おせち料理に込められた願いと野菜の象徴性
― 現代社会における再構築の視点から ―



羽衣国際大学　人間生活学部　講師
（元外務省　在エディンバラ日本国総領事館　公邸料理人）
湊　敏文

1　はじめに

私はこれまで、日本料理人としての経験を積んでまいりました。外務省在エディンバラ日本国総領事館では、公邸料理人として、外交の場で日本料理を提供し日本の食文化を海外へ伝えるという役割を担いました。その後、クルーズ船に乗務し、世界各国を巡りながら多様な食文化を取り入れ、世界中のお客様をもてなす機会に恵まれました。これらの経験は、私にとって日本料理の価値を再認識する大きな契機となりました（写真１、２）。

世界の料理や食文化に触れてきた経験を踏まえると、日本の食文化は「意味を重んじる文化」であり、料理に願いや祈りを込める点が大きな特徴だと改めて感じます。特に正月に食べるおせち料理は、日本人が古くから大切にしてきた行事食であり、家族の無病息災や子孫繁栄、五穀豊穣など、生活の安定を願う料理として発展してきました。

しかし近年、生活様式や食の多様性から家庭での手作りの機会が減少し、行事食に込められた意味が十分に伝わらないまま形だけが残る傾向も見られます。農林水産省の調査でも「行事の意味を伝えること」や「家庭の伝統を受け継ぐこと」の重要性が低下していることが示されており、食文化の継承に課題が生じています。

こうした状況を踏まえ、世界の食文化を見てきた立場から、改めて日本のおせち料理の意義を整理し、とりわけ野菜の象徴性に焦点を当て、現代の食生活に合わせた新しいおせち料理の在り方や、食文化をどのように継承していくか、その課題と展望について述べたいと思います。





写真１　公邸料理人時代の和食のもてなし





写真２　クルーズ船乗務時代には、日本の食文化を世界に発信

２　おせち料理の成り立ちと文化的背景

おせち料理のルーツは、弥生時代に季節の変わり目「節」に豊作を感謝し、神に作物を供える「節供(注1)」にあります。奈良･平安時代には、宮中で「節会」が行われ、邪気を祓い、不老長寿を願う儀式として定着しました。そこで振る舞われた料理が「御節供」と呼ばれ、これが後の「おせち料理」へとつながっていきます（表１）。

江戸時代には、幕府が五節句(注2)を正式な祝日として定め、豪華な料理を用意する文化が庶民に広がりました。一品一品に意味が付与され、正月に食べる縁起物としての性格が強まりました。

明治時代ころに刊行された『国民之友』、『家庭雑誌』といった婦人雑誌では、正月料理や重詰め料理として「おせち料理」が紹介され、来客をもてなすための料理として扱われるようになりました。誌面では祝い肴や口取り、煮しめなどが丁寧に紹介され、家庭で再現できるレシピや盛り付けが掲載されました（表２）。また、大阪毎日新聞の『家庭の栞』でも、「おせち料理」が豪華で華やかなものとして紹介され、家庭に広まっていきました。

（注１）節供は、節日に供える供御（食物）を指す。元旦の膳や七草粥、草餅などが該当する。

（注２）五節句は、１月７日の「人日」、３月３日の「上巳」、５月５日の「端午」、７月７日の「七夕」、９月９日の「重陽」がある。

このように、当時刊行された雑誌などが各家庭の食生活に大きな影響を与えたことが指摘されています。当時、主婦にとって家庭運営は大変な作業であり、家族の健康

表１　「節供」から「おせち料理」への変遷

弥生時代	季節の変わり目「節」に神様へ作物を供える「節供」
奈良時代～ 平安時代	宮中で季節の変わり目の「節会」という儀式と宴会で振る舞う「御節供」 五節句のお祝い料理すべてが「御節供」
江戸時代	幕府が「節日」を正式に祝日と定め豪華な料理を用意する。 庶民へ広がり、五節句の中でも重要な正月に豪華な料理を用意することが定着し、「おせち料理」が正月料理として受け入れられる。 末期には重箱に詰められ始める。
明治時代	婦人雑誌の刊行が大きな影響を与え、これらの中で正月料理・重詰め料理として紹介され、来客用のおもてなし料理となる。
大正時代	口取り、煮物、酢の物などが、重詰めされるようになる。 年始に来られた方に、まず重詰めでおもてなしをし、その後に本膳料理や会席料理を振る舞う。
昭和時代	戦後「おせち料理」の名が広まった。 日本料理だけでなく中華や西洋料理が詰められる。 「おせち料理」は作る物から買う物へ。
近代	重箱に詰めれば「おせち料理」のイメージが定着 有名料理店や有名シェフの監修物などが登場 ローストビーフなどの肉料理や洋菓子デザートが入る物もある。

表２　重箱の意味と段ごとに入れるもの

重箱	めでたさを重ねる。
一の重	子孫繁栄や長寿の願いを込め、縁起が良いとされる料理が中心 三種の祝い肴 （関東：数の子・黒豆・田作り、関西：数の子・黒豆・ごぼうや酢ごぼう）など。
二の重	口取りや酢の物が中心 紅白かまぼこ、栗きんとん、昆布巻きなど。
三の重	お刺身、焼き魚など、海の幸が中心
与の重	四段目は「四の重」ではなく「与の重」という（「四」は、死を連想し、縁起が悪いことから「与」という字を使う）。 煮物、筑前煮など、山の幸が中心

を考えながら料理の作り方や新しい情報を得る上で、雑誌は重要な情報源であったと考えられます。故郷を離れた人々にとっては、現在のように流通が発達していない時代に郷土の食材を手に入れ、風習や習慣を再現することは容易ではありません。雑誌というメディアを通して、これまで触れることのなかったライフスタイルや料理情報に触れることで、家庭料理の標準化が進み、食文化の広がりに大きく寄与したと言えます。

明治期の食文化の変化も、家庭料理の多様化に大きな影響を与えました。明治は、食の洋風化という新しい文化への好奇心や憧れの時代であり、食事は単に「空腹を満たす」ものから「味わう楽しみ」を伴うものへと変化しました。

婦人雑誌の普及で家庭料理としての「おせち」が広まり、大正・昭和を経て多様な料理が重箱に詰められるようになりました。戦後は日本料理だけでなく、洋風・中華風の料理も取り入れられ、現代では「重箱に詰められた料理＝おせち料理」というイメージが定着しています。

こうした社会的背景は、正月料理にも少しずつ影響を与え、伝統的な和食を基盤としながらも、時代に応じて新しい料理や技法を取り入れる柔軟な文化として「おせち料理」が発展していく土壌となりました。

３　野菜に込められた象徴性と願い

おせち料理には多くの野菜が用いられ、それぞれに象徴的な意味が込められています。諸説ありますが、食材を通じて一年の安定を願う文化的表現です。

（１）れんこん ―見通しの良さ―



穴の形状から「先を見通す」という願いが込められ、新年の展望を明るくする食材とされています。蓮（はす）の花は極楽浄土の池に咲くことから「穢（けが）れのない」、また美しい花から多くの種が採れることから「多産」などの意味もあります。

（２）さといも ―子孫繁栄―



親芋から子芋が多く育つことから、子孫繁栄や家族の繁栄を願う食材とされ、丸い形を「家庭円満」の象徴と捉え、あえて面取りをせずに調理する地域もあります。「人の頭（かしら）になりますように」と出世を願い頭芋（かしらいも）を男性に、「子宝に恵まれますように」と子孫繁栄を願い小芋を女性に取り分ける地域もあり、日本人の心遣いが食材に表れています。

（3）ごぼう ―家の基盤の安定―



地中深く伸びることから「家の基盤が太く安定する」を象徴するとされ、関西では「たたきごぼう」が祝い肴として扱われます。関西にはごぼうの産地が多く、大阪の高山牛蒡（ごぼう）や京都の堀川牛蒡などがあります。

（4）にんじん ―魔除け―



赤色は古くから魔除けの色とされ、紅白なますなどに用いられます。紅白なますは水引をイメージし、細く切った人参と大根で表現され、一家の平和を願う縁起物です。また「ん」の付く食材は「運」が付くとして、縁起が良いとされています。

（5）だいこん ―清浄・平穏―

白色は清浄を表し、平穏な一年を願う意味があります。なますなど幅広い料理に活用されます。

これらの象徴性は、野菜が持つ自然の形や色に基づく生活の知恵であり、長く受け継がれてきた文化資源と言えます。

4　社会背景の変化とおせち料理の課題

近年、核家族化の進行や共働き世帯が増え、家庭でのおせち料理作りは減少しています。一方で、市販のおせち料理の市場は拡大しています。市場の総量は横ばいですが、内容が変化していることが推測できます。早い企業では、８月のお盆が過ぎるとプロモーションや予約を始めるところもあり、販売時期の早期化が進んでいます。

利便性の向上は歓迎すべき点ですが、料理に込められた意味が十分に伝わらないまま形骸化する懸念もあります。インターネット販売やスーパーマーケットのチラシを見ていると、ローストビーフなど、従来のおせち料理にはなかった料理をそのまま重箱に詰めているものや、SNS（ソーシャルネットワークサービス）の普及により「見た目の華やかさ」が重視され、伝統的な技法やおせち料理の文化的背景が軽視される場面も見られます。中には、SNSで影響力を持つインフルエンサーが監修するなど、若年層を狙った商品も登場しています。食文化の継承は、家庭だけでなく、教育機関、地域活動、食品産業など多様な主体が担う時代となりました。販売されるおせち料理においても、料理の意味や背景を伝える工夫が求められます（表３）。

表３　お重に詰める料理とその意味

数の子	子孫繁栄 「たくさんの子に恵まれますように」 「わが家が代々栄えますように」
黒豆	まめに働けるように 「まめ」には、元気・丈夫・健康などという意味が込められている。
田作り	豊作祈願 田作り（カタクチイワシの稚魚）は稲田の肥料として使用されたため。
たたきごぼう	ごぼうを叩いて身を開いて「開運」という意味が込められる。
紅白かまぼこ	紅白で縁起物 紅の部分は「めでたさ」や「魔除け」の意味 白の部は「神聖さ」や「清浄」の意味
伊達巻	「知性」の象徴 巻物に見立てて、書物を連想させ、「学業が成就しますように」との願いが込められる。
昆布巻き	よろこぶの語呂合わせ いつまでも健康で長生きできますようにと「不老長寿」の願いが込められる。
栗きんとん	金運上昇 黄金色の見た目を金塊や小判などに見立てた意味が込められる。

５　現代社会に合わせた「新しいおせち料理」の提案

伝統を守ることは重要ですが、伝統とは必ずしも料理の形や調理法をそのまま固定して守ることだけを意味するものではなく、そこに込められた意味や願いを理解した上で、時代の生活様式や食嗜好に合わせて柔軟に受け継いでいくことも、食文化の継承の一つの方法であると考えます。

おせち料理は、正月という特別な日に食べる料理であり、古くから一年の願いが込められてきました。一般には、歳神様に供えた料理を家族で食べることにより、新しい年の福を授かる意味もあり、おせち料理は単なる保存食や正月のご馳走ではなく、食材や料理を媒介として、家族の願いや祈りを共有する文化でもあります。

このように考えるならば、おせち料理を現代の生活に合わせて再構築する際には、「伝統的な料理名や調理法を残すこと」だけを重視する必要はありません。大切なのは、食材が持つ象徴性や、そこに込められてきた願いを理解し、その意味を新しい料理の中に受け継ぐことです。以下に例を示します。

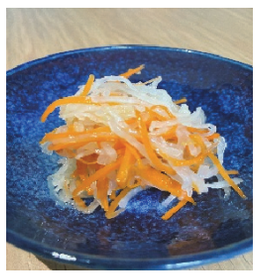
【黒豆】



「まめに暮らす」、「まめに働く」という願いを込めた食材として知られています。好みでクリームチーズと和え、オードブル感覚にもできます。

甘煮だけでなく、和え物や塩ゆでし枝豆のようにして現代的な副菜や前菜にすることも可能です。形や味付けが変化しても、「一年を元気に、まめに暮らしたい」という願いを伝えることができれば、おせち料理としての文化的意味は受け継ぐことができます。

【紅白なます】



甘酢漬けに限定しないで、にんじんとだいこんによる紅白の色や、水引を表すという象徴性を残しながら、ホテルの朝食やビュッフェなどで見掛けるキャロットラペのような料理にできます。現代の食生活に取り入れやすい味や調理法に変えることで、若年層や洋食を好む世代にも受け入れられます。

【金団】



金団には「豊かな一年」や金運を願う意味が込められていますが、さつま芋の甘さを生かしながらレモン煮にすることで、爽やかで軽い味にすることができます。甘味を抑えることによって、現代の食嗜好にも対応した新しい「金団」を提案できます。

【れんこん】

辛子蓮根やはさみ揚げのように穴を損なわない調理であれば、揚げ物にしてカレー塩など好みの風味で食べても面白いです。

【さといも】

下味を付け、ゆでたさといもを唐揚げにしたフライドポテトや、蒸して衣かつぎ(注3)として、お好みでマヨネーズや塩辛などを付けて食べる料理として楽しめます。

(注3) 衣かつぎは、さといも（小いも）に一部切込みを入れ、皮ごと蒸す、または茹でて、その皮をむいて食べる料理

【ごぼう】

食べやすい形状にして「ごぼうサラダ」のようにマヨネーズ和えにもできます。

【海老】

野菜以外では、海老も長寿を願う食材と

して、「互いに腰が曲がるまで長生きする」という姿に願いを重ね、おせち料理に用いられてきました。伝統的な艶煮だけでなく、エビフライにすることもできます。

重要なのは、料理の形式を守ることではなく、食材に込められた意味や願いを次世代に伝えることです。「食材の選択、込められた願い、正月に家族でその意味を共有」するという三つの要素を残すことが重要です。食文化を継承していくには、伝統的な料理を残すことも重要である一方、現代の家庭で食べやすい味や調理法に変化させることも必要です。

おせち料理は各地域・各家庭によって料理や味付けに違いがあり、必ずしも全国一律の料理ではないため、現代のそれぞれの家庭で自分たちの好みや生活環境に合わせて新しいおせちを作ることは、伝統からの逸脱ではなく、むしろ食文化の在り方を踏まえた自然な変化と言えるのではないでしょうか。

年末に家族で料理を作り、料理に込められた意味を話しながら食卓を囲むことは、単に料理を作る行為にとどまらないのです。なぜ黒豆を食べるのか、なぜ蓮根を使うのか、親から子へ伝えることによって食材の象徴性と家族の願いが次世代へ受け継がれていく、これこそが、柔軟な継承の在り方ではないでしょうか。

6　食文化継承の展望

食材を通して、家族への祈りや願いを生活の知恵として取り入れてきたことは、現代にも活かすことができます。

家庭での手作りが減少する中、販売されるおせち料理においても、料理の意味や背景を伝える工夫が求められます。伝統を尊重しつつ、現代の生活に寄り添う新しいおせち料理の形を提案することは、次世代への食文化継承につながると考えます。

7　おわりに

おせち料理の材料として用いられる野菜は、そこに意味が込められ、次世代に語り継ぎたい食文化資源です。

本来、おせち料理は各家庭で手作りし、家庭ごとの味付けや地域の風習が重箱に詰められていました。日本は南北に長く、食材の利用法が地域によって大きく異なるため、各地の祭り食や祝い事、家庭の習慣が自然と正月料理に反映され、地域文化や家庭文化の継承にもつながっていました。親から子へ、子から孫へと受け継がれてきたのです。

おせち料理を「決まった形を守るべき料理」と堅苦しく捉えるのではなく、むしろ野菜に込められた意味の価値観を、家庭ごとの好みに合わせた料理に映し出す柔らかな文化であっても良いのではないでしょうか。

各家庭が年末の行事の一つとして楽しみながら作り、家族で味わい、語り合うことこそが、食文化の継承においても大切な時間であると考えます。本稿で示したおせち料理の再構築という提案が、伝統を尊重しつつ現代の生活に寄り添う新しいおせち料理の形を考える一助となり、次世代へと食文化をつないでいく契機となれば幸いです。おせち料理が、これからも家庭の温かい記憶として受け継がれていくことを心から願います。

【職歴】
学校法人谷岡学園　大阪緑涼高等学校　常勤専門講師
株式会社八代目儀兵衛　店長兼料理長
Costa Crociere S.p.A（イタリア，ジェノバ）　セカンドコック
日本クルーズ客船株式会社　セカンドコック
外務省　在エディンバラ日本国総領事館　公邸料理人
Harajuku kitchen（エディンバラ，スコットランド，英国）料理顧問・アドバイザー
羽衣国際大学　人間生活学部　講師