している。1957年の家計簿は同様のレイアウトだったが、1月30日には、タクシー代として140円が計上されている。翌31日に長女が生まれているので、おそらく病院へのタクシーであろう。家計管理のツールが同時に日記代わりとなり、個人のプライベートも記録されていることを、改めて考えさせられる。

中村喜美子が使用した1955〜1957年の家計簿は従来の「主食・副食」という食事様式を貫き通しているが、その後は変化が生じる。1959年の家計簿（主婦の友社製）では、それまでとは構造が大きく異なる。食費の列は6つの空欄に分けられているが、中村は自らそれぞれに「主食」「野菜海草」「魚・肉」「調味料」「嗜好品」「計」と書き込んでいる。(図2) つまり、それまでの「主食・副食」型ではなく副食を素材別に考えるようになっていたことが伺える。



自　月　日（予算）			食費						住居光熱	被服
収入	日	摘要	主食	野菜海草	魚肉	調味料	嗜好品	計		
		（前からの繰越）	150	142	287	144	150		2,500	320
	7.	油揚					20			
		菓子. 魚			20		50			
		ほうれん草		22				122		
	8.	小松菜. わかめ.		24						
		うどん. ソーセージとう菜	56	12	50					
		菓子. たくあん. キャベツ.		44			80			
		揚	248		20					
	9.	油. 豚. ケチャップ.				164				
		卵. ミカン.			120					
		菓子.					60			
		大根干	360	14						

図2　1959（昭和34年）「日記兼用家計簿」抜粋（独立行政法人国立女性教育館中村喜美子資料提供）

前述のように、これは何も中村一人に限った変化ではなく、社会全体のゆっくりした意識変革の反映とみるべきであろう。つまり、1959年までに、中村は食事様式のみならず、栄養学的知識を導入して献立作成をするようになっているのであり、ここには素材を中心にした素材・栄養中心型の影響があると思われる。

この仮説を裏付ける証拠として、翌1960年には中村自身が書き込んだ「主食」「野菜海草」「魚・肉」「調味料」「嗜好品」と酷似する家計簿が主婦の友社から発売され、中村もそれを使っている。この家計簿は「主食」「野菜」「魚・肉」「調味料」「嗜好品」と「海草」の二文字を除けば中村の分類とまったく同じである。家計簿の編集者らによると、利用者の声を反映して改定したという。その後、中村の1961～1964年分の家計簿も主婦の友社製たったため、同様のフォーマットとなっている。1964年になると中村は毎日の空欄にレシピや献立などを書き込んでいる。

1960年の改訂版家計簿の冒頭には「使ってみた方の質問に答える」という新しいコラムが収録され、そのなかで利用者からの質問に編集者がまとめて回答するかたちで、食をめぐる次のようなQ&Aが展開された。

> 問「食費は主婦のいちばん苦心するところ。栄養的に片よらない食事ができているかどうかが見やすい記入法は？」「副食費一日200円ときめているが、これが実行しやすい方法は？」「外食費を別にしたいが？」

そのうちの偏らない記入法に関する問いに対し、同じ見開き2ページの記入例を参照しながら編集者はこう返答している。

栄養的に見たい場合‥記入例①は、主食（カロリー源となるもの）、魚・肉など（玉子、牛乳、豆なども入れ、蛋白質食品全部）、野菜（海草を含め、ビタミン、ミネラル源となるもの全部）に大別していますが、蛋白質食品を動物性と植物性に分けて、「魚・肉など」には動物性の食品を、4の空欄に植物性食品（豆とその製品）を記入する。

このやりとりは、中村などが使った家計簿が、家計管理を超えた役割を果たしていることを物語る。編集者側は健全な家計と栄養豊富な食事とを関連付けて、家計簿利用者が家計と栄養を両立できるよう設計・改定していたといえるだろう。なお、記入法は素材・栄養中心型になっており、従来の食事様式型家計簿とは異なる点が多い。しかし同時に、編集者らが空欄を使って外食費や副食を記入する工夫を促し、副食という独自の分類へのこだわりに応えているのは印象的だ。このころの婦人雑誌は、「副食」のレシピはまだ多数登場していたのだが、中村が1959〜1960年に使った家計簿などに見える素材中心の素材・栄養中心型とは切り離され、いってみれば棲み分け状態なのである。

要点を整理すると、1955年時点では中村の献立作成は「主食・副食」という概念に基づいていたが、60年代になるとそれが素材重視の素材・栄養中心型へと徐々に変化していったといえる。1959年前後の家計簿がターニングポイントと思われる。その家計簿は引き続き「主食」を維持しながら「副食」を素材・栄養中心型の「魚・肉」や「野菜・海草」など、素材別に細分されている。中村の1960〜1964年の家計簿をみると、副食という区分は見当たらず、家計簿メーカーも同様に素材別表示に切り替えている。しかし1965年から、形姿を変え「主食・副食」型の食事様式は主婦の友社製の家計簿に再登場する。(図3) この年から、大区分「主食」「副食」が復活する。しかし後者の小区分として「魚・肉など」と「野菜」そして「副食計」の欄がある。外食、調味料、嗜好品などは、別に記載されている。つまり、食事様式型と素材・栄養中心型がうまく融合している。家計簿のこの変化は、利用者の意識変革と同調していた。

このように、1965年ごろを堺に、栄養学的知識は伝統的な食事様式に組み込まれ、ハイブリッドな献立

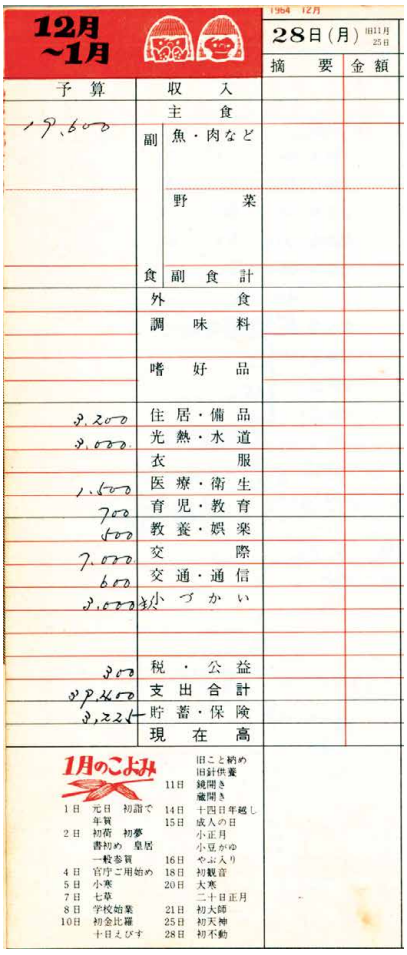


図3　1965（昭和40年）「65日記家計簿」抜粋（独立行政法人国立女性教育館中村喜美子資料提供）

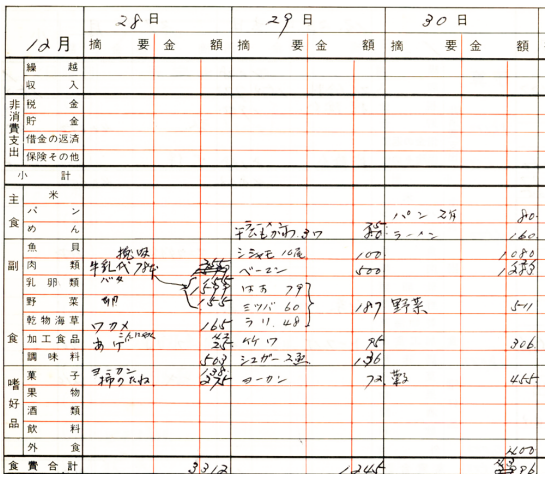


図4　1972（昭和47年）「生協の家計簿：昭和47年」抜粋（独立行政法人国立女性教育館中村喜美子資料提供）

法が完成したといえよう。言い換えれば、中村喜美子のような家計簿を使用した多くの主婦は馴染み深い食事様式型の献立法と栄養学的知識を自らの生活状況などに照合して実用的な連結を図った。そして1972年には、中村が当時の横浜生協の組合員として編纂の中心を担った「生協の家計簿」が誕生したのだが、大区分「主食」に小区分「米」「パン」「めん」そして大区分「副食」に小区分「魚貝」「肉類」「乳・卵類」「野菜」「乾物・海草」「加工食品」「調味料」と並んでいた。さらに「嗜好品」も細かく「菓子」「果物」「酒類」「飲料」「外食」と分類されている。(図4) 上述の1955～1972年に中村が使った家計簿は表1で比較されている。

表1では1955～1972年、中村喜美子が使用した家計簿の主な食品分類をまとめて比較しているので参照されたい。

1955	1959	1965	1972
主食類	主食	主食	主食
副食費	野菜海草	副食	・米
調味品	魚·肉	・魚·肉など	・パン
嗜好品	調味料	・野菜	・めん
	嗜好品	外食	副食
		調味料	・魚貝
		嗜好品	・肉類
			・乳·卵類
			・野菜
			・乾物·海草
			・加工食品
			・調味料
			嗜好品
			・菓子
			・果物
			・酒類
			・飲料
			・外食

表1　1955～1972年中村喜美子が使用した家計簿の主な食品分類の比較

結論

家計簿がずらりと本屋にもアプリストアにも並ぶ今日、その家計簿に記録されているひとつひとつの取引やメモなどには、同時代の社会事情が、克明に映し出されていることを立ち止まって考えるべきではないか。本論文では、日本における近代的な家計管理概念の歴史とジェンダー性を取り上げ、19～20世紀には家計簿利用者の「主婦」が主人公となり、対する男性は家計管理の脇役に追いやられていたことを明らかにした。また、家計簿を食文化史の重要な一次史料としてみると、個人レベルでも国家レベルでも、そして科学的な観点からも、生活実情に根付いた実用的な観点からも食事様式、献立法、栄養学的知識の普及など、歴史文化のさまざまな側面の研究に資することを指摘した。最後に、家庭料理の歴史も家計簿から読み取れる側面が多いことに注目し、日本の家庭料理は必然的に今のかたちになったわけではなく、むしろ家庭料理の担い手だった多数の女性が伝統的な食事様式に新たな栄養学的知識を上手に組み込んで展開させてきたという歴史的過程の結果であると主張した。家計簿をつけることによって、彼女らは家計も栄養も管理し、伝統と変化との「うまい」バランスを図ったのである。

参考文献

Allinson, G., (2004). *Japan's Postwar History: Second Edition*. Ithaca: Cornell University Press.

Allison, A. (Oct., 1991). "Japanese Mothers and Obentōs: The Lunch Box as Ideological State Apparatus." *Anthropological Quarterly* 64, no. 4. (pp. 195–208).

Cwiertka, K. (2006). *Modern Japanese Cuisine: Food, Power and National Identity*. London: Reaktion.

Dore, R. (1958). *City Life in Japan: A Study of a Tokyo Ward*. Berkeley: University of California Press.

Hopson, N. (2019). "Nutrition as National Defense: Japan's Imperial Government Institute for Nutrition, 1920–1940." *The Journal of Japanese Studies* 45, no. 1 (pp. 1–29).

Ishige, N. (2001). *The History and Culture of Japanese Food*. London: Kegan Paul.

Sand, J. (2003). *House and Home in Modern Japan: Architecture, Domestic Space, and Bourgeois Culture, 1880–1930*. Cambridge: Harvard East Asian Monographs.

Stalker, N. (2018). *Devouring Japan: Global Perspectives on Japanese Cultural Identity*. New York: Oxford University Press.

Teuteberg, Hans. (2007) "The Birth of the Modern Consumer Age: Food Innovations from 1800." *In Food: The History of Taste*. Ed. Paul Freedman. Berkeley, University of California Press.

(1951)「余裕のない家計から貯金を生み出す：奥様のやりくり工夫集 」『主婦の友』12月、177–180。

(1956)「臨時収入と臨時費を中心にした：主婦と働く婦人の家計研究会」『主婦の友』6月、170–174。

羽仁もと子（2018）『羽仁もと子案家計簿2018年版』婦人之友社。

吉岡清子（1954）「食費にいくらかけたらよいか：二七八〇圓で必要栄養量をとる工夫」『婦人之友』10月、67–69。

経済企画庁調整局（1957）「国民生活の現状」経済企画庁調整局。

厚生省公衆衛生局栄養課（1959）「国民栄養白書昭和32年国民栄養調査成績」第一出版。

小泉和子（1998）『昭和台所なつかし図鑑』平凡社。

小泉和子（2002）『ちゃぶ台の昭和』河出書房新社。

小泉和子（2017）『パンと昭和』河出書房新社。

西川裕子（2009）『日記をつづるということ一国民教育装置とその逸脱』吉川弘文館。

青木茂（1964）「ボーナスを活かす：使い方・貯め方」『主婦の友』12月、327。

中村喜美子（1954–1972）「資料群32中村喜美子資料：家計簿」国立女性教育会館。

中村喜美子資料（2010）「女性アーカイブ資料調査」国立女性教育会館。

中村喜美子資料（2016）「中村喜美子さんのお話を聴く会」国立女性教育会館。

中里英樹（2000）「主婦の役割と家計簿」『近代日本文化論8女の文化』岩波書店、177–199。

田中穣（2003）『田中穣が見た羽仁吉一・もと子と婦人之友社100年』婦人之友社。

労働省婦人少年局（1958）「主婦の生活と意見：実態調査結果報告書」労働省婦人少年局。