



弁当の魅力

—キャラ弁・食育・絆—

The attractiveness of “bento”: character-bento, food-education, bonds-

旭 真里奈

Marina ASAHI

【要旨】

近年、手作りの弁当が注目されている。この論文では弁当をとりまく主張や動き、情報を整理し、現代の手作り弁当がもつ機能について考察する。1点目に、自分を表現する作品としての機能である。インターネット・ブログの普及により、不特定多数の人間に見せることが可能になり、弁当は「作品」としての機能を持つようになった。とくに顕著なのは、アニメや映画のキャラクターを形づくったキャラ弁である。作品としての弁当は家事労働につくるよろこびと見せるよろこびを与えた。2点目に、生きる力を育てる正しい食を学ばせる食育としての機能である。「弁当の日」、「弁当力」といった弁当を通じた食育活動が広がりを見せている。3点目に、作る人の愛情を食べる人に伝え、絆を深める機能である。しかし、弁当で表現される「絆」のありようは変化している。かつては、弁当は、かまどによって象徴される家族の食の共有を表現していたが、現在では、作る人と食べる人の一对一の絆を表現するものになっている。手作り弁当には、食べる人、作る人、観衆がもつさまざまな価値観がこめられており、作品としての弁当、教育としての弁当、絆としての弁当は、ときに、「正しい弁当」をめぐる論争を引き起こしている。手作り弁当には、食をめぐるさまざまな価値観が、お互いを参照し、肯定しあい、ときに衝突し合う、現代日本の社会を映し出す鏡となっている。

キーワード：弁当、キャラ弁、食育、絆

1. はじめに

近年手作りの弁当が注目されている。手作り弁当をめぐって、従来の空腹を満たす単なる携帯食とは目的も機能も異なった現象が生じている。

手作り弁当といえば、「愛情」や「絆」といった言葉が連想されるが、最近話題になっているのは「キャラ弁」と「食育」である。アート性の高い「キャラ弁」が正しい食であるかについて論争も起こっている。さらに、弁当の「愛情」と「絆」にも変化

が生じている。

この論文では弁当をとりまく主張や動き、情報を整理し、現代の手作り弁当がもつ機能について考察する。そして、手作り弁当が作る人、食べる人、観衆の価値観を映し出す鏡であることを明らかにする。研究対象は、キャラ弁を含めた手作り弁当の作る人と食べる人、その弁当を評価する観衆である。

研究方法は、基本的に、文献調査とインターネットによる調査である。文献調査では、弁当に詳しい文献や書籍、弁当のレシピ本、弁当が登場する少女漫画の内容を調査し、インターネットの調査では、弁当を紹介したブログ、レシピサイト、弁当に関するコメントを参照した。それらに加えて、キャラ弁作りを経験している女子大学生にインタビューし、弁当に関する講演会を聴講した。聴講した講演会は、平成 25(2013)年 12月 2日に開催された、「しずてつストア食育講演会・竹下和男が語る『弁当の日』」である。

2. 弁当の昔と今

日本において弁当の歴史は古く、時代の流れにあわせて、その姿と存在意義を変えてきた。そして近年、手作りの弁当はブームの最中にあるといえる。本章では、弁当の歴史と現代の弁当ブームについて述べる。本章では、とくに記載がない限り、小柳(1972)を参考資料としている。

2-1. 弁当の変化

1) 弁当のはじまりと幕の内弁当時代

弁当の誕生は、平安時代にまでさかのぼる。平安時代の宮中や貴族の間で宴が開かれたときに、握り飯が供の者たち下級の者に配られた。庭に多くたむろした人たちに供されたので屯食(とんしょく)というようになった。この握り飯の屯食が弁当の発祥だといえる。

弁当は軍用の腰兵糧(こしひょうろう)、すなわち腰弁当¹⁾として、あるいは旅行用、物見遊山に、また戸外で長時間にわたって作業をつづけるときなど、古い昔からさまざまな場合に持参された。腰弁当、略して腰弁というのは、江戸時代に勤番の下侍が袴の腰に弁当をさげて出土したことからいわれるようになった言葉である。そして、明治時代になると腰弁は「腰弁族」と勤労者の一群を指すようになったが、馬車に乗る階層でも腰に結わえないだけで、当時は弁当を持ち歩いたものである。外食が安価にできない過去においては、長時間の外出のときには必携のものであった。

18世紀の後半以降に、庶民の間で物見遊山や芝居見物が風俗化して、食事を楽しむ風習が一般的となると、富裕な町人層の弁当は贅沢なものとなる。芝居見物では、芝居そのものと同時にそこで食べる楽しみも加わり、見物席の榭越しに隣近所と手持ちの料理を分け合う風習も生まれ、弁当は豪華なものとなった。これを専門につくる仕出し屋もできた。幕の内というのは、この芝居弁当の簡便化されたもので、芝居小屋では幕の内を取り寄せて見物客に売ようになった。仕出し屋の弁当は芝居見物用だけでなく病氣見舞の贈り物や普段の外出時にも利用されるようになり、明治から大正にかけて上層市民を相手に、そば屋や寿司

屋などの大衆食べ物店とはまた別途な発展をした。大衆相手の仕出し屋も明治時代になるとでき、官公庁の職員や釣り人を相手におおいに繁盛した。

2)腰弁時代

通勤・通学の弁当は、明治末から大正時代にかけて慣習化された。近代的な産業が興隆期に入って、都市では通勤者が増え、教育制度が整備されて学校へ通う者が多くなったためである。腰弁という言葉が、連日、外で働く人たちの代名詞のようになったのはこの頃からであった。握り飯に梅干し、たくわんが普通で、ときに塩鮭や煮豆が加えられた。その後、日露戦争後の明治40年頃から、握り飯をもつ勤労者は減りだした。明治30年頃から市販され始めたアルミニウムの弁当箱が普及をみたからである。アルミニウムの弁当箱が出回ったため、それまでの漆塗りの木製弁当箱は数を減らしていった。

これらの弁当は、初めのうちは昼時の空腹を満たせば事足りる粗食弁当であったが、次第に弁当を楽しむことができる内容に変わってきた。学校での弁当持参が一般的となった大正時代以降には、東京、神奈川、埼玉などでは、のりにしょうゆをつけてご飯の間にはさみ、二段、三段と重ねた弁当が流行した。おかずは塩鮭か卵焼きが好まれた。また、高等女学校の生徒に好まれた弁当は、近所で買うあんパン、ジャムパン、クリームパンやハムサンドで、学校に来るパン屋から買うこともあったという。雑誌、新聞、料理書などには弁当のヒントが掲載されるようになった(江原ほか 2009)。小柳(1972)は「弁当が嗜好的な内容に変化したことは、職場または学校における昼食時で

の“弁当の見栄”に拍車をかけることになったとあってよいだろう」としている(小柳1972)。

昭和6(1931)年に小林完の『児童のお弁当百種』が出版された(小林 1987: 220)。子供の好き嫌いを矯正する方法、「食パンにバター又はジャムを用いるのとみそを用いるのではどちらがよいか」といった弁当を調えるうえでの注意について書かれている。『児童のお弁当百種』に次のような記述がある。

せめて一週五日のお弁当だけは、本当に子どもの為の栄養と味覚を主として調べてやる必要があります。(中略)お弁当位何でも腹いっぱいにならなければよいと考えるのは大きな間違いであるのであります。(中略)家庭で調べて呉れたお弁当に、歓びを期待する子供と、弁当を開いても、コソコソと隠しながら急いで食べる子供とは、その情操教育上、自ら大きな差が生じて、それが精神上に及ぼす影響は、決して少なくないのであります(小林1987)。

この記述から当時“弁当の見栄”が存在していたこと、弁当に対する意識の高さが読み取れる。「情操教育上」という文言からは、第4章で詳しく扱う「食育」が連想される。

3)日の丸弁当時代と新腰弁時代

日の丸弁当とは、白米の真ん中に梅干しをのせた、日本の国旗のようにみえる弁当である。第二次大戦中には、戦場で戦っている兵士を偲ぶため、週に一回はこれを職場や学校に持って行かねばならなかったといわれている。

明治30年頃から普及をみたアルミニウ

ムの弁当箱は酸に弱く、ご飯を詰めた中心上部に梅干しを入れると、毎度同じことをやっているうちに弁当箱のふたの梅干しが当たる部分が腐蝕して穴が開き、昭和ひとけた時代まで、弁当持参族の話題となったものである。

1965年の読売新聞には、「1965年ころまで『オール腰弁時代』だった」とある。実際にはオールではなく、外食をするものもいた。大正7(1918)年に、非営利で、地方公共団体または社会事業団体の直営あるいはその指導監督下で営業される清潔な食事を提供する食堂が開設され、順次全国に広まった。この事実は山田(1982)の『簡易食堂事始』という論文に詳しい。論文の副題は「一善飯屋から簡易食堂へ、そして腰弁生活から職場給食へ—食風俗文化史的変換のひとこまとして—」である。1970年代以降はコンビニエンスストア、ファーストフード店、ファミリーレストラン、持ち帰り弁当屋等の出店が続いた(荒井ほか 2011)。1972年出版の『食生活の文化的考察 食べ物と日本文化』では、「飲食店の発達に反比例して漸次、弁当持参の風習はうすれていった。とくに、太平洋戦争後には小学校で学校給食が開始され、街には大衆食堂やレストランがたたくさんでき、外食が手軽にせきるようになると、弁当を持ち歩くわずらわしさも手伝って、弁当を持ち歩く人は少なくなった」(小柳 1972: 146)と記述している。

しかし、昼食の選択肢が増えていく中でも「腰弁」が激減することはなかった。外食と中食の両産業は家庭の味をめざし、手作り弁当はかつての前夜の残り物や塩鮭、梅干し、ごま塩ご飯などの定番だけでなく、

コールドチェーンの発達により冷凍食品やレトルト食品を駆使して冷めてもおいしい工夫をするようになった。器は多くの中から選択されるようになり、栄養だけでなく、見栄えや温度管理など外食に劣らないものが登場するようになった。多くの料理本の出版や、多種多様な弁当箱の登場は、弁当の内容を豊かにし、盛り付けも含めて手作り弁当を外食に近づける結果となった。これまでの弁当作りの苦労も軽減された。1965年の読売新聞には「戦後しばらく続いた、あのいじましい『旧腰弁時代』(読売新聞 1965年6月13日付)」という記事がある。この記事以降、次第に「腰弁」という言葉は「愛妻弁当」(読売新聞初出 1965年、朝日新聞初出 1975年)に置き換わっていく(荒井ほか 2011)。

弁当の内容をより豊かにする用具や専門食品、「腰弁」のわびしいイメージを払拭する「愛妻弁当」という言葉の登場は、弁当に新たな価値を与える「新腰弁時代」の到来を導いたと考えられる。

2-2. 現代の弁当事情

1) 世界から注目を集める「bento」

尾鍋(2004)によれば、弁当はもはや、日本の文化現象として「bento」で通じるという。

平成 23(2011)年 12月 11日、イギリスのBBC ニュースは、日本での弁当の見た目の大事さとキャラ弁の流行について伝えている(「BBC News 『Close up Japans amazing lunchboxes』」ウェブサイト)。

ウェブサービス「お弁当アート～世界に誇る日本文化」を運営する企業「はんぶんこ」が、「お弁当アート Facebook²⁾ ページ」

の利用状況を調査したところ、東南アジアの10代~20代の女性を中心に、日本のお弁当に対する関心が高まっていることが明らかになった(「世界に誇る日本のお弁当アート」ウェブサイト)。「お弁当アート」へはtwitter³⁾を介して簡単に投稿することができ、「お弁当アート Facebook ページ」においては優秀な弁当として選ばれた弁当の写真が1日に1枚掲載されている。

「はんぶんこ」によると、「お弁当アート Facebook ページ」に「いいね!」をした人のうち、78.8%がフィリピン、ベトナム、インドネシア、タイの東南アジア4カ国の人が占めていると判明した。さらに、「いいね!」をした人の76.8%は24歳以下の女性であることもわかった(「IRORIO」ウェブサイト)。

「キャラ弁」ブームがきっかけとなり、日本人の食に対するこだわりや繊細な心遣いが、海外のメディアで驚きをもって取りあげられるケースが増えているのである。

2)弁当持参率の増加

新腰弁時代が幕を開けた1965年以降、弁当持参率は微妙に増減を繰り返しながら、近年着実に増加している。

1965年に読売新聞が行った調査(対象:4307世帯)では弁当持参者は25.1%だった(読売新聞 1965年6月15日付)。1988年の朝日新聞の調査(対象数不明)では、サラリーマンとOLの弁当持参率は39%(朝日新聞 1988年12月27日付)、1989年(対象:サラリーマンとOL各100名)はサラリーマン12%、OLは39%だった(読売新聞 1989年3月8日付)。2009年のミツカンによる調査(対象:20代から50代の保育園または幼稚園児を子にもつ男性)では、週5日弁

当を持参する人は30%、週1日から4日持参する人を含めると50%だった。一人暮らしをする若手社会人を対象にした一人暮らしに関する意識と実態調査(2010年、株式会社インターネット調査、有効回答数1,000名のうち男性297名、女性703名)によると、弁当を「ほぼ毎日作っている」と回答した男性は11.1%、女性は24.1%、「週の半分以上は作っている」は男性6.9%、女性8.8%であった。また、サラリーマンとOLを対象にした外食事情調査(2008年、株式会社インテージ、ネットモニター、20~59歳の男2,400名)では、「昼食として最近増えたもの」は「家からの持参弁当」で、36%を占め、「コンビニなどで購入したパン、おにぎり、カップめん」は22%、「最近減ったもの」は「レストラン、定食屋などでの外食」で43%だった。「職場に弁当を持っていき始めた時期」の問いには30.0%が1年以内と回答している。尾立順子の調査でも学生の自宅からの弁当持参率は40.7%に及んでいる(尾立 2010)。

調査対象や人物が同一ではないため、正確な比較検討は困難だが、弁当持参率が近年確実に伸びていることは明らかである。

3)弁当関連の出版物

「料理」または「弁当」をタイトルに含む書籍の年間出版数は増加する傾向にある。1980年から2010年の30年間で、料理本の年間出版数は31冊から315冊に増え、弁当についての書籍は3冊から54冊に増加した。弁当関係の書籍は2004年頃から増加傾向となり、2007年頃から急激な増加がみられた。2009年は出版数が最も多く、79冊であった。料理の書籍も同様に2009年に最も多い出版となり、372冊であった(荒井ほか

2011)。

佐藤剛史による『すごい弁当力！子どもが変わる、家族が変わる、社会が変わる』(佐藤 2009)は平成 21(2009)年 10 月 25 日放送の「エチカの鏡」(フジテレビ系列)において紹介されたのを契機として、新聞や雑誌の誌面にも掲載され、大きな話題を呼びベストセラーとなった。弁当に関する出版物は手作り弁当のレシピ本のみでなく弁当がもつ機能、弁当に関するエピソードについて述べている。弁当に関する多種多様な書籍の登場と出版数の増加は、近年の弁当ブームを物語っている。

3. 作品としての弁当

近年高いアート性をもったキャラ弁が話題である。弁当を紹介するブログは多く存在し、手作り弁当は作品としての機能を担っているといえる。

この章では、まず弁当を見せたいという意識について述べたあと、見られることを意識した弁当の代表的な存在としてのキャラ弁をとりまく現状がどのようなものかについて述べる。次に、弁当作りを趣味とすることについて論じたのち、最後に日本において弁当の見た目、とくにいろどりが重視される理由について、尾鍋(2004)の考えをもとに論じていく。

3-1. 見せたいという意識

北海道文教大学における調査結果から、手作り弁当持参の理由をまとめたものがある。No.1~8 は、弁当作りの目的として広く言われるものであるが、No.9 の誰かに見せたいという意識はブログが一般化して

から顕著になった現象である(荒井ほか 2011)(表 1)。

高田(2004)は 1970 年代半ばあたりから「食の趣味化・豪華化」の傾向が顕著になったと述べている。第 1 章でもすでに述べたが、通勤・通学時の弁当は明治末から大正時代にかけて慣習化され、嗜好的な内容に変化していった(小柳 1972)。小柳(1972)は、弁当が嗜好的な内容に変化したことは、職場または学校における昼食時での「弁当の見栄」に拍車をかけることになったといっている。弁当は 1970 年代においてすでに見られることを意識して作られるものであったと考えられる。

インターネットを通して気軽に情報を発信できるようになった現代、弁当は職場または学校においてのみでなく、不特定多数の人間に対しても見せることが可能なものとなった。荒井(2011)は、ブログにアップされる膨大な数の弁当は、どれも「見られること」を意識して作られ、撮影されたものであると指摘している。見られることが意識されている弁当として、顕著な存在なのが「キャラ弁」である。

3-2. キャラ弁をとりまく現状

1)キャラ弁概要

キャラ弁とはキャラクター弁当の略称であり、アニメの主人公や人間、動物、行事や風景などを、様々な食材を駆使して、明確に表現する弁当のことをいう。

キャラ弁の全国版の新聞での初出は朝日新聞の 1997 年であるが、北海道新聞朝刊には 1996 年の「これがお勧め幼稚園弁当」という欄に「キャラクター弁当」を勧める投書がある。それに先立つ 1993 年、ブティッ

表1 弁当持参の理由

| No | 弁当持参の理由 | 時期 |
|----|---------------|-------------|
| 1 | 昼食として他に選択肢がない | 弥生～ |
| 2 | 外食にためらいがある | 大正～昭和 30 年頃 |
| 3 | 外食は高価 | 大正～ |
| 4 | 食事時間が自由 | 大正～ |
| 5 | 好きなものが食べられる | 大正後期～ |
| 6 | 栄養のため | 昭和 10 年～ |
| 7 | 健康のため | 平成～ |
| 8 | 弁当作りが好き | 平成 10 年頃～ |
| 9 | 誰かに見せたい | 平成 10 年頃～ |
| 10 | 一家団らん | 平成 13 年～ |
| 11 | 食べものの命をイメージ | 平成 13 年～ |
| 12 | 子供の感性を磨く | 平成 13 年～ |
| 13 | 人に喜ばれる | 平成 13 年～ |
| 14 | 感謝の気持ち | 平成 13 年～ |

荒井ほか(2011)より転載

ク社から『キャラクター弁当で作ろうかわいいおべんとう』が出版されている。作家が明記された本は、2000年に出版されたブレネクユキコの『キャラクターいっぱいのおべんとう』が早い。

キャラ弁を含め、弁当を主役にしたホームページやブログは数多く存在する。いずれも工夫を凝らした自慢の弁当の写真や作り方が紹介されている。個人が運営するホームページやブログのみでなく、様々な料理のレシピが投稿されるサイトにおいても数多くのキャラ弁のレシピの投稿がなされている。2000万人以上が利用し155万を超えるレシピを扱うサイト「クックパッド」では、投稿されたキャラ弁に関するレシピは1万5698点に達している(2013年10月6日現在)。キャラ弁のレシピの投稿はもはや定番化している。

2)キャラ弁を軸に活躍する人々

2003年に宮澤真理が「お絵かきお弁当」を発売するサイト「e-お弁当作っちゃいま

した!」を開設した。宮澤真理はお弁当アーティストとして、オリジナルの「お絵かきお弁当」の料理レシピを考案しており、現在のキャラ弁界の第一人者的な存在といえる(読売新聞 2006年5月20日付)。宮澤真理は2010年にはバーチャル美術館サイト「お絵かきお弁当美術館」を開設している(「お絵かきお弁当美術館」ウェブサイト)。宮澤真理がサイトを開設したころから、主婦がインターネット上で自作の弁当を発表するようになった。(荒井ほか 2011)。

ブログを閲覧するアクセス数を競うブログランキングで、常に上位にランクインされる「人気ブロガー」のブログの内容をまとめた料理本の出版も近年相次ぎ、「レシピブログで夢をかなえた人たち」(井垣 2009)という書籍も出版された。「人気ブロガーたちがどのようにして本を刊行して夢を実現したのか。普通の主婦が人気料理研究家にな!?!」という書評を見るとおり、ブログが料理研究家への登竜門のひとつとなってい

る(荒井ほか 2011)。

ハンドルネーム「akinoichigo」という主婦を例として取り上げる。「akinoichigo」はブログから弁当のレシピ本の出版、そしてテレビや講演会への出演をも果たした。2005年から娘の好き嫌いを克服するためにキャラクター弁当作りを始め、同時に弁当を紹介するブログを立ち上げている(「わくわくキャラクター弁当」ウェブサイト)。2008年には『わくわく!キャラクターのおべんとう』を出版し、「キャラ弁」の本として初めて8万部を超える大ヒットとなった。その後「akinoichigo」は2012年3月までにキャラクター弁当関係の著書だけで12冊を出版している。『akinoichigoの全プロセスつき!おかずキャラ200 図案・型紙つき』にはキャラクターの型紙が付録として付き、『akinoichigoの簡単!絵本のおべんとう』では絵本に登場するキャラクターを扱うなど、それぞれテーマが異なっている。自身の著書以外の弁当のレシピ本や雑誌、味の素冷凍食品株式会社やHONDAホームページ内にある子育て応援サイト「HONDA KIDS」など企業へのレシピ提供や監修も手がけている(「味の素冷凍食品株式会社ホームページ」、「HONDA KIDS」ウェブサイト)。さらに2007年5月から7月まで関東ローカルの情報番組「朝はビタミン」にも出演している。

キャラ弁を紹介するブログがきっかけとなり本の執筆や監修、テレビ出演にまで活動の幅を広げている人々の存在はキャラ弁の影響力の大きさを物語っているといえよう。

3)キャラ弁コンテスト

企業や団体が主体となって、「キャラ弁コ

ンテスト」が開催されている。味の素冷凍食品株式会社では「冷凍食品で作ろう!キャラ弁コンテスト」を開催しており、2013年で4回目の開催となった。キャラクターや関連商品の開発を行う企業での開催もあり、「サンリオ」では2007年から毎年開催され、4回目となる「2010年サンリオキャラ弁コンテスト」、「バンダイ」では2009年に「第3回バンダイキャラ弁コンテスト」が開催され、ホームページ上に審査結果が掲載されている(「バンダイ幼稚園ネット」ウェブサイト)。

キャラ弁コンテストを通じて地域おこしに取り組んでいる例もある。生活情報サイト「All About」と日本デコずし協会は2013年10月9日現在「東北応援!キャラ弁&デコ巻き寿司ご当地キャラクターデザインコンテスト」への出品と投票を受け付けている。「作るを楽しむホビークッキング」を通して、東北復興を応援するために、東北6県のご当地キャラクターをモチーフとしたキャラ弁、デコ巻き寿司のデザインコンテストを開催している。東北には青森下北の「べこもち」、秋田横手の「寿司まんま」など、餅や巻き寿司の断面に図柄を描く食文化があり、自然のモチーフを食の中に取り込み楽しむ創作は、現代のキャラ弁やデコ巻き寿司に通ずるものがある。東北各地域のシンボルであるご当地キャラクターをキャラ弁やデコ巻き寿司のモチーフにすることで、日本に東北の地域の魅力を伝えていきたいという(「東北応援!キャラ弁&デコ巻き寿司 ご当地キャラデザインコンテスト」ウェブサイト)。

直接食とは関係しない企業によるキャラ弁コンテスト、地域おこしのためのキャラ

弁コンテストが開催されていることは、キャラ弁への注目を利用した企業と地域のアピール効果を期待したからだと考える。ここにもキャラ弁の影響力の大きさをみることができる。

3-3. 趣味としての弁当作り

1) 弁当作りは「趣味みたいなもの」

弁当作りを趣味とする寺島敦子について取りあげる。「食べることは暮らすこと」とうたう、雑誌『うかたま』は2006年春号の「特集 今日はお弁当」の中で「お弁当は“自己表現”の場 進化を続ける“キャラ弁”と見出しにあげ、在宅勤務をしながら主婦業をこなしている寺島にインタビューをしている。寺島が作るキャラ弁のモチーフは人気のキャラクターにとどまらず、政治家、お笑い芸人など多義にわたり、山、川、桜の木など春の風景をモチーフにしたものにも挑戦している。2006年当時、夫と5歳と2歳の娘2人の4人家族である。

寺島は弁当作りのきっかけとして「始まりは2年前。長女のお弁当なんです。残さずしっかり食べてくれるようにと、娘が好きなアンパンマンやディズニーのキャラクターなどを作ってみたんです」と話している。それが寺島をそれまでとは違ったお弁当作りの面白さに気付かせるきっかけとなった。もともと手先が器用だったこともあって、次々に新しいキャラクターに挑戦した。しばらくして、自身のブログを立ち上げた頃から、文章と連動するようなビジュアルのお弁当も手掛けるようになった。娘の給食が始まってからは、その腕は夫の弁当に発揮されるようになる。

「お弁当を作っているときは、家族はま

だ寝ているし、テレビもつけてないので、すごく静か。主婦って一人で何かに集中する時間がほとんどないので、没頭できる時間そのものが自分にとっては大切なのかも」。お菓子作りや手芸との違いについては、「たぶん、私は合理的なものが好きだと思うんです。たとえば、お菓子なら毎日作らなくてもいいですよ。お弁当は毎日必要なものだから、続いていると思うんです」と述べている。寺島にとって、弁当作りとは何かという問いに対しては、「自分でもよくわからないんですが、趣味みたいなものでしょうか。とくに、最近では、本当に自分が作りたいものだけをつくっているの」と笑顔で答えたという。毎日残さずに食べてくれるが、キャラクターについてはコメントしないという夫について、寺島は「お弁当は私の趣味だと思ってそっとしておいてくれているのかも」と話している(うかたま 2006年春号)。

2) 趣味にしてしまうという手段

第1章で述べたように、手作りの弁当はかつて「腰弁」と表現され、わびしいイメージがあった。1965年の読売新聞の「戦後しばらく続いた、あのいじましい『旧腰弁時代』」(読売新聞 1965年6月13日付)という記事が、腰弁の立ち位置を物語っている。最近のインターネットサイトでも「節約だけじゃない!?お弁当の意外なメリットを徹底調査!」(「OCNお弁当クラブ」ウェブサイト)と表現されるように、節約は手作り弁当の大きな目的のひとつである。

さらに、弁当作りは手のかかる家事のひとつでもある。その証拠に、弁当作りに関する苦労話はたえない。人気子育て漫画『ママはぷよぷよザウルスがお好き』のなかで、

主人公は「お弁当作りなんか大嫌い！」と叫ぶ。「毎日毎日こんなことマジメにやっていると...」「だんだん朝起きるのがイヤになり、主人公は「お弁当恐怖症」にかかる(青沼 1995: 109-111)。

インターネットサイトでも、幼稚園の弁当作りは頭痛の種として扱われている。

ただでもめんどろなおべんとう作り。ただでもめんどろな夏の食事作り。さらに食中毒にも気をつけなきゃならないとなると、ますますおっくろな夏のおべんとう作り。

ここでは「安全で簡単な夏のおべんとう作り」のコツを紹介します(「食中毒が気になる夏のお弁当作りのコツ 夏の幼稚園弁当」ウェブサイト)。

手作りの弁当は「わびしい」、「節約」、「めんどろ」といったマイナスのイメージがつきまとうものであることがわかる。

弁当作りは「趣味みたいなものでしょうか」(『うかたま』第2号: 41)という寺島の言葉があった。弁当作りを趣味とするということは、弁当作りにつきまとうマイナスのイメージを払拭することを可能にすると考えられる。

石毛(1991)は、「あとかたもなく消費されてしまう料理という作品を、いちばんよく鑑賞できるのは料理の作り手である。家事労働からはなれた趣味としての料理づくりは、芸術作品の創造にも通じる『つくるよろこび』をもっている」と述べている(石毛 1991)。弁当作りを趣味とすることで、家事労働のひとつであった弁当作りは、「つくるよろこび」を与えてくれる価値のあるもの

に姿を変えるのである。

さらに、寺島が「たぶん、私は合理的なものが好きだと思うんです。たとえば、お菓子なら毎日作らなくてもいいですよ。お弁当は毎日必要なものだから、続いていると思うんです」(『うかたま』 2006: 41)と話したように、弁当作りは趣味とするのにふさわしいと考える。毎日必要であるうえに、3種類の観衆が存在することで「見せるよろこび」を与えてくれる。3種類の観衆とは、まず、弁当を食べる人間、次に、食べ手の周囲にいる人間、そしてインターネット、ブログを通しての不特定多数の人間である。

弁当作りを趣味とすることは、マイナスのイメージをもった家事労働を、「つくるよろこび」と「見せるよろこび」を与えてくれる価値のあるものにする、ひとつの手段であると考えられる。

3-4. 見た目が重視されるのはなぜか

「中華料理は味で食べ、西洋料理は香りで食べ、日本料理は色で食べる」というようなことがいわれていますが、お弁当にしてもおいしく食べることはもちろんですけど、色どりが美しく、見ただけで食欲がわき、胃液が分泌されるようであればなりません(御厨 1952: 18-19)。

尾鍋は、上の文章を引いて、なぜ日本で弁当の見た目、とくにいろどりが重視されるようになったのかについて、不可視の栄養を可視にしようとする思想が弁当のいろどりに表れていると主張している(尾鍋 2004: 168)。尾鍋によれば、不可視の栄養を可視にしようとする思想は、栄養をいろど

りに重ねようとする三食運動から始まり、それはやがて眼の口に対する優位を導いたという。見た目と色が重視されていく過程を、尾鍋(2004)の主張から見ていこう。

1)色彩に栄養を重ねる運動

日本では、色彩が栄養のバラエティを表すとされた時代がある。和食でいろどりを美しさとして重んじる姿勢は古くからあるが、日常食である弁当で栄養といろどりが緊密に結びついてバランスをなすと考えられるようになったのは、高度成長期以降である。

1950年代に、栄養の組み合わせを色彩に置き換え始める運動が起こった。1953年に、栄養三色運動で知られる栄養改善普及会が創立された。三食運動とは、栄養上必要なたんぱく質、カロリー源、ビタミン・ミネラル源の3つの成分を色彩によって分類し、バランスのとれた栄養の理論を日常生活に習慣づけようというものである。この分類法を三色分けと呼ぶ。栄養の分類にはほかにも様々な方法があったが、色彩に栄養を重ねるという方法が一番理解しやすかった。この運動は、以下のように1977年の小学校家庭科指導要領の資料の食品群の分類法の中にも表れ、高度成長期を通じて市民権を得て、文部省から追認されたことになる(表2)。

三色分けが広く受け入れられた理由を尾鍋(2004)は3点あげている。まず、色には原色名があり、聞き慣れない栄養素よりも記述しやすい。次に、三食分けした図表ならば、児童に伝えやすく、ひと目でわかる。3番目に、すべての食品がきれいに三食に分けられるという理論は耳に入りやすい。だが、表2を見てもわかるように、栄養カ

テゴリーの色彩と食品の実色は必ずしも一致しない。色彩は、栄養を比喩的に表した、あくまで便宜的なものにすぎなかったし、それは周知のことであった。

2)色彩と栄養の逆転

元祖の栄養改善普及会は一貫して色彩は栄養カテゴリー名としてのみ使用している。にもかかわらず、便利な三食分類やその応用はますますメディアに普及し、実物の色と誤解されていく。同時に二次的であったはずのカテゴリーの色そのもののリアリティも増していく。

そもそも野菜の色と栄養素は必ずしも一致しない。たとえば、眼には濃厚な色をしているピーマンやトマトは、厳密な栄養学的定義からいえば緑黄色野菜ではない。だが、1982年にはこれを栄養上の厳密な定義から淡色と呼ぶことはもはやばかられたようで、例外として緑黄色に入れられている。これは、眼で食べる色と口で食べる色の一致のため、栄養学的定義が譲歩した一例といえる。

トマトやピーマンを駆使したカラフルな幼稚園弁当マニュアルは、1980年代後半には単独で出版され始めた。さらに進んで、1990年代にメディアでは、実物の色のカテゴリーが栄養カテゴリーに取って代わり始める。1992年、パッチワークを作るように色のバランスを考えた弁当のレシピ本『おべんとう—見ておいしい食べておいしい』(滝沢 1992)が出版された。これは栄養素とは無関係にすべて食物をまず色で分類し、組み合わせで弁当をつくる発想へとつながる。1997年出版の弁当本『栄養バランス満点カラフルお弁当』の、黄色カテゴリーを見てみる。

表2 三色運動による食品群の分類法

| | | |
|----|-------------|------------|
| 赤群 | 血や肉をつくる | 牛乳、乳製品、卵類 |
| | | 魚類、肉類、豆類 |
| 黄群 | 力や体温となる | 穀類、芋類、砂糖 |
| | | 油脂 |
| 緑群 | からだの調子を良くする | 緑黄色野菜 |
| | | 淡色野菜、海藻、果物 |

尾鍋(2011)より転載

黄色といえはかぼちゃやコーンなどの野菜やさつま芋のほかに、1日1個はたべたい卵やカルシウム源にはもってこいのチーズなどの色でもあるので、心がけてお弁当に入れてみましょう(伊藤 1997: 55)。

このように栄養カテゴリーを完全に無視した、実物の色でグループ分けされている。

これらはそもそも栄養を色彩にたとえなければありえなかった現象であり、眼と色の口に対する優位を表している。いろどりはすっかり栄養バランスに取って代わり、眼は口を圧倒した。

尾鍋(2004)の言葉を借りれば、見た目重視の色とりどりなキャラ弁は眼の口に対する優位により登場したと考えられる。優位どころか、眼が一人歩きしたような現象ともいえる。

4. 食育としての弁当

手作り弁当は食育としての機能を担っている。2003年、竹下和男が始めた子供の教育のための「弁当の日」は全国各地に広が

りをみせている。「弁当の日」に共感した佐藤剛史が提唱した「弁当力」はメディアで取りあげられ大きな話題を呼んだ。2008年制定の「食育基本法」によって国民運動としての食育が始まってからは、地方自治体でも手作り弁当と食育を結び付けた取り組みがなされている。

この章では、まず食育の概要について論じたのち、弁当と食育を結び付けた、竹下和男の「弁当の日」、東広島市と富士市の取り組み、佐藤剛史の「弁当力」について述べる。最後に、なぜ手作り弁当が食育としての機能を期待されるのかについて検討する。

4-1. 食育概要

明治のベストセラー『食道楽』(村井 2005)の中で、作者の村井弦齋は「体育の根源も食物にあるし、智育の根源も食物にある。して見ると体育よりも智育よりも食育が大切ではないか」と書いている。しかし、江原ほか(2009)が、「戦中戦後の食糧難時代も、その後の高度経済成長の飽食時代も、(中略)食育をおろそかにしてきた。大量生産・大量輸入・大量流通・大量消費・大量廃棄の現代、さまざまな食をめぐる問題が

噴出して、食育の必要性が論じられるようになってきた」(江原ほか 2009: 135)と書いているように、国民運動としての食育が始まるのは「食育基本法」が制定されてからのことだ。

平成 14(2002)年、自由民主党内に「食育調査会」が発足し、平成 16(2004)年に「食育基本法大綱」をまとめた。そして平成 17(2005)年には「食育基本法」が大変なスピードで成立した。

「食育基本法」の前文には、豊かな人間性をはぐくみ、生きる力をつけるには、何よりも「食」が重要であることが述べられている。一方、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加、過度の痩身志向、「食」の安全上の問題、「食」の海外への依存、「食」に関する情報の氾濫など、多くの課題も指摘されている。「食育基本法」前文は、食の問題点の指摘に続いて、次のように述べている。

食生活の改善の面からも、「食」の安全確保の面からも、自ら「食」の安全を学ぶことが求められている。また、豊かな緑と水に恵まれた自然の下で、先人からはぐくまれてきた地域の多様性と豊かな味覚や文化の香りあふれる日本の「食」が失われる危険にある。(中略)ここに、食育について基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取組みを総合的かつ計画的に推進するため、この法律を制定する。

「食育基本法」制定によって、「国、地方自治体、関係者・団体等が体制を組み、家

庭、学校、地域の協働によって国民運動としての食育」が求められることとなった。具体的には、保育園・幼稚園、小中高等学校での教育、企業の社会貢献としての食育活動、国レベルでの取組み、メディアが提供する食育情報、各種民間団体の活動など多種多様な活動がおこなわれている。内閣府の『食育白書(平成 19 年版)』によれば、とくに、新しい分野として、親子教室、栄養の歌、食育かるた、植物の生育状況観察など、幼児への食育の取組みが各方面から報告されており、保育者、保護者、栄養士などの協働事業として行われることが多い。企業などでも独自の食育が取組まれはじめている。

では、食育推進には問題はないのだろうか。まず、「食育基本法」の成立自体が、非常に政治的な背景をもっているとの主張がある。「食育基本法」は大変なスピードで成立した法案であったが、その背景には、国民の健康増進をはかって医療費削減をめざす財政上の意図があったし、食料自給率の向上をめざした食料政策的な目的もあったという(江原ほか 2009: 352)。次に、「食育基本法」の問題点として家庭科教育研究者の鶴田(2006)は、①食生活をめぐる問題の起因が明らかにされていないこと。②これまで行われてきた食に関する教育をまったく踏まえていないこと。③食育の内容・方法までも条文化されていること。④行政の役割より保護者・教育関係者等の役割が強調されていることの 4 点をあげている(鶴田 2006)。

「栄養バランスガイド」による栄養教育、「早寝早起き朝ごはん」運動の全国展開、地産地消および郷土料理の推奨、箸の持ち

方指導などのマナー教育といった「食育基本法」によって取り組まれている国民運動については、ひとつひとつは重要な食育であるが、その取組みは食育推進の要因となった問題点の解消につながるのか、むしろ問題点を生み出した社会環境や生活環境の改善に目を向けるべきではないか、公教育の中でしっかりとした食育を行うべきではないかという問題点が指摘されている(江原ほか 2009)。

食育の観点、捉え方は多様である。食育活動に取り組む個人、企業、自治体によってどこに重点を置くかはそれぞれ異なっており、たとえば、食べ物、食べることの大切さ、地産地消などがある。以下では、それぞれの食育の捉え方にふれながら、弁当を通じて行われている食育について述べていく。

4-2. 食育と弁当

平成 23(2011)年 2 月に実施された弁当のメリットについてのアンケート調査(対象：OCN アンケートモニター、男性 1 万 4,653 人、女性 7,947 人)によると、「子供に弁当を作ることは、食育につながると思うか」という質問に対し、「とてもそう思う」という回答が 41.6%、「ややそう思う」という回答が 43.9%であり、回答者の 8 割が手作り弁当が食育につながると答えた(『OCN お弁当クラブ』ウェブサイト)。

弁当が食育につながると多くの人が回答した理由の 1 つに、弁当と食育を結びつけた取組みが行政、企業、教育者によってなされていることがあると考える。ここでは手作り弁当と食育を結び付けた取組みとして、竹下和男が提唱し現在全国の学校

で広まっている「弁当の日」、地方自治体による「弁当 DAY」と「食育弁当コンテスト」、佐藤剛史による「弁当力」について述べていく。

1)竹下和男の「弁当の日」

平成 3(2001)年、香川県滝宮小学校の校長であった竹下和男が「弁当の日」を提唱し、取り組み始めた。この取り組みは「地域に根ざした食育コンクール 2003」で最優秀賞(農林水産大臣賞)を受賞し、それ以降全国的な広まりを見せている。「弁当の日」実施校は、2008 年 3 月には中学、高校、大学を含め 50 を超え(『日経エコロジー3 月号』2008)、2009 年 9 月には 36 都道府県で 453 校が実施(『朝日新聞』2009 年 10 月 30 日付)、2011 年 1 月には 44 都道府県で 522 校が実施(荒井ほか 2011)、2013 年現在では 1,200 校を超えるまでになっている。

平成 25(2013)年 12 月 2 日、静岡市において「しずてつストア」による「しずてつストア食育講演会 竹下和男が語る『弁当の日』」が開催された。

竹下の講演は、『はなちゃんのみそ汁』という本の逸話から始まった。この話は、乳がんを患いながら、5 才の娘、はなちゃんに料理を教えてから亡くなった安武千恵さんの実話である。「置かれた状況に適応する」。竹下が何度も強調した言葉である。「私がいなければ生きていけない状況」を作るのではなく、「いなくなった後も生きていける状況」を作るのが親の仕事だと竹下はいう。受験対応に追われ、親は、勉強だけに集中できる状況に置くことを親の愛情、子育てだと勘違いし、子供も合格することが自分の存在証明だと勘違いをする。この現状を変えたいという竹下の思いで、平成

3(2001)年から香川県滝宮小学校で始まった「弁当の日」のルールは、「親は手伝わないこと」、「弁当を評価しないこと」である。当初は PTA からの反対や不安の声もあった「弁当の日」であったが、竹下がスライドショーで見せるのは笑顔で弁当を向けてカメラを向ける子供たちの姿であった。

「弁当の日」は 10 月から 2 月にわたって毎月 1 回ずつ設定される。全ての料理を自分で作るのがルールであるが、1 回目からルールを守るのはほんの一部の子供だけである。全部自分で作ったという友達がいると、来月には自分一人で作れるようにならないと考えると、一人で弁当を作る子供の数は回数を重ねるたびに増えていくという。

「弁当の日」に弁当を作るのは 5, 6 年生だけである。6 年生がつくった弁当を覗き込む男の子が 6 年生になって自分で弁当を作るようになる。子供たちは 5 年生になるまでに、自分で弁当を作れるようにならないと恥ずかしいと思うようになるんですと竹下はいう。

子供がもっと成長したいと思う環境を作るのが、「弁当の日」である。「弁当の日」をきっかけに、台所に立つ楽しさを知った子供は、すすんで台所に立つようになる。毎週一度、パート勤めで大変な母の代わりに家族 5 人の夕食を作るようになった長女を家族が褒めると、次女も別の日に夕食を作ると言い出したというエピソードを語り、見た目や栄養バランスで評価するのではなく、褒められること、喜ばれることで、子供は自分の存在価値を知るのであると竹下は語った。

竹下は「大切なことはみんなで一緒に経

験すればいい」と考えている。みんなでやるからこそやる気になる。6 年生の弁当を覗き込んでいた子供も含め、みんなで経験できることに「弁当の日」の意義があるという。

2) 地方自治体による取り組み

食育基本法によって国民運動となった食育に、地方自治体はそれぞれの方法で取り組んでいる。弁当を通じて食育推進に取り組んでいる事例について述べる。

広島県東広島市は平成 22(2011)年 11 月 1 日から 7 日にかけて、「食育推進事業 作って！食べよう！弁当 DAY(べんとうデー)」を開催した。この企画は、市内の小中学校 50 校の小学校 6 年生と中学校 3 年生を対象としており、その目的は、児童生徒自身が弁当を作り、学校で一緒に食べる取組みを通して、食べることの大切さに気付き、家族や農家の方たちへの感謝の気持ちをもつことにより、生きる力の向上を図ることである。学校によってテーマは異なり、「見て楽しい、食べておいしいお弁当」(河内中学校)、「みんなで作ろう！栄養満点 赤・黄・緑のバランス弁当」(上黒瀬小学校)、「育てた米とさつまいも、地場産物を使った弁当作り」(大田小学校)などがある(「東広島市『食育推進事業 作って！食べよう！弁当 DAY(べんとうデー)！』について」ウェブサイト)。

富士市は平成 21(2009)年 3 月に食育推進計画である「富士山おむすび計画」を策定した。栄養バランス・食料自給率の向上といった観点から、米を主食とした日本型食生活を推進するとしている。おむすびの「むすぶ」という表現は、食育推進のためのネットワークを地域で結んでいく方向性も表

しているという。

富士市では平成 21(2009)年から毎年「食育弁当コンテスト」を開催している。平成 24 年には 383 件もの応募があり、平成 25(2013)年には第 5 回目を開催している。

コンテストで選ばれた弁当には「地産地賞」「愛情いっぱい賞」「バランスいい賞」「キャラ弁賞」といった賞が与えられる。平成 24 年実施の第 4 回でグランプリを受賞した弁当は、主食のおにぎりには茶葉とにんじん、副食には富士市産のねぎやちりめん干しを使用され、地産地産に重点を置いたものであった。

コンテストの終了後には、父親と小学 1 年生から 3 年生までの児童がグランプリ受賞の弁当作りに挑戦するイベントも開かれた。普段仕事で接する機会が少なくなりがちな父子のふれあいの機会を設けることを目的としている(「富士市ウェブサイト『食育推進室の取り組み』」)。

東広島市の「作って！食べよう！弁当 DAY(べんとうデー)！」は、竹下和男の「弁当の日」と類似した取り組みであるが、自分たちが育てた食材を使った弁当を作るといった、一歩踏み込んだ内容にも挑戦している。富士市の「食育弁当コンテスト」は地産地消を力点のひとつとして開催されており、食育を通じて地域の農産物の活性化につなげようと試みている。弁当による食育は自治体により独自の工夫がなされている。

弁当を通じた食育として 2 つの利点があげられる。1 点目は学校の調理実習とは異なり、子供一人一人が自分で考えたレシピなどのアイデアが実現しやすいことである。2 点目は、箱に納めるという子供にと

ってわかりやすい制約も設けることができ、学校の実習、コンテストとして成立しやすいことである。このような利点から、食育が行政の役割として期待されるかぎり、弁当を通じた食育は今後も広がりを見せていくと考える。

4-3. 佐藤剛史の「弁当力」

テレビ、雑誌などで紹介され「弁当力」という言葉が話題となった。2009 年 11 月 26 日号の『女性セブン』では、「子供をのばす弁当力って？」という特集が組まれた。『お母さんのお弁当が食べたくなった』『明日から子供に作るお弁当には気合をいれてみよう』読んだ人からそんな一言が次々と飛び出す弁当の本が話題となっている」と紹介している。

『すごい弁当力!子どもが変わる、家族が変わる、社会が変わる』(佐藤 2009)の著者で、弁当が持つ「弁当力」を訴えるのが九州大学大学院農学研究院助教・佐藤剛史である。

佐藤は農業経済学、環境経済学が専門で、管理栄養士や料理研究者といった食のプロではない。佐藤は、香川県の滝宮小学校で実施されている「弁当の日」を知って弁当に注目し、自身が働く九州大学でも「九大版弁当の日」と名付けた取り組みを始めた。週 1 回、毎回テーマを決めて、1 人が 1 品ずつを持ち寄る。これに併せて、大学生にはお弁当にまつわる作文も書かせた。昔の弁当のことはみな生き生きと思い出せることを知った佐藤は、弁当の思い出を持つ子供たちが自分で料理をするようになったとき、毎日自分のためにお弁当を作ってくれた人の苦勞を知り、感謝するようになると

考える。親に感謝できる子供は、他者を思いやれる人間になる。さらに誰かにお弁当を作り、それを喜んでもらうという経験は、自己肯定や自信にもつながりながら、子供の心を伸ばしていくという(『女性セブン』2009年11月26日号)。

自身の著書『すごい弁当力!子どもが変わる、家族が変わる、社会が変わる』(佐藤2009)において、佐藤が手作り弁当によって可能になるとしていることの中で特徴的なものを3つ取りあげる。

1つ目はセルフ・マネジメント力を育てることである。「九大版弁当の日」には、作れない場合は店で購入してもよいというルールがある。「弁当の日」に市販の惣菜を持ってきた学生がいても誰も責めはしないが、手作りの弁当を持ってきた学生に遠慮する気持ちが生じる。加えて市販の弁当には手が伸びないことで、次の「弁当の日」には手作りの弁当を作る決心をする。その学生は弁当を作るために自分の時間や行動をコントロールし、弁当を作るという目標を達成することになる。この経験は弁当作りのみでなく、ほかの行動においても生かされるという。

2つ目はプロジェクト・マネジメント力を育てることである。弁当を作る際には、まずできあがった弁当をイメージする。次に必要な材料と道具を準備する。そして調理というプロセスを管理する。完成前のイメージとできあがった料理に差が生じていれば改善方法を考え、次に生かす。このサイクルはPDCAのマネジメントサイクル⁴⁾を回しているのと同じことである。弁当を作ることはビジネスのトレーニングにもつながるのだ。

3つ目は食料自給率を上げることである。2009年のサラリーマンの昼食満足度ランキングによれば、サラリーマンが満足する昼食の中心を占めているのはファーストフードや価格の安い外食チェーン店である。佐藤によれば、こうした店舗で供給されるメニューは決まって国内産の食材が少なく、食料自給率を押し下げる原因のひとつとなっている。では、食料自給率を上げるために、もっぱら国内産を選び、カロリーの高い米やイモ類ばかりを食べる禁欲的な食生活を送らなければならないのか。佐藤は上げるべきなのは「弁当力」と主張する。購入した菓子パンを朝食にする学生も弁当のためにご飯をたけば自然に朝食もご飯になる。禁欲的な食生活を送ることなく、自然に食料自給率が上がる可能性があるかと佐藤は考える(佐藤2009)。

4.4. なぜ弁当と食育か

なぜ弁当に食育としての機能が期待されるようになったのかについて「弁当の日」提唱者の竹下和男の考え、地方自治体の取り組み、「弁当力」の佐藤剛史の考えをもとに3つに分けて論じていく。

まず、より幅が広い「みんな」とともに食に関する経験ができることである。竹下は「みんな」で経験することを「弁当の日」の意義としている。「みんな」は弁当を見せ合う体験を語り合う同級生、5、6年生の弁当を覗く1年生から4年生、そして台所で弁当作りを見守る親と、影響をうける弟妹までも含む。「弁当の日」がきっかけで台所に立つようになる子供もいることから、その経験は一時的なものではなく、継続的なものにもなり得る。手作り弁当はより広い範

囲にいる人を巻き込んだ継続的な食育を可能にするのである。

次に、学校で実施できる実践的な食育としての調理実習と比較したときの利点が大いである。調理実習は分担制だが、実際に生きていくうえでは食事は多くの場合一人で作るものである。弁当による食育は、竹下の「弁当の日」に倣って親は手伝わないことがルールとされる。完成のイメージから調理までを一人の子供が全て経験できるため、普段の生活に直接つながる力を育てることができる。また、箱の中に納まっているのであれば子供は自由な発想で作りたいものを作ることができる。箱の中に収めるという制限があるからこそ、子供のアイデアは実現しやすい。

最後に、国民運動としての食育に弁当を推奨することにより、食料自給率が上がる可能性がある。前節で述べたように、佐藤は手作り弁当により自給率の高い米を食べる機会が増える結果としての食料自給率の上昇を期待している。「食育基本法」には食料自給率の向上をめざした食料政策的な目的もあった(江原ほか 2009: 352)とされており、パン、ファーストフードなど国外産中心になりがちな外食でなく、自給率上昇が期待できる手作り弁当に食育としての役割を与えるのは理にかなっているだろう。

5. 絆としての弁当

弁当のレシピ本に登場する教師が、
「お母さん、そんなに心配することはありませんよ。チェックポイントはひとつ。それをクリアしていれば、毎回、合格点

のおべんとうということになるわけです。では、そのチェックポイントとは何か。それは愛情です」(内藤 2002)

と力説する(尾鍋 2004: 192-193)ように、「愛情」が込められていることは手作り弁当の絶対要件である。

この章では、作る人の「愛情」がこめられた手作り弁当がどのような機能を果たすことを期待されているのか、その役割を果たすことが求められる理由と合わせて考えたい。そのためにまず、弁当が愛情を伝え作る人と食べる人の絆を深めるという共有された認識について、例として少女漫画と「弁当力」提唱者の佐藤剛史の考えを取りあげて述べる。次に、弁当とかまどとの関係について、学校給食と比較しながら述べ、弁当を通じた家族との絆が求められるようになった理由について論じる。最後に弁当に求められる絆が、一対多から作る人と食べる人の一対一のものへと移行したという考えについて論じる。

5-1. 弁当と愛情に関する共有された認識

1)少女漫画から読み取る認識

手作り弁当はテレビドラマ、小説、漫画などにおいて人とのつながりを築くもの、愛情を表現するものとして多く登場する。ここでは少女漫画『愛してるぜベイベ★★』(槇 2002)から、手作りの弁当が人と人をつなぐツールとして登場している場面を取りあげる。

『愛してるぜベイベ★★』は槇ようこによる少女漫画作品であり、『りぼん』(集英社)で平成 14(2002)年 4 月号から平成 15(2005)年 1 月号まで連載され、アニメ化もされた。いじめ・虐待・親子確執・親の

蒸発などといった、家庭・社会問題を題材とし、そこに恋愛が入り混じった人気作品である。母親に置き去りにされた5才の幼稚園児の女の子と、その面倒をみることになった17才の主人公の男の子の愛情を中心に話が進む。その中で、弁当は重要な役割を果たし、次のようなメッセージを担う。

1つ目は、手作りの弁当には作る人の思いや愛情がこめられているという考えである。

普段は我慢強い子供として描かれている少女が、料理経験がない主人公が作ったおにぎりをほかの園児からからかわれたことで手をあげてしまうほど怒るというエピソード(榎 2002: 58-59)、また、女子高校生が母親手作りの細やかなおかずが詰められた弁当を見た男子高校生からからかわれて怒るというエピソードが描かれる(榎 2002: 55-56)。弁当をけなすことは、弁当自体のみでなくそこに込められた作る人の思いや愛情をもけなすことにつながるという認識があると考えられる。

2つ目は手作り弁当に込められた思いや愛情を食べる側が感じとることが、双方の距離が縮めるために大きな役割をはたすという考えである。このことは、少女ために必死でおにぎりを作った主人公に心を許す少女のエピソードから読み取ることができる(榎 2002: 46-51)。また、少女が、母親に置いてかれてしまった理由が手作りのおにぎりを残したことだと思い込むというエピソードもある(榎 2002: 29-36)。手づくり弁当には作る人と食べる人の距離を離すものとしての役割を与えられることもあることがわかる。

3つ目は、弁当に対してかけた手間によ

って愛情の感じ方に違いがあることである。料理経験がない主人公が手間をかけておにぎりを作ってくれることに喜びを感じる少女、事情を知らない人から簡単なおにぎりを持たされて拒否する少女というエピソード(榎 2002: 55-56)から、手間のかからないおにぎり1個では愛情が足りないという感覚があることが読みとれる。

著者はこのように、弁当を愛情のものさしとして小道具に使っている。それは、弁当がそのような意味を含意していると読者が理解しているためだと考えられる。

2) 弁当力提唱者の考え

前章で取り上げた佐藤剛史も、手づくり弁当と愛情の関係について、自身の著書において述べている。安全で、安心で、無添加のバランスのいい惣菜や弁当が世の名にあふれたとしても、手作りをしなければいけない理由を『ここ一食卓から始まる生教育』の共著者である助産師の内田美智子の考えを紹介しながら書いている(佐藤 2009)。内田は思春期の子供たちと10年以上も関わるなかで、援助交際を繰り返す女子の心理を、「母親を求めようとする気持ちと母親に復讐しようとする気持ちが同居している」と考えるようになった。小さな頃に親に抱きしめられたいのに、抱きしめられなかった子供が、思春期になって抱きしめられること、つまり愛情を求めているのだという。その愛情は「実はそれは食卓の上にある」と内田は語る。コンビニの弁当ばかり与えられつづけられるような食生活を送っていると、子供は食べることを重要だと思わなくなる。そして自分が大切にされているとも、自分が大切だとも思えないようになるのだという。佐藤はその考えを

引き、手作りの料理には、「あなたが大事だ」というメッセージが込められ、子どもも、自分は大切にされていると無意識のうちに心を満たしていくという。「子どもは食卓で育つ。食卓で愛情も食べて育つのだ」と佐藤はいう(佐藤 2009: 49-50)。また、佐藤は、「手作りには作った人の命の時間が込められています。人年の貴重な時間を使って、誰かのためにお弁当を作っているのですから、食べるあなたにはそれだけの価値があるという見えないメッセージが込められていることになる」とも語っている。

たとえ 40 歳、50 歳になっても、子供のころに作ってもらった弁当の記憶は色あせることはない。むしろ誰かのためにお弁当を作る立場になると、あのとき、自分のために作ってくれた人の愛情をさらに強く感じるようになる。弁当は愛情を伝えるための大切なバトンであるというのが佐藤の考えである(『女性セブン』2009 年 11 月 26 日号)。

5-2. かまど・弁当・学校給食

1)かまどの延長線上にある弁当とかまどの消滅

「同じかまの飯を食う」という言葉は、かまどが一般的に使用されなくなった今でも使われている。ここでは、弁当を家族が離れた場所でも同じ食べ物を食べる共食感を可能にするものであり、学校給食がそれを消滅に導いたとする加藤(1980)の主張をもとに、弁当を通じた家族との絆が求められるようになった理由について考えたい。

同じかまどの飯を食うということは同じ火で煮炊きしたものを食べるということである。加藤はどこの世界でもかまどには神

様がいて、その火は神聖なものだったという。その神聖な火で煮炊きされたものを分かち合うことで、神様と人が一緒に同じものを分かち合う、あるいはそこに集まった人間どうしが分かち合う。その根源となっているのがかまどなのである。

加藤(1980)はガス、電気という公共施設としての火が家庭の中に入り込んできたことによって、火は神聖さを失ったといい、このことを「かまどの消滅」と呼ぶ。同じときに同じように分かち合って食べるのではなく、各人が勝手にものを食べるようになり、食事が個人化したと加藤(1980)は考える。それと平行して、「よそさまのかまどで作ってもらったもの」をお金を出して食べる外食が普及した。

外食とは異なり、弁当はかまどの延長線上にあったと加藤は主張している。家のかまどで炊いたごはんを持ち歩くのが弁当だからである。

一方、外食のはじまりである学校給食が、家族が離れた場所でも共食感を維持することを可能にするかまどを完全な消滅に導いたと加藤(1980)は主張している。大企業が社員食堂を作り、弁当持ちのサラリーマンはほとんど見られなくなった。昭和 29(1954)年に学校給食法が施行され、教育の一環として、小中学校が学校給食というかたちで外食を強制するようになった。学校給食は現代の日本人が外食に慣れていく契機となったのである。

家のかまどについては、「家のかまどから全く離れた別のかまどの火で煮炊きしたものを、あっちで食べたりこっちで食べたり、こっちで飲み、あっちで飲みというふうに、かまどは完全に分裂し、かつ消滅した」(加

藤 1980: 107)。

加藤(1980)は生活の単位としての家庭が多くのものを対外化していくことを危惧している。たとえば、洗濯をクリーニング屋に委託する。教育は幼稚園から大学まで学校に委託する。食料の調達から調理まで外部委託をする。出前、インスタント食品、喫茶店、社員食堂、学校給食といった様々な形で食べるという行為、あるいは食べるための手間暇が対外化されてしまう。すべて委託していくと、最後には家には何も残らないのではないかと加藤は警告している(加藤 1980: 110)。加藤は学校給食を家族が神聖な火で煮炊きされたものを共有することを不可能にするもの、すなわち家族をばらばらにするものとして捉えたのである。

2) 誰とつながるか

義務教育機関においては現在学校給食が昼食のスタンダードな形式である。その中で手作り弁当がブームとなるのは、弁当に学校給食とは異なる価値が見出されたことが理由となっていると考える。

学校給食法で掲げられている学校給食の目標には以下のようなものがある。

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。

⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。

⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

(学校給食法 第1章総則 第2条)

これらは、佐藤がいう「弁当力」の内容と共通した部分がある(佐藤 2009)のだが、手作り弁当と学校給食で大きく異なるのは、学校給食の目標として「協働の精神」を養うことが掲げられていることである。

給食をかまどの消滅を招いたものとして批判した加藤(1980)も「もちろん、給食制度によって学校という集団の中での同じかまどの飯を食う仲間というものが形成されるのだろうが」(加藤 1980: 107)と述べている。学校給食は同じ教室で同じ食事をとることでクラスメイトとのつながりを深める役割を果たすとされているのである。手作り弁当と比較したときの学校給食の価値は、「同じ」ものを食べることによりクラスの仲間とつながることにあるのだ。

それとは対照的に、手作り弁当の価値は「違う」ことによって生じるのではないだろうか。加藤(1980)が、弁当をかまどの延長線上にあったものだと述べたことように、弁当は同じかまどを共有する家族とのつながりを感じさせるものであった。

かまどが消滅したと言われる現代でも、弁当は各家庭の台所で作られ、家庭が違えば弁当の中身、味や見た目が違ってくる。その違いは、クラスメイトの弁当を覗きな

がら食べることによって明確になる。その違いが作る人である家族とのつながりを感じさせるのではないかと考えられる。すなわち、学校給食と比べたときの手作り弁当の価値は、クラスメイトと「違う」ものを食べることにより家族とつながることにあるのである。

弁当を通じた家族との絆が求められるようになったのは、加藤(1980)が抱いていた家庭が生活の単位を対外化していくことへの危機感が共有されるようになったからであると考えられる。外出先でも同じ火で焚いた飯を共有できる弁当がその危機感を解消すると期待されているのではないだろうか。

5-3. 弁当におけるコミュニケーション・ディスコースの変化

4.2 では、弁当を作る人対家族、すなわち一対多のつながりについて述べてきたが、尾鍋(2004)によれば、弁当に求められる絆は、一対多から一対一のつながりへと移行したとしている。ここでは、尾鍋の考えを参考に、弁当を作る人と食べる人の対話とみなし、以下の3つに分類してそのコミュニケーション・ディスコースを分析していく(表3)。

ごくおおまかに言って、日本の近代に多く見られたディスコースは(2)である。柳田國男は次のように述べている。

弁当の原理は影膳などともよく似ていた。家でも今時分これと同じ飯を、集まって食っているだろうという点に、無形の養分は潜んでいたのである。すなわち、あるひとつの共同飲食の分派だということが、眼に見えぬ塩気をともなっていたの

である。ところが主人の想像しえない留守事は普通になり、小鍋は自由に部屋ごとの火鉢の上に運ばれ、同時に各人の好み嫌いは多くなって、煮豆佃煮のごとき知らぬ火で煮たものが、何の方式もなく入り込んでくる。

村やひとつの部落の内はもとより、同じ屋敷のひとつ棟に住む者にも、覗いたり隠したりする食物ができてきた。家の統御の力は弱くなったのである(柳田1993: 97)。

もともとほかの家族と同じものを食べている共食感が、日常の弁当の養分であり、おいしさのもとであったと柳田はいう。決して個人向けにつくった弁当に込められた愛情ではない。

一対多である(2)では、家庭経済や家族構成とかわり、作る人と食べる人のコミュニケーションもより希薄である。1946年に小学校給食が始まる以前にはお弁当をもってこられない欠食児童が少なくなかった。また核家族化が進む以前の大家族では、家庭内の主婦が必ずしも幼児の母親ではなかった。そのころの弁当は、現在ほど母親が一対一の熱心さで意図的に詰めたものとは読まれなかった(尾鍋 2011: 194)。

より「家の統御力は弱くなった」(柳田1993)現在、反対に弁当の作る人の自意識は強烈であり、弁当のディスコースは一対一の(3)へと移行した。家族個人間の愛情を適切に表現すべく、1980年代からは、弁当のレシピ本が個々の家族別に分かれていく。たとえば、新婚の妻による愛妻弁当、幼稚園児のママの愛情幼稚園弁当というような、一対一の関係が強調された弁当が一般的と

表3 尾鍋によるコミュニケーション・ディスコースの分析

| | 対話 | 対応人数 | 愛情 |
|--------------|------------|-------|-------|
| (1)市販の弁当 | 不特定多数向け | 一対無制限 | 0% |
| (2)家族向き弁当 | 家族内不特定多数向け | 一対多 | 数 10% |
| (3)家族個々人向き弁当 | 個々人向け | 一対一 | 100% |

尾鍋 (2011) より転載

なっていく。家族との共食感は忘れ去られ、一対一の愛情が強調され始めたのである(尾鍋 2004: 194)。

弁当に求められるおいしさは、共食感、すなわち家族と同じものを食べることによるおいしさから、作る人と食べる人の一対一の愛情によるおいしさへと移行したのである。手作り弁当に求められる絆は、一対一の関係におけるものへと変化したといえる。

この移行はキャラ弁ブームと深い関係にあるといえる。愛情とキャラ弁の関係については次の章でくわしく論じることとする。

6. キャラ弁論争

キャラ弁に対する反応は賞賛の声ばかりではない。キャラ弁ブームに対して反感を示す声も多くあがっている。それに対し、キャラ弁を作る人の中には、キャラ弁も食育であると主張する人々がいる。「キャラ弁」と「食育」は、キャラ弁が趣味、自己満足という言葉とともに語られることが多いだけに対極的な言葉であるというイメージがあるが、食べる人と作る人の双方にとっての食育につながるという考えがある。

この章ではまず、インターネット上に投

稿されたキャラ弁を問題視する声を取りあげる。次に、料理専門家として「飾り立てた」弁当に対する小林カツ代の方針について述べる。3 番目にキャラ弁は食育であると考えた人々の意見について論じる。最後に、目で食べる弁当は偽物としての母親像を持った観衆の存在によって生まれたとする尾鍋(2011)の考えを参考に、キャラ弁論争が生じる理由について論じる。

6-1. インターネット上のキャラ弁論争

個人が立てたトピックに対し、自由にコメントを投稿できる匿名掲示板である「Girls Channel ガールズちゃんねる」において2012年12月14日に「キャラ弁って必要？」というトピックが立てられた。「娘の友達のお弁当、凝っててかわいいんですが、見るからに栄養なさそうな冷凍食品とかばかりで、違う所に時間と労力を使えばいいのと思うのですが、キャラ弁って必要ですか？」という問いかけに対して、200件ものコメントが投稿された。これらの中から代表的な意見を取りあげていく。

最も目立つのが、キャラ弁は単なる親の自己満足のためのものであるという意見であった。「自慢大会が開催されるだけ」、「今のキャラ弁は子供が喜ぶ程度じゃないと思う。もはや大人の優越感の塊のようにしかみえない」というように、キャラ弁には食

べる人のためだけでなく作る人の自己満足のために作られているイメージがある。

中立的な意見として、「キャラ弁は否定しないけど、キャラ弁じゃないと愛情が足りないって風潮は否定」、「要はそこに愛があるかどうか。母親の虚栄心などではなく」といったものがあがった。批判的か中立的かは関係なく、弁当にとって重要なのは食べる人のために思って作っているのか、つまり愛情がこめられているかであるとする姿勢がみえる。

次に、見た目にこだわるばかりに栄養面、衛生面が軽視されているのではないかという意見である。「キャラ作りに時間をかけすぎて、おかずは冷食ばかりとか、キャラを作るために着色料を敢えて使うとか、本末転倒してる人が多すぎることだと思う」といったように、冷凍食品や着色料の使用を否定したり、キャラの成形の際に食べ物に手で触れすぎることについて「どんなに衛生的な手でもやだわ」と嫌悪感を示す意見は多い。

キャラ弁が人間関係に与える影響について不安に感じるという意見もみられた。たとえば、「作るのがステータスになるとか作らないと子供やママ友同士の人間関係が崩れるというところまでいってしまったらそれは少し行き過ぎな気がするので、キャラ弁を作ることや作れるのが当たり前みたいになるのは嫌ですね」といった意見である。来春幼稚園に入園する子供を持つ母親は、自分がキャラ弁を作れないことで子供がからかわれたりしないか不安だというコメントを残している。

キャラ弁を擁護する意見としては、「子どもは喜ぶんじゃないかな?」、「キャラ弁を

作ってみたところ、今までのは何だったの??と言うほど毎回残さず食べてくれるようになりました。もし、お弁当を毎日残して悩んでいたらキャラ弁はかなり効果あると思いますよ! 」といった、子供が喜んで弁当を食べることが重要だとするものがあがった。

作る人に焦点をあてた意見は、「食べる人も楽しいかもしれないけれど作る人が一番楽しくできるのがいいと思う」といったものがあがったが、キャラ弁に対する賛否を問わず、食べる人に焦点をあてた意見が大半を占めている。キャラ弁に対する賛否は、作る人の目線で決まるのではなく、食べる人の目線で考えられているのである。

6-2. 料理研究家・小林カツ代の考え

料理研究家・小林カツ代は1970年講談社のエッセイストとして登場し、その後料理研究家として200冊以上の料理本を出版している(「カツ代キッチン」ウェブサイト)。

1998年出版の弁当のレシピを掲載した「小林カツ代のおべんとう決まった!」では、小林の弁当に対する考えが語られている。小林は弁当作りのコツとして、「見た目のきれいさではなく、食べてみて本当においしいものだけを選ぶ」(小林1998:4)ことをあげており、小林が理想とする手作り弁当はアート性が高いキャラ弁とは対照的なものであると考えられる。

小林は、「わたしはあれこれ飾り立てたおべんとうって、好きじゃありません。おべんとうは1日3食のうちの1食。当たり前の昼食が移動していただくだけです」(小林1998:4)と、キャラ弁のような見た目にこだわった弁当に反感を示している。弁当を

作る際にあまり手で触るようなおかずは、小さい子供の弁当でも「めったにやっつけてほしくない」としている(小林 1998:6)。小林は「飾りおかずを作ることはおべんとうの必須条件ではありません。飾り立てることが、愛情を込めたおべんとう作りだと思うのは、どこか勘違いしている気がしてなりません」(小林 1998: 6)と指摘する。

このような小林の意見に対して、レシピ本の読者からは、飾り立てた弁当でなくてもよいのだと肩の力が抜けたというコメントが寄せられている(「amazon.co.jp『小林カツ代のおべんとうきまった!』カスタマーレビュー」ウェブサイト)。

小林の意見は、どんどん見た目が派手になる弁当作りに頭を悩ませていた母親にとっては新たな気づきとなり、悩みを軽減させるものであった。

6-3. キャラ弁と食育

キャラ弁は2章の作品としての弁当で取り上げたように「自己表現」、「趣味」といった言葉とともに語られるのが一般的でありその点に反感を示す声は多い。

一方で、「キャラ弁」と、キャラ弁とは対極的なイメージがある「食育」を結び付けようとする動きがある。ここでは、まず、キャラ弁が作られる側にとっての食育につながるかと考える、キャラ弁を紹介するブログの著者の主張を取りあげる。次に、キャラ弁作りの経験がある大学生へのインタビューから、キャラ弁を作ることが自身にとっての食育となったという考えと経験について述べる。

1) 食べる人にとっての食育

キャラ弁を紹介するブログの著者の中に

は、「食育インストラクター⁵⁾」という資格の保有者が存在している。キャラ弁を紹介するブログの中には著者のキャラ弁と食育への考えが述べられているものがある。

福岡市在住の高田ゆみ子は「キャラクターお弁当講師」として毎月2, 3回キャラ弁教室を開催し、テレビ、ラジオ、雑誌にも出演している。以前は看護師だったが、現在は、6歳の男の子と3歳の女の子を育てる専業主婦である。長男の野菜嫌いとお食で悩んでいるとき、インターネットでキャラ弁を知り、キャラ弁作りを始めた。看護師時代に習った栄養学を取り入れながら、根性と愛情を込めてキャラ弁を作っているという。

高田は平成23(2011)年に「食育インストラクター」という資格を取得しており、自身のブログ「yumi café」の中で、キャラ弁は食育であると主張している。高田は「いろんな意味を込めてつくるキャラ弁、デコ弁は、愛情表現のひとつであり、立派な育児でもあり、まさに現代にあった食育だと思います」と語っている。

その理由にはいくつかあるが、ひとつ目は、食べることに興味を持たせること自体が食育であるという考えがある。食べる側は、食べ物に興味をもつことで、食べようとするようになり、つくる側は食べる人に合わせた調理方法を探し、工夫する。キャラ弁を作り始めたからといって、すぐに子供が好き嫌いなく食べられるようになるわけではない。高田の場合は、「キャラ弁を頑張るから、嫌いなおかずを一口でも必ず頑張る食べる」ことを約束することから始めた。子供と弁当のことについてよく話すようになり、嫌いな煮魚も、焼け

ば食べられることを知った。食材ひとつひとつに味、香り、食感といった個性があるように、その子供にあった味付け、調理方法も異なることを知るきっかけとなったのがキャラ弁作りであるという。

2つ目は、豊かな心を食生活によって育てることを食育であると考えていることである。高田はキャラ弁が家族間のコミュニケーションを増やし、愛情を伝える役割を果たすと語っている。近年問題になっている、家族間、親子間のコミュニケーション不足を解決に導くもののひとつとしてキャラ弁をあげている。子供と弁当のこと、食べ物のことについてよく会話するようになった経験があるからである。加えて、子供たちの反応から、愛情を込めたキャラ弁を作ることで、食べる人もその愛情を受け取るものだと感じている。

3つ目は、食材選びにこだわるのが食育であると考えている。食事は毎日するものであり、直接口に入れるものであるので、食材にはこだわりたいと思っており、野菜は国産野菜、農薬を使っていないものを、肉や卵は飼料にこだわっているものを使うようにしている。

最後に「始まりは、キャラ弁かもしれませんが、これをきっかけに食育を意識して頂き、食生活の大切さに目を向けていただけたらと思います」とキャラ弁作りを勧める言葉を残している(「yumi café」ウェブサイト)。

自己満足、趣味といった言葉とともに語られるのが一般的であるキャラ弁を食育であると考え、キャラ弁は作る人中心のものから食べる人のために作られるものへと変化している。

2)作る人にとっての食育

筆者の友人である大学4年生のMさん(22歳)に、キャラ弁についてインタビューを行った。Mさんは大学生になってから2年間、高校に通う妹と自分のために平日はほぼ毎日弁当を作っていた。

Mさんは、大学1年の夏休みに児童クラブでボランティアを行ったことがきっかけとなり弁当作りを始めた。子供達と一緒に昼食をとるため、「先生がコンビニの弁当を食べるのはよくないのかな」と考えて手作りの弁当を持参することにした。大学生になって時間に余裕ができたこともあり、妹と自分のために普段から弁当を作るようになったという。

キャラ弁に興味を持ったのも児童クラブがきっかけである。キャラ弁の存在はテレビを通して知っていたが、子供が持ってきていたキャラ弁をうらやましく思い、キャラ弁作りに挑戦してみることにした。本屋でキャラ弁のレシピ本を見て、ハムをうさぎの形にするという手軽なものを作ってみた。妹が驚いて喜んでくれたので、またキャラ弁を作りたいと思ったという。

前回作ったものよりもレベルが高いものを作りたいという思いがあり、2回目、3回目と内容を充実させていった。印象に残っているのは姉の誕生日に作ったキャラ弁である。誕生日なのに休日出勤になった姉のために、姉が好きなクマのキャラクターでキャラ弁を作った。クマを表現するのが難しく、ご飯の成形と雑穀で模様を作るのに1時間程度かかった。気持ちを素直に表現することが少ない姉が、携帯のカメラで弁当の写真を撮り、「おいしかった」と言ってくれたことがとても嬉しかったという。

普段から栄養バランスがとれた弁当を心がけているMさんに、キャラ弁を作る際はどうかと聞くと、「普段は、今日は赤がない、ごめんねってこともあるけど、キャラ弁のときは万全を期す」と話した。キャラ弁作りには手間がかかる分、完璧な弁当にしたという思いが強くなるという。キャラクターをご飯で表現すると、弁当に占めるご飯の量が普段よりも多くなってしまうため、おかずを充実させてバランスがとれるようにする。また、キャラ弁には1段の弁当箱を使用するため、せまいスペースにどんなおかずを入れようかよく考える。普段使用している弁当箱はおかずとご飯を別に入れる2段重ねのタイプであり、おかずがたくさん入る分栄養バランスに向ける意識はキャラ弁の方が高くなるという。

キャラ弁は食育につながると思うかと質問すると、Mさんは「思う」と即答した。理由は2つある。1つ目は、「キャラ弁を作るのは普通の弁当を作るよりも楽しい」からである。キャラ弁を作る時は、次はどんなおかずを入れてみようか考えるとわくわくする。キャラ弁を作ることが食への関心を深め、知識を広げるきっかけとなるようである。「お母さんがどうやってお弁当を作っていたのか見たくなるし、お母さんが作ってくれたお弁当に入っていたおかずの作り方にもより興味がわく」と、親から学びたいという気持ちもキャラ弁を作る時にはより強くなるのだとMさんは語った。

2つ目は、キャラ弁を手間をかけて作ることによって「手間をかけて料理をしてくれるお母さんの大変さがわかる」ことである。キャラ弁を作るのには手間がかかる。見た目に関してはもちろんだが、ご飯とおかずと

のバランスをとるのが難しいため、キャラ弁は普段の弁当よりも栄養バランスを取ることの難しさを感じさせる。母親が弁当の中のみならず、毎日の食事の中で栄養バランスを考えてくれていることを考えると、母親が苦勞して食事を作っていることがわかるという。

さらに、Mさんがキャラ弁を語るうえで幾度か登場したのが「お母さん」である。弁当作り、とくにキャラ弁作りの際、子供のために手間と苦勞を惜しまない母親の姿が強く意識されていた。その姿は、Mさんにとっての目標となる姿なのである。

6-4. キャラ弁論争はなぜ起こるか

尾鍋は、「弁当は、形のない愛情を形のある弁当に表現するという、製作者に課せられた愛情の宿題といえよう」(尾鍋 2004: 191)という。家庭が幼児に与える食物のイメージという「見本」に、現実の母親がつくる「実物」が一致を強いられているという。その努力は愛情にも見え、窮屈な生真面目さにも見えるため、弁当作りを「愛情の宿題」と表現する。そして、「愛情の宿題」の採点をするのは、食べる人である幼児ではなく、中産階級的な幼稚園児の母親のイメージをもつ観衆なのである。観衆といたればん確実にコミュニケーションをとる手段として、色彩やリプレゼンテーションに訴えるような、「目で食べる弁当」ができあがるのである(尾鍋 2004)。

尾鍋は、「困ったことに個人向け弁当は、愛情いうよりむしろ製作者のアイデンティティを写すように」なったという(尾鍋 2004: 195)。いわゆる新婚愛妻弁当では、製作者はサラリーマンの愛妻がアイデンティ

ティで、子供が生まれるとアイデンティティに「ママの愛情幼稚園弁当」の製作者、「愛情ママ」が加わる。そこには核家族における専業主婦のステレオタイプを極端に美化した妻や母親像が映っている。現代の母親たちは、その偽物のイメージに翻弄されているのだという。

本当の宿題の最難関は、予想が容易な自分の子供の口よりもむしろ、予想困難な観衆の眼や価値観に合わせて、「愛の手紙」を日々作文しなければならないところにある。したがって、幼稚園弁当はよりマニュアルに頼り、「眼で食べる弁当」へと向かう(尾鍋 2004: 198)。子供が友人にからかわれたり、母親が教師にほめられたりすることは、自分はイメージ通りの母親にあてはまっているのか、それとも外れているのかという母親のアイデンティティに関わっているからである。

尾鍋の考えを参考にすれば、眼で見る弁当の代表格といえるキャラ弁は、観衆により強いインパクトを与えようとする母親の努力の結果登場したといえる。キャラ弁をブログで紹介したときにキャラ弁を賞賛されることは、子供のことを思い面倒な作業をいとわない母親であるという自信につながるのではないか。

ただ、キャラ弁によってあらゆる観衆を納得させることは不可能であることがキャラ弁をめぐる論争が生じていることから明らかである。キャラ弁を製作する人々、キャラ弁を批判する人々の間にはそれぞれがもつ妻や母親像、価値観に対立が生じている。その対立がキャラ弁論争が生じる理由であると考えられる。

7. 考察

7-1. 表現する食—作品としての弁当

かつて腰弁と揶揄され、「わびしい」、「節約」、「めんどろ」というマイナスのイメージを持つ手作り弁当は、インターネット、ブログの普及により不特定多数の人間に見せることが可能になった。そして、弁当は趣味にもなり、「作品」としての機能を持つようになった。

尾鍋(2004)が述べたように、不可視の栄養を色彩に重ねて可視化しようとしたことで、眼は口よりも圧倒的に優位な位置に立つようになった。これがキャラ弁のような眼で食べる弁当、いわば作品としての弁当の登場の根本的な理由である。

作品としての弁当の中でも際立った存在であるキャラ弁を取り巻いて、様々な動きがある。たとえば、キャラ弁を紹介するブログの著者の中にはテレビ、雑誌、ラジオに活躍の幅を広げる者がいる。食とは直接関係のない企業、地域おこしを目的とした団体がキャラ弁コンテストを開催している。

弁当作りを趣味とすることは、家事労働を「つくるよろこび」(石毛 1991)、「見せるよろこび」を感じることが出来る価値のあるものに変えた。弁当作りは家事労働の中でも趣味として選ぶのに合理的なものである。理由としては、たとえばお菓作りとは異なり毎日必要であること、食べ手の人間、その周囲にいる人間、インターネットなどを通じた不特定多数の人間というように、発表の対象が豊富に存在することがあげられる。

作品としての弁当は、家事労働の中でも自分を表現することを可能にした。レシピ本通りに弁当を作るのではなくオリジナル

の美しい弁当を作れば、食べ手とその周囲にいる人間に限られず、それを発表する場は十分に用意されている。インターネット、キャラ弁コンテスト、2.1 章でも述べたようにブログをきっかけにしてテレビ、雑誌、ラジオにまで自己表現の場を広げることができる。

7-2. 正しい食—食育としての弁当

平成 17(2005)年に食生活の改善、食の安全確保を目指し、「食育基本法」が成立し、国民運動としての食育が行われるようになった。手作り弁当は食育としての機能を期待されている。

弁当を通じた食育活動として、「地域に根ざした食育コンクール 2003」で最優秀賞(農林水産大臣賞)を受賞した竹下和男による「弁当の日」がある。ルールは「親は手伝わないこと」「弁当を評価しないこと」であり、子供一人で作った弁当を昼食とする。「弁当の日」は子供がもっと成長したいと思う環境を作り、大人が見た目や栄養バランスで評価するのではなく、褒めること、喜びを示すことで、子供は自分の存在価値を知ると竹下は語っている。

「弁当の日」に共感して佐藤剛史が提唱したのが「弁当力」である。弁当作りを通じて親の苦勞を知り感謝できる子供は、他者を思いやれる人間になる。弁当を作り、それを喜んでもらうという経験は、自己肯定や自信にもつながりながら、子供の心を伸ばしていくと佐藤はいう。加えて、弁当用の米を炊けば朝食にも米を食べるようになることで、弁当が食料自給率をあげる可能性についても言及している。

弁当が食育としての機能を担うようにな

った理由して考えられるのは以下の 3 点である。1 点目は、より広い範囲にいる人を巻き込んだ継続的な食育が可能であることである。「弁当の日」は、弁当を作り昼食をともにする子供のみでなく、子供を見守る親、兄姉の姿に憧れる弟妹をも巻き込む。作ることの楽しさを知り、普段から台所に立つ子供もいることから継続的な効果も期待できる。2 点目は、学校で実施できる実践的な食育としての調理実習と比較したときの利点が大きいことである。完成のイメージから調理までを一人の子供が全て経験できるためより実践に近い経験をさせることが可能である。箱に収めるという制約が、子供のアイデアを実現しやすいものにする。3 点目は、手作り弁当に食料自給率をあげる可能性があることである。「食育基本法」には食料自給率の向上をめざした食料政策的な目的もあった(江原ほか 2009: 352)とされており、パン、ファーストフードなど国外産中心になりがちな外食でなく、手作り弁当に食育としての役割を与えることは理にかなっている。

これらの理由から、弁当による食育活動は今後も広がっていくと考える。

7-3. つなぐ食—絆としての弁当

日本における手作り弁当の絶対条件は「愛情」がこめられていることである。手作り弁当は作る人の愛情を食べる人に伝え、絆を深める機能を担っていると考えられている。

弁当と絆、愛情に関する認識は広く共有されている。たとえば、人気少女漫画『愛してるぜベイベ★★』では、手作り弁当が登場人物の絆を深めるツールとして描かれ

ている。それらの場面からは、手作り弁当には愛情がこめられている、その愛情が食べる人と作る人の距離を縮める、弁当にかける手間によって食べる人が感じとる愛情の度合いが異なるという認識を読み取ることができる。「弁当力」提唱者の佐藤剛史は、手作り弁当には作った人の命の時間が込められているという。人生の貴重な時間を使って作るのだから、「食べるあなたにはそれだけの価値がある」という見えないメッセージが込められていることになるという。

弁当を通じた絆が求められるようになったのはなぜか。加藤(1980)は、家族が離れた場所でも同じ火で焚いた飯を食べることを可能にするかまどが消滅し、家族の個人化、家庭の生活の対外化が進んだとしている。かまどを消滅に導いたのが外食であり、外食のはじまりが学校給食である。現在の小中学校における基本的な昼食の形態は給食であるが、その中で手作り弁当がブームとなっているのは加藤のいう個人化と対外化に対する危機感が共有されているからではないか。同じ火で焚いた米を外出先で食べることを可能にする弁当が、その危機感を解消することを期待されていると考える。

尾鍋は、弁当に求められる絆が一对多のものから、一对一のものへと移行したと指摘している。家族個々人の愛情を適切に表現すべく、1980年代からは、弁当のレシピ本が個々の家族別に分かれ、一对一の関係が強調された弁当が一般的となっていく。家族との共食感忘れ去られ一对一の愛情が強調され始めたのである。変化していないように見える弁当に求められる絆は、より濃密なものへと変化していたのである。

7-4. 弁当の正体

以上述べてきたように、手作り弁当は、自分を表現する作品としての機能、作る人の愛情を食べる人に伝え絆を深める機能、生きる力を育てる正しい食を学ばせる食育としての機能を担っている。

単なる昼食時の空腹を満たすための携帯食であった弁当がなぜこのような機能を持つようになったのか。その理由は、弁当には作る人、食べる人、観衆がもつ価値観が潜んでいるからである。食べる人、食べる人の周囲の観衆、インターネット、ブログを通じた不特定多数の観衆という多くの人間を巻き込むために、作る人のアイデンティティに大きな影響を与えるからこそ社会を反映することが可能となる。

では、現代の手づくり弁当にはどのような価値観が潜んでいるのか。

まず、表現することに対する要求や熱意である。弁当はかつて「腰弁」と揶揄されたように、節約やわびしさを連想させ、加えて手間がかかり面倒であるというマイナスの価値をもったものであった。ところが弁当作りはいまや趣味への仲間入りを果たした。それは弁当において多様な「私」を表現できることが作る人にとってのプラスの価値になるからである。

たとえば、忙しい朝に作られる弁当が美しいものであれば「生活に手間をかける私」を表現することができる。弁当のレシピ本にあるような夫や子供が喜ぶとされる弁当を作れば「夫、子供のために一生懸命な私」を表現できる。ほかとはかぶらないような独特な弁当を作れば「個性的な私」を表現できる。手作り弁当は作る人が望む私を表現するツールとなっている。

次に、絆を目に見えるものにして心を満たすことへの願望である。加藤(1980)は家族が共食感をもつことを可能にしていたかまどの消滅により、家族が個人化し家庭の生活が対外化することを危機として述べていた。

そのような危機への対策として、作る人の「愛情」を形にすることができる弁当の出番がきた。外からみれば「技芸」と表現される弁当であるが、弁当に「愛情」がこもっているという認識は、作る人、食べる人、観衆の間で共有されたものであるため、不可視の「愛情」を可視にすることは容易である。その「愛情」の度合いも色彩や表現によって調節が可能である。

弁当に求められる絆は作る人と家族間の一対多から、作る人と食べる人間の一対一のものへと移行し(尾鍋 2004)、濃密さを増している。この濃密な絆を可視化することで家族が個人化していくことを阻止し、安心感を得ようとしているのではないだろうか。

3 つめに、正しい食が人を育てるという価値観である。「食育」は捉え方が個人によって異なるものの、正しい食による教育は目標のひとつとして共有されている。弁当は学校で行うことができる食育として、子供一人一人が主体となること、家庭を巻き込むことが可能であるという点で優れているため、目標の実現のためのツールとなった。竹下の「弁当の日」やそれに類似した取り組みの全国的な普及、佐藤剛史の「弁当力」が話題となったことは教育としての正しい食が広く求められていることの証拠である。

さらに、キャラ弁をめぐる論争は、弁当

に潜む価値観、妻や母親像の衝突によって生じているといえる。弁当が趣味として自己満足のために作られることが批判の対象となっているのは、子供に献身的な母親が求められているからである。子供のための菓子作りをすることは趣味として認められるが、弁当作りを趣味とすることが批判の対象になる。このことは、弁当と観衆が求める母親像との深い関係を示しているのである。

尾鍋(2004)によれば、色彩や表現に訴える「目で食べる弁当」は中産階級的母親のイメージをもつ観衆の存在によってできあがった。だとするとキャラ弁は観衆の期待により強く応えようとする母親によって登場したといえる。しかしキャラ弁は、一部の観衆が期待する、子供に対する母親の「愛情」の度合いをやりこしてしまった。そのことに反感を抱きキャラ弁を批判する観衆の存在もまた、母親のアイデンティティに影響を与える。キャラ弁は食べる人である子供にとっての食育だとする主張の裏には、子供に献身的な母親としてのアイデンティティを守りたいという思いがあると推測する。食育が大人の役割として期待される今、「食育をする私」を観衆に示すことは自分が献身的な母親であるという自信となるのではないか。弁当に潜む価値観、妻や母親像の衝突が続けば、手作り弁当はさらに新たな機能を担うことになるのではないか。

弁当には自分を表現する食、人を育てる正しい食、人をつなぐ食を求める作る人、食べる人、観衆がもつ価値観が潜んでいる。弁当はときにそれらが手を貸し合い、衝突し合う社会を映し出す鏡なのである。

(静岡大学 人文学部 社会学科 文化人類学コース 2013年度卒業)

注

- 1) 戦時における軍兵の食糧のことである。
- 2) フェイスブック株式会社が提供するインターネット上のソーシャル・ネットワーク・サービスである。
- 3) ツイッター社が提供する 140 文字以内の「ツイート」と称される短文を投稿できる情報サービスである。
- 4) 行動プロセスの枠組みのひとつである。Plan(計画)、Do(実行)、Check(確認)、Action(行動)の 4 プロセスで構成されている。
- 5) 特定非営利活動法人「日本食育インストラクター協会」による"食育"を基礎から学び、日々の生活に活かし、広く推進・社会で活躍できる"食育"の指導者の証となる資格である(「日本食育インストラクター協会」ウェブサイト)。

参考文献

荒井三津子・杉村留美子・片村早花 2011. 『現代の手づくり弁当・その多様性と背景—弁当の日・弁当男子・キャラ弁を視野に』北海道文教大学.

伊藤睦美 1997.『栄養バランス満点カラフルお弁当』女子栄養大学出版部.

江原絢子・石川尚子・東四柳祥子 2009. 『日本食物史』吉川弘文館.

井垣留美子 2009.『レシピブログで夢をかなえた人たち』ヴィレッジブックス.

石毛直道 1991. 食における芸術性. 熊倉功夫責任編集『講座食の文化第2巻 日本食の食事文化』332-347. 味の素の文化

センター.

加藤秀俊 1980. 食の社会学. 多田道太郎編『食の文化』101-111. 講談社.

小林カツ代 1998.『小林カツ代のおべんとう決まった!』講談社.

小林完 1987. 児童のお弁当百種. 南博編『近代日本庶民生活誌 6 食・住』220 三一書房 (原著 1931).

小柳輝一 1972.『食生活の文化的考察 食べ物と日本文化』評言社.

御厨良子編 1952.『お弁当のいろは』日本教育会.

村井弦斎 2005.『食道楽(上)』岩波文庫 (原著 1903).

尾立順子 2010. 青年層が摂取する昼食の実態と『大和弁当』の作製. 帝塚山大学現代生活部紀要 6: 19-28.

尾鍋智子 2004. 眼で食べるお弁当. 北山茂久・北澤一利編著『近代日本の身体感覚』165-203. 青弓社.

佐藤剛史 2009.『すごい弁当力!子どもが変わる、家族が変わる、社会が変わる』五月書房.

高田公理 2004.『食文化史IV・現代日本の食文化』放送大学教育振興会.

滝沢真理 1992.『おべんとう—見ておいしい食べておいしい』雄鶴社.

鶴田敦子 2006.『家庭科研究』芽ばえ社.

内閣府 2008『食育白書(平成 19 年版)』内閣府.

内藤朗編 2002.『幼稚園のおべんとう全書』(レディブックスシリーズ) ブティック社.

南博編 1987.『近代日本庶民生活誌 6 食・住』220 三一書房.

山田慎三 1982.『簡易食堂事始—膳飯屋か

ら簡易食堂へ、そして腰弁生活から職場給食へ』昭和女子大学近代文化研究所。柳田國男 1993. 『明治大正史—世相篇』(講談社学術文庫) 講談社 (原著 1931).

(参考資料)

青沼貴子 1995. 「おべんとう作りなんか大嫌い！」『ママはぷよぷよザウルスがお好き ふたたび』第36話 109-111 婦人生活社.

榎ようこ 2002. 『愛してるぜベイベ★★』第1巻 集英社.

『朝日新聞』1988年12月27日付、2009年10月30日付.

『うかたま』第2号(2006年春号) 農山漁村文化協会.

『女性セブン』2009年11月26日付 小学館.

『日経エコロジー』2008年3月号 日経BP社.

『読売新聞』1965年6月13日付、1965年6月15日付、1989年3月8日付、2006年5月20日付.

(参考ウェブページ)

味の素冷凍食品株式会社ホームページ

<http://www.ffa.ajinomoto.com/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)

amazon.co.jp『小林カツ代のおべんとうきまった!』カスタマーレビュー

[http://www.amazon.co.jp/%E5%B0%8F%E6%9E%97%E3%82%AB%E3%83%84%E4%BB%A3%E3%81%AE%E3%81%8A%E3%81%B9%E3%82%93%E3%81%A8%E3%81%86%E6%B1%BA%E3%81%BE%E3%81%A3%E3%81%9F-%E8%AC%](http://www.amazon.co.jp/%E5%B0%8F%E6%9E%97%E3%82%AB%E3%83%84%E4%BB%A3%E3%81%AE%E3%81%8A%E3%81%B9%E3%82%93%E3%81%A8%E3%81%86%E6%B1%BA%E3%81%BE%E3%81%A3%E3%81%9F-%E8%AC%9B%E8%AB%87%E7%A4%BE%E3%81%AE%E3%81%8A%E6%96%99%E7%90%86BOOK-%E5%B0%8F%E6%9E%97-%E3%82%AB%E3%83%84%E4%BB%A3/product-reviews/406208872X/ref=la_B003UW242M_1_1_cm_cr_acr_txt?ie=UTF8&showViewpoints=1)

9B%E8%AB%87%E7%A4%BE%E3%81%AE%E3%81%8A%E6%96%99%E7%90%86BOOK-%E5%B0%8F%E6%9E%97-%E3%82%AB%E3%83%84%E4%BB%A3/product-reviews/406208872X/ref=la_B003UW242M_1_1_cm_cr_acr_txt?ie=UTF8&showViewpoints=1 (最終閲覧日 2013年12月1日)

バンダイ幼稚園ネット

http://www.youchien.net/charaben_archive/third/ (最終閲覧日: 2013年10月9日)

BBC News. Close up Japans amazing lunchboxes.

<http://www.bbc.co.uk/news/magazine-16069217> (最終閲覧日: 2013年5月5日)

富士市ホームページ『食育推進室の取り組み』

<http://www.city.fuji.shizuoka.jp/hp/menu000025000/hpg000024930.htm> (最終閲覧日: 2013年12月2日)

Girls Channel ガールズちゃんねる

<http://girlschannel.net/topics/1958/> (最終閲覧日: 2013年6月19日)

東広島市ホームページ『食育推進事業「作って! 食べよう! 弁当 DAY (べんとうデー) !」について』

<http://www.city.higashihiroshima.hiroshia.jp/soshiki/54/bento.html> (最終閲覧日: 2013年12月2日)

HONDA KIDS

<http://www.honda.co.jp/kids/enjoy/recipe/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)

IRORIO

<http://irorio.jp/canal/20121211/39452/> (最終閲覧日: 2013年10月31日)

カツ代キッチン

- <http://www.daidokoro-marumaru.com/hp/index.html> (最終閲覧日: 2012年11月30日)
- クックパッド
<http://cookpad.com/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)
- 日本食育インストラクター協会
<http://www.npo-shokuiku.com/shikaku/> (最終閲覧日: 2013年12月9日)
- OCN お弁当クラブ
http://creaco.ocn.ne.jp/obento/event/research/02/2_2.html (最終閲覧日: 2013年5月5日)
- お絵かきお弁当美術館
<http://museum.e-obento.com/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)
- サンリオキャラ弁コンテスト
<http://sanriobb.com/charaben/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)
- 世界に誇る日本のお弁当アート
<http://obentoart.com/> (最終閲覧日: 2013年10月31日)
- 食中毒が気になる夏のお弁当作りのコツ
夏の幼稚園弁当
<http://allabout.co.jp/children/kinder-garden/closeup/CU20030514C/index.htm> (最終閲覧日: 2003年6月24日)
- 東北応援! キャラ弁&デコ巻き寿司 ご当地キャラデザインコンテスト
https://www.smartcontest.jp/system/gakusy-u-forum/pc/?contest_pk=20 (最終閲覧日: 2013年10月6日)
- わくわくキャラクター弁当
<http://aichigo.blog109.fc2.com/> (最終閲覧日: 2013年10月6日)
- yumi café
<http://yumicafe123.com/index.html> (最終閲覧日: 2013年6月19日)