

調理師の資質向上のために選定した図書

井上啓男・小野真知子

The Selected Books for the Improvement of Cooks' Nature

Hiroo INOUE and Machiko ONO

はじめに

厚生省の調査によると、調理師免許の所有者は、調理師法（昭和33年法律第147号）制定の翌昭和34年に61,570人であったが、制定後10年の昭和43年には708,596人に達し、その間毎年約10万人ずつ調理師が誕生したことになる。ごく最近の、昭和60年12月現在では、調理師免許所有者は2,108,260人で、最近4年間に平均して毎年約7万人が調理師免許を取得している。

調理師免許取得には、現在学校教育法第47条に規定する者（中学校卒業程度）で、厚生省の基準により都道府県知事が実施する調理師試験に合格して取得する方法と、厚生省の指定する調理師養成施設（昭和60年調べで246施設）において1年以上、調理師となるに必要な知識と技能を修得のうえ取得する方法の2種類があるが、最近では、免許所有者の大部分が短期大学別科・高等学校・専門学校・専修学校などの養成施設における免許取得者である。調理師は、調理業務に従事する者の資質を向上させることにより調理技術の合理的な発達を図り、もって国民の食生活の向上に資することを目的として、国家が法制化した資格であるが、最近、免許所有者の中には調理の腕前の良し悪しだけを評価される単純技能者と化してゆく者が多い傾向にある。調理師の業務は、常に人に接する業態であり、調理する人の心の表現を基盤に、安全と美味であることを兼ね備えなければならない。したがって、調理師は、調理に関する見識を深めると共に人格の素養に努めることを要請されるのである。これが調理師の資質の向上である。

本稿は、調理師が資質向上の一助として、どのような図書を読み、思索すべきかという受動的な方法であるが、一応100冊余の図書を選定し、それぞれの図書に抄録を付して活用の便をはかることを目的とした。

図書選定の方法

1. 収書（蔵書も含め）と検索により選定を行なった。
2. 収書の追加を普通書店、古書店を通じて行なった。
3. 検索は、国立国会図書館文教調査室、名古屋女子大学図書館、名古屋市鶴舞中央図書館、三重県立図書館、86年版日本図書総目録―書名編―を利用して行なった。
4. 収書・検索した図書は、文献カードを作成し、書名・著（編）者名・頁数・発行所・発行年次の順に記録して置いた。
5. 常時活用の便を考慮し、新書版・文庫版の図書を多く選定した。

図書選定の結果と若干の考察

収書・検索した図書を6分野に分類整理し、すべての図書に抄録を付し活用の便宜をはかった。

第1分野：調理師としての基本的姿勢をしっかりと身につけるための必読の図書として、衛生法規・公衆衛生学・栄養学・食品学・食品衛生学・調理学及び関連の図書をそれぞれ1冊、読解しやすいことを前提に選定してみた。

001 栄養・食品関係者のための明解衛生法規：野崎貞彦：363p：第一出版：1982 調理師が衛生法規を理解するための基本的事項が網羅されている。各法規の概要も洩れなく解説しており、毎年改訂を行っている。

002 五訂調理師のための公衆衛生：長田泰弘・吉田敬一：218p：光生館：1985 調理実務担当者のための公衆衛生を平易に解説。新しい調理師養成施設教育課程に準拠して、公衆衛生の最新の知見を取り入れている。

003 エスカ栄養学総論：木村修一・山口迪夫他：244p：同文書院：1983 栄養の概念と栄養学の目的、栄養と食生活、栄養と食品成分、栄養と健康、栄養状態の判定、栄養所要量など栄養学の基礎的問題を豊富な図と共に全体的に学べるよう構成されている。

004 エスカ食品材料：五十嵐 脩・竹内昌昭：227p：同文書院：1983 日本の食生活ということを中心にして食品を学ぶのに手ごろな本。植物性・動物性食品、加工・調理食品、発酵食品などについて歴史的考察と共に、日本の食生活に取り入れられている現状や問題点の指摘にまで及んでいる。

005 エスカ食品衛生学：内山 充・糸川嘉則・豊田正武：217p：同文書院：1983 最近では食品衛生上の話題が多くの人々の関心を集めている。しかし食品衛生の知識を得ることは容易ではないという先入観が伴う。本書は類書のなかでも食品衛生学を平易に、効果的に、そして新しい情報が図や表で理解しやすいように書かれてある。食品添加物・食中毒・有害物質による食品汚染の各章は精読すべき個所である。

006 新版調理学：松元文子：237p：光生館：1985 調理の意義、調理の対象となる原料、調理器具、調理の方法など、調理の理論と技術から調理学の体系が確立されている。

007 調理学用語辞典：川端晶子・寺本芳子：250p：建帛社：1985 調理に関する用語を調理科学、日本・西洋・中国料理、調理器具の5分野にわけ、簡潔明瞭に解説した調理師の必携書である。

第2分野：日本の食生活の歴史をたどってみたいと思うときの図書として、日本の食物史・日本の食生活史に関する類書のなかから適宜に選択して読めるよう選定してみた。

008 日本食物史—食生活の歴史—：樋口清之：295p：柴田書店：1983 各時代の文化の変遷と関連した食生活を克明に解説している。時代生活全般と有機的なつながりをもつ食生活史。

009 改稿食物史—日本人の食生活の発展—：森末義彰・菊地勇次郎：236p：第一出版：1983 食物の歴史だけにとどまらず、日本人の社会生活や経済生活の中で、食生活がどう発展してきたかということが写真を多く取り入れて解説されている。

010 日本食生活史：渡辺 実：316p：吉川弘文館：1982 広く文献を検索し、また関係ある世襲職や業者の実務をも見聞して、古代から現代までの食生活全般にわたり、その歴史が

概観されている。

011 日本人の食生活史：下田吉人：121p：光生館：1984 日本人の食生活の変遷に関する豊富な資料を基に、文化の進展に伴い生活様式がどう変化したか、そしてそれが食料の構成や、料理の方法、食事の様式をどう変えたか、食生活の変化が国民の体位にどう影響したかを系統化している。

012 日本型食生活の歴史：安達 巖：262p：農山漁村文化協会：1982 先史の時代から現代まで、日本の食生活はどう変化してきたか、外国との関係、その日本の中での変容、作物や料理法の変化など、今後の日本的食生活を築いていく歴史的視点を提供してくれる本。

013 日本料理史考：中沢 正：315p：柴田書店：1983 日本料理の源流である江戸時代(1608～1867)を中心に、昭和に至る変遷史を豊富な史実にもとづき、調理師の目を通して系統的に詳述している。

014 たべもの古代史：永山久夫：254p：河出書房 (文庫)：1984 いま日本の伝統食が見直されているなかで、味噌、しょう油、豆腐、米などは、古代人が発見したものという発想から、貝塚、遺跡を取材して古代人の知恵とたくましい生命力を解明した本。

015 たべもの江戸史：永山久夫：264p：旺文社 (文庫)：1986 江戸時代 (1608～1867) から食された鮎、天ぷら、そば、納豆などの起源・変遷をエピソードで綴る江戸文化史。現代の食生活の基本は江戸時代に作られたと述べている。

016 にっぽん洋食物語：小菅桂子：242p：新潮社：1983 文明開化といわれた新時代(明治)に対応しつつ完成された日本独特の洋食の数々を、歴史の証言をまじえて紹介する日本西洋料理の始である。

017 日本食生活史年表：西東秋男：211p：楽遊書房：1983 いま再評価を受けている日本型食生活とは何か、その探究は過去の食生活史をふり返えることから始まるとし、日本の食生活、つまり日本人の食文化の変遷を教えてくれる日本初の年表である。

第3分野：世界各国の食生活の歴史、調理の構成、調理の方法、食事様式の現状などを知り、広く世界に眼を向けたいと思うときの手引きとなる図書を選定してみた。

018 随園食単：袁枚・青木正児訳：299p：岩波書店 (文庫)：1983 原刊は1792年である。随園は字名で食単は料理メモの意で、当時の中国料理の実状を知ることができる。中国人の飲食に対する精神があらわれている中国料理の聖書ともいえる。内容は、予備知識と警戒事項を述べ12項300余種の料理にわたって材料の吟味、つくり方、味わい方を記し、さらに、酒、茶にまで説き及んでいる。

019 中国食物史：篠田 統：330p：柴田書店：1983 中国料理は、いつ(歴史)、どこで(地理)、どのように発達したのか、中国の食生活の変遷を解説したもので不朽の名著。先史時代から清朝(1616～1912)までの中国の食物と料理の歴史を追っている。

020 華国風味：青木正児：237p：岩波書店 (文庫)：1984 中国は、世界に冠たる食事文化の国であることを教えられる本。粉食の発達から、ラクガン、酒、茶、ツケモノと、縦横に筆が走るうんちくを傾けた学問の筋が通った考証記である。

021 食物誌：石毛直道・大塚 滋・篠田 統：208p：中央公論社 (新書)：1975 昭和49年1月から11月まで「読売新聞」日曜版に3名が交代で執筆したものを1冊にまとめたもの。日常なじみ深い食品について、確かな目を養うための肩のこらない食物百科事典。

022 食生活を探検する：石毛直道：270p：文芸春秋（文庫）：1983 アフリカや南太平洋の島で調査旅行をつづけながら、食生活を手がかりに、文化とは何かを考え、学問としての食を確立させた文化人類学者の著作。フィールドワーク的研鑽の出発点である。

023 パリの料亭：辻 静雄：269p：新潮社（文庫）：1982 いわゆる、有名店やメニュー紹介のレストラン・ガイドではない。現在、日本でフランス料理研究のトップを独走する著者がフランス料理文化への愛情と敬意、それを抜群の体験と感性、ブキッシュなうんちくを傾けた1冊。

024 食べるポケットブック（ヨーロッパ篇）：クエンティン・クルー・長田光弘訳：253p：鎌倉書房：1984 日本には、この類書すらない貴重で重要な本。ヨーロッパ各国のレストランでメニューに記されているはずの単語、すなわち、各国の調理や素材が、国別、種類別、アルファベット順に原語で網羅され、それぞれに日本語訳がついている。海外旅行のみならず、国内の外国料理店巡りにも必携の1冊。

025 世界を食べ歩く：豊田 稔：276p：勁文社（文庫）：1983 ソ連（ロシア）・シルクロード・中近東・地中海・中南米・南太平洋、そしてアフリカ、新聞記者として、世界のひと味違った食べものに挑戦し、食べものと酒を通じて東西の人々と知り合い、語り合った食べ歩き記、味の旅である。

026 メニューの読み方—フランス料理の愉しみ—：見田盛夫：332p：駸々堂出版：1986 実用書であるが、フランス料理のメニューによく見るフランス語の料理用語を、魚・肉・野菜、そしてフランス料理の特徴であるソースなどのジャンルに分けてまとめたもの。「ミシュラン」ガイドブックからの抄録である。

027 食卓の文化誌：石毛直道：235p：文芸春秋：1980 料理（調理）の道具、食品、調味料など食卓のさまざまな光景から、世界の食事風俗に深く分け入り、東西民族の知恵を探った食事文化論である。

028 世界いい味いいところ：小西章子：185p：三修社（文庫）：1986 オーストラリア・フィジー・スウェーデン・インド・ケニア・タイ・ブラジル・モロッコ・ネパール・スペインの10か国の駐日大使夫妻に接見、とっておきの料理を語ってもらったもの。

029 茶の世界史—緑茶の文化と紅茶の社会—：角山 栄：225p：中央公論社（新書）：1984 茶の世界は、今やグローバルな展開へと向っている。同じ葉から作られる二つの茶（緑茶と紅茶）の運命、世界史に及ぼした影響を、日常生活の視点から鮮やかに描いた生活文化史である。

030 お茶のきた道：守屋 毅：254p：日本放送出版協会：1981 茶はどこから来たか。中国雲南・アッサム（インド東部）・ビルマ等における茶と人間のかかわり、茶の習俗を探り、茶のルーツを追う比較文化論である。

第4分野：食生活につながる思考や、思潮が主な内容となっている図書と、調理一筋を生涯にかけ、体験から深い見識をにじませ、調理する心を学ぶ図書（自伝）二者を選定してみた。

031 台所のオーケストラ：高峰秀子：245p：潮出版社：1982 基本的素材による家庭料理のレシピ集。素材の見分けかたから調理法まで、著者の人柄が文章のはしばしに躍る点はさすがであり、編集や造本にまで群を抜いたセンスが光っている。

032 料理歳時記：辰巳浜子：234p：中央公論社：1973 日本の自然と四季が産んでくれる純正食素材、それを数百種取りあげ、大地や海への感謝をこめつつ、その材料から美味のい

のちを取りだす調理の知恵と愛情を、キメ細かく名文で綴っている。日本のすばらしさ、おふくろのしつけの重みを痛烈に思い知らされる名著。

033 私の食物誌：吉田健一：241p：中央公論社（文庫）：1978

034 私の食物誌：池田弥三郎：431p：新潮社（文庫）：1982 この2冊は、いわゆる“食通のいやらしさ”とは全く別の地点で、食のたのしみを語る典型版。食べる話題が、人柄を和やかにし、気持も自然にひろがることを教えてくれる。作家・評論家・学者・芸術家それぞれの心の目の向け方や好み、つまりは人品の感性までを語りかけてくる。

035 舌の世界史：辻 静雄：212p：新潮社（文庫）：1980 料理人・料理研究者であるとともに歴史家でもある著者が、フランス料理文化の形と心を歴史を通して解き明かした本。また、食物史関係の史料や文献にもうんちくのあることがうかがえる。なかでも、7,000種もの料理を創り、フランス料理を世界中に広めた、今世紀初めの大料理長エスコフィエの業績は必読の個所である。

036 食べものからみた聖書：河野友美：221p：日本基督教団出版局：1984 おびただしい食物を通して、聖書が語りかけるものを探っている。ブドウ酒とイエスの末期の水、禁断の実に仕立てられたリンゴや乳文化と香辛料のかかわり、塩のかくし味的存在の意義にも触れ、聖書の解釈に教えられることが多い。

037 食卓の情景：池波正太郎：352p：新潮社（文庫）：1980 たべものに託して人生観を語るエッセイ。日本中を歩いて土地の食への思い入れをたのしみつつ、著者の記憶は常に著者の人間そのものを育ててくれた母堂の味覚、愛情、そして世間の味へのノスタルジャーに戻る。最近の文筆家たちによる食エッセイは、ここからスタートしたと思えてくる名随筆。

038 魯山人味道：北大路魯山人・平野雅章：303p：中央公論社（文庫）：1980 1974年、1,000部の限定本として刊行されたものの文庫化。多芸多才な芸術家の美味探求の書。数の子は音を食うもの、若鮎の気品を食うなど美食談義や料理は創作、料理は道理を料るもの、という風に、味覚の美と芸術の美をはじめ料理のこころを説く。人にものを食べさせる歓喜と愛情があふれていて感動を呼ぶ。

039 味をたずねて：柳原敏雄：321p：中央公論社（文庫）：1981 全国各地の料理探訪を通して、食に見る地方の生活を訪ねる。四季折々の食生活に詩情がこもる風土記。

040 料理の起源：中尾佐助：225p：日本放送出版協会：1981 全世界の家庭で毎日行なわれている料理ということに、初めての学術的解明を試みたもの。世界の料理と歴史的に複雑な因縁をもつアフリカに焦点をあて料理の原点を探る比較文化論。植物栽培学者の目で人と食べもののかかわりを時間系列のなかに調べあげた学究的な読物。読むうち、人間がしてきたことへの感動に知的興奮が湧く。

041 美味礼讃（上）：ブリア・サヴァラン・関根秀雄訳：285p：岩波書店（文庫）：1978

042 美味礼讃（下）：ブリア・サヴァラン・関根秀雄訳：280p：岩波書店（文庫）：1978

原刊は1825年。原標題は「味覚の生理学」となっていて、“超絶的美味学の随想”という副題がついている。ユーモアに富む美食論と多くのエピソードによって色どられた料理法が内容となっているが、味覚の理論を展開し、風味の分析を行ない、美食のなにかを定義している。各所にアフォリズムによる所見もみられ、「新しいご馳走の発見は人類の幸福にとって天体の発見以上のもの」という有名な格言はその一つである。

043 食味歳時記：獅子文六：248p：文芸春秋（文庫）：1979 日本の四季の素材と味覚の美味エッセイ。日本の自然への深い想い、食べることにこだわる執念の人間味がただよう古

典的名著。通俗的な食通の舌自慢でなく、まっとうな批評眼をそなえた文学的「文化論風食随筆」の原点である。

044 食は三代—東西食文化考—：出井宏和：266p：新潮社（文庫）：1985 料理を語る時、和洋中の区別、関東と関西、懐石と会席、フォーマルとくつろぎ、煮る・焼く・揚げるなどの違いがある。著者は、パリ、モスクワ、香港などでの料理修業で得た豊富な知識と経験をもとに、文化としての料理を語っている。音楽は音、絵画は色、彫刻は形であるといわれるのと同様に、料理文化は味が大きな要素と語っているのは説得力がある。

045 味覚の文学散歩：大河内昭爾：254p：講談社（文庫）：1985 新旧色とりどりの文学作品から食に関する文章だけを選び出して編んだアンソロジー。食と味覚をどのようにすればうまく表現できるかという一種の文章読本である。そしてまた、札幌から始めて長崎にいたり、さらに外国にまで足跡の及ぶ文学散歩であると同時に食べ歩き美食文学作品である。

046 食の文化史：大塚 滋：186p：中央公論社（新書）：1975 日本と欧米の肉食とは根本的な違いがあるとか、サラダづくりに芸術家の情熱を傾ける欧米人、最近、醤油が世界的に拡がっている事情など、東西の食生活の歴史と文化的背景をわかりやすく描いている。

047 日本の食事様式—その伝統を見直す—：児玉定子：221p：中央公論社（新書）：1980 日本近代化の幕明けと共に、伝統的日本料理の継承が中断される一方、欧化心酔による洋食様式の導入の仕方に問題があったことから食生活の現状につながる経緯を見出し、和洋折衷・スナック化の食生活の現状から、日本伝統の料理を見直すことを提言している。

048 食の社会学：加藤秀俊：285p：文芸春秋：1982 食べるという行為が人間にとってどんな意味を持つのかを、調味料の歴史、旅の飲食と三度の食事、食器具と台所等から多角的に考察している。

049 食べ物の科学—穀物・野菜・果物—：小島道也・伊東 正：246p：日本放送出版協会：1983 米・麦などの穀物、さまざまな野菜や果物について、故事来歴、種類、栽培、品質、保存、加工、流通と多量の知見が盛りこまれた気配りのゆきとどいた良心的な本。

050 食塩：木村修一・足立己幸：306p：女子栄養大学出版部：1984 調理には欠かせない食塩のすべてについて、すなわち、人間の生理、病気とのかかわり、治療や食事療法、民俗、調理等々、さまざまな角度から最新の学問成果で語っている。無知な減塩より適塩が大切という教示は説得力がある。調理に携わるものにとっては必読書である。

051 洋食や：茂出木心護：229p：中央公論社（文庫）：1980

052 ビフテキの王様：石原仁太郎：269p：講談社：1986 料理ひとすじに生涯をかけた人びとの立志自伝は、調理を職業として志すものにとって一度は読むべき図書。この2冊のうち、前者は、日本における洋食店の草分け「泰明軒—たいめいけん—」でコックの修業ののち、独立して東京日本橋に“たいめいけん”をもった著者が、失われてゆく下町の「洋食の味」を懸命に残そうと努力した心意気のこもった随想。後者は、大衆奉仕の信念を貫き、日本の洋食普及と畜産事業開発に全生涯を捧げたビフテキ専門店「スエヒロ」の開業者が、心をこめて語り尽くした感動の立志自伝である。

053 帝国ホテル料理長の楽しいフランス料理：村上信夫：278p：講談社（文庫）：1985 西洋料理歴満43年、その体験をもとにフランス料理の極意を述べた本であるが、各国の料理を勉強するには、その国の歴史や習慣を調べることが先決であることを強調し、料理はつくる人の心の表現という印象的な言葉、“料理を始める前に”というタイトルで述べている料理の基本の個所は、調理師を志すものにとって熟読する価値がある。

054 神田鶴八鮭ばなし：師岡幸夫：303p：草思社：1986 東京神田の鮭処「鶴八」の店主が、昭和24年から現在の営業に至るまでの修業の苦労話や鮭職人の経営哲学を開陳。鮭一筋に30数年を、自らの言葉で綴った自伝である。

055 河岸の魚：町山 清：246p：国際商業出版：1979 明治・大正・昭和の三代にわたって河岸で働き通した著者の豊富な体験と知識を、魚と河岸にまつわる数々のエピソードを軽妙・洒脱な筆致で生き生きと描き出している。

第5分野：近年、食生活のなかに、浸透している果物についての基礎知識（品名・品種・旬・生産地・輸入先など）を得たいときの図書、また、食生活に付随して消費が増加している嗜好性食品（茶・珈琲・チョコレート・ワイン・ビールなど）に関する普遍的な知識や新しい情報を知りたいときの図書を選定してみた。

056 世界の果物雑学事典：天野秀次・吉田企世子他：213p：毎日新聞社（新書）：1983 果物のルーツ、栽培、食べ方、語源など、長い果物の歴史のなかから200項目を集約し、エピソードを混じえて解説している。

057 くだもの本：斎藤義政：221p：新潮社（文庫）：1986 三代にわたる日本の代表的果物商「千正屋」の社主が、国内産・輸入果物を網羅しての最も新しい刊行。果物について、品種、産地、食べ方、加工品、出回り期と、小冊子であるが、果物の徹底語録。

058 果物のたどってきた道：永沢勝雄：236p：日本放送出版協会：1976 果物は、どこでどのようにして生まれ、育ち、さらには果実として生産されるまでの過程をわかりやすく説き、果物への愛着を食生活の絆となるよう訴えている。

059 くだものと野菜の四季：加藤 要：400p：北隆館：1976 外食産業や多くの家庭で不断に食べられている野菜や果物の種類を少しでも多く知ることが出来れば、日常の食生活を豊かにすることが出来る。このような意図で、四季別、月別に、古来から作られ食べられてきた野菜と果物、さらには、古くは中国から、その後は、欧米から伝えられ、これを日本の国土に馴らし、われわれの日常生活にふさわしいよう改良した野菜・果物の多種類を多角的に解説した異色的な食物事典。

060 たべもの歳時記：平野雅章：261p：文芸春秋（文庫）：1978 200数種類の食べものと季節の関係を綴った食物誌。魚にも、野菜にも、果物にも旬というものがある。養殖や栽培の技術が進歩しても旬の味は人間には作りだせない主張。何をいつ食べればいいかを楽しく伝えてくれる。

061 暮らしの茶：小川八重子：143p：平凡社（新書）：1975 著者は言う。茶は日本人の暮らしそのものであったはず、最近なぜ茶は飲まれなくなったのか。安物の代名詞と化した番茶も昔は40種余もある変化に富んだ暮らしの茶であった。茶をおいしく飲むための、水の良否の見分け方・湯加減・急須・茶碗・保存法が書いてあり、もう一度暮らしの茶“常茶”をとりもどしたいというのが著者の意図である。

062 紅茶読本：斎藤 禎：293p：柴田書店：1984 紅茶に関する基本を網羅している。紅茶の歴史、生産国とその特徴、消費国のさまざま。紅茶の化学、紅茶の商品学、紅茶のいれ方に至るまで、紅茶ならこの1冊。

063 英国紅茶の話：出口保夫：241p：東京書籍：1984 英国文化の真髄を紅茶に探る本。イギリス人の生活に不可欠の紅茶の魅力を経歴、文学、人びとなどから説き、東西の比較考察

へと発展させる飲料文化史である。

064 珈琲探索：伊藤 博：404p：柴田書店：1980 コーヒーを、ミクロからマクロまで、しっかりと描いている。コーヒーの出生とおいたち、鑑定、化学、美学、そして抽出技術、紅茶との比較論、コーヒーの文献等、コーヒーのことならこの1冊に尽きる。

065 コーヒー産地事情：谷川 盈：196p：帝国飲食料新聞社：1955 コーヒー・ゾーンといわれる生産地帯の各国を対象として、コーヒーの生産、生産量、収穫期、品質等級、流通経路、輸出の分野別にかかっている。

066 コーヒー小辞典：伊藤 博：194p：柴田書店（新書）：1980 コーヒーに関しては、多領域にまたがる多数の用語がある。生産・地理・品質管理・抽出技術・文化・消費などには重要なコーヒー用語としてさげられないものがある。本辞典にはこれらが有効的に網羅されている。

067 チョコレート物語：吉田菊次郎：126p：中央公論社（文庫）：1984 チョコレートの魅力を語り尽しているといえる本。チョコレートの歴史、世界のチョコレート菓子、バレンタイン・デーやクリスマスのチョコレート、そして手作り教室まで、チョコレートの香りが美しいカラー写真を通して漂う本。

068 チョコレート百科：森永製菓広報室：230p：東洋経済新報社：1985 チョコレートについて、気軽に読める雑学事典といえる。しかし内容的にはチョコレートにまつわる歴史や文化、カカオから始るセピアなチョコレート旅、味くらべから正しい健康心得まで、チョコレート文献など、珍重すべき本。

069 ワインの本：辻 静雄：316p：新潮社（文庫）：1982 邦訳されたワインの名著は数多いが、日本人のものとして、本書にとどめをさす。ワインができるまで、ワインをおいしく飲むために、フランスを中心に産地別ワイン案内、ラベルの読み方、料理との組み合わせまで、ワインを楽しむ徹底的1冊。

070 ビールを楽しむ本：T and T 情報センター：206p：新潮社（文庫）：1985 日本で買える世界のビール、ビールのつまみ、上手な注ぎ方と飲み方、ビールの歴史、ビールの種類、世界ビール事情等ビール情報を満載し、カラー写真を豊富に使ったガイドブック。

071 THE WHISKY：バックス・コレクターズ：222p：新潮社（文庫）：1985 世界中のウイスキーの名品を一堂に集めて、その特徴、味覚、人気の秘密を解説。全点カラー写真を付したガイドブック。

第6分野：食生活に大なり小なりかわりをもつ図書と判断したものの、その内容が分類するのに困難な図書（こめ・パンの本、自然的素材の本、菓子の本、駅弁の本、すしの本、レシピ集、食害に関する本など）を一括して、この分野で選定してみた。なお、少々氾濫傾向にある一般的実用書は除外した。

072 こめの履歴書：山本文二郎：293p：家の光協会：1986 米は日本人の生命を支えた糧であったが、現在は余剰の傾向をみせている。しかし米は日本人にとって、食糧の安全保障になる穀物というのが主張。米の品種の代表的なもの、コシヒカリ・ササニシキなど11種の育種過程、産地、収穫、味などを述べている。

073 パンの文化史：締木信太郎：188p：中央公論社（新書）：1956 日本人の主食として、ようやく食べ方もイタについてきたパンについて、その歩みの跡をふり返えることが主旨

となっている。更に各国のパン，よいパン，わるいパン，パンの文献など参考になる。

074 パンの百科：締木信太郎：175p：中央公論社（文庫）：1981 パン一筋に生きた60年，文字通りの“パン博士”が古今東西の文献をもとに，パンつくりの칸どころ，パンの美味しい食べ方味わい方のすべてを語るパンの事典。

075 パン：レーモン・カルヴェル・山本直文訳：135p：白水社（文庫）：1982 西欧における製パンの沿革，現況（原料・技法・用具など）について詳細に述べ，フランスパン，各国のパン，特殊のパンについて解説している。

076 百魚歳時記：岩満重孝：280p：中央公論社（文庫）：1980

077 続百魚歳時記：岩満重孝：278p：中央公論社（文庫）：1981

078 百魚歳時記第三：岩満重孝：232p：中央公論社（文庫）：1982 食卓，店頭などを通じて見聞する魚族の味覚と個性のさまざまを，四季別に絵と共に楽しい文章で綴る事典風随筆。続百魚歳時記，百魚歳時記第三へと続いている。

079 魚の本の本：竹村嘉夫・大関 徹：202p：東海大学出版会：1980 一般向けに，魚の通俗書・一般教養書をリストアップしたもの。昭和年間に刊行された約750冊の魚関係の本を魚の生態・魚の博物学・魚資源・魚の図鑑・魚の事典，辞典・魚の歳時記などに分類して紹介している。

080 すしの魚：末広恭雄：144p：平凡社（新書）：1975 すしは日本を代表する食品であるとの観点から，すし種にスポットを当て，もっぱらすし種に用いられる魚介類について，魚類学者の立場で書いた本。

081 さかな異名抄：内田恵太郎：256p：朝日新聞出版局：1966 ところ変われば品変わるというが，「さかな」ほどところによって呼び名を異にするものはない。魚類学者が，日本全国にわたって「さかな」の異名を収集分類してその習性，用途などを興味深く綴ったもので，科名分類表，魚名索引も付してある。

082 さかな小辞典：竹村嘉夫他：392p：共立出版（新書）：1971 重要魚種の標準和名・地方名が2,100語，魚貝類のポピュラーな英名200語，魚貝類の加工品名・料理名800語，魚に関連のあることは200語，魚に関する故事・諺200語と魚とのつき合いの多い日本人のための新辞苑。

083 海の中の森の生態—海藻の世界をさぐる—：横浜康継：247p：講談社（ブルーバックス）：1985 日本人の生活では身近な存在である海藻，たとえば，こんぶ・わかめ・ひじき・のりなどは食生活に欠かすことのできないもの。食品としての海藻の知識をわかり易く，興味深く語っている。

084 食味宝典野菜百珍：林 春隆：574p：中央公論社（文庫）：1984 野菜を通して，それにまつわる沿革や人間性を語りかけてくれる。野菜百珍の書名ではあるが，内容は324話に及ぶ盛り沢山である。いろは順に整理され，材料名はかしら字の音で引くことができる。現代の感覚では戸惑う見馴れない漢字が羅列し，目次だけでは不案内ということになって，その項目ナンバーの本文を開けば，読み方も内容も理解できるよう述べられている。

085 香料の歴史：山田憲太郎：205p：紀伊国屋書店（新書）：1964 30年来，香料の歴史をあとづけ，さらに10年近くスパイスの歴史研究に専念した成果のアウトラインである。スパイスの歴史として，広く東西の関連から記述された唯一の本であり珍書といえる。

086 味の博物誌：多田鉄之助：251p：新人物往来社：1977 野菜・魚貝・鳥獣・菓子等の中で，毎日の食卓でなじみ深い食物170種の話来歴をエピソード中心に紹介し，その調理

法にもふれる食物小事典。

087 牛肉—その高値構造を斬る—：朝日新聞社会部：302p：朝日新聞社：1978 牛肉が、どのように生産され、どんな経路をたどって食卓に届くのか、値段はどう決められるのか、生産・流通・消費それぞれの舞台での問題点を取材したルポルタージュ。

088 海の幸フランス料理：高橋忠之：183p：柴田書店：1980 日本の自然素材と器、そして最高のフランス料理美学との融合。陶酔にひたらせる美しいカラー写真集、レシピ集、この視覚美を自らの舌で確認したくなる。

089 料理上手の基礎知識：辻調理師専門学校：203p：新潮社（文庫）：1984 料理上手の基本として、道具を使いこなす、つまり料理上手は道具上手になることであるということから日本料理・フランス料理・中国料理に必要な道具の種類と用途と正しい取扱い方を写真を付して書下された実用書。

090 日本の菓子：富永次郎：254p：社会思想社（文庫）：1961 日本の菓子のふるさとを訪ねて全国を歩いた記録。銘菓を味、形、色、文化史に分け、多数の写真を配して描いている。

091 和菓子の辞典：奥山益朗：382p：東京堂出版：1983 日本全国各地の代表的銘菓1,000と老舗700を収録し、菓子の由来や歴史、材料や製法、特色を解説している。

092 お菓子の話：やまがた ひろゆき：221p：新潮社（文庫）：1985 古今東西の菓子の故事来歴、語源、小話などを199種にわたってとりあげている。洋菓子・和菓子・中国の菓子と、菓子の世界を広げ、文化のあるところには菓子があり、菓子は味覚の世界の花と言う著者の心の表現がみられる。

093 おそろべき食物：天野慶之：210p：筑摩書房（新書）：1956 そろそろ忘れかけられている添加物がひき起した社会問題の事例がいくつか述べられている。一度は見直す価値がある。防腐剤、着色料、人工甘味料、漂白料、着香料などにわたってわかりやすく説明され、どうしたらよいかに応じている。食品添加物の基礎的な知識を得るのに好適である。

094 食品添加物を考える：岩波書店編集部：63p：岩波書店（ブックレットNo. 28）：1984 加工食品にのめり込んでいる最近の食生活の実態を話し合いながら、加工食品にかかわりのある添加物を命題とした座談会の記録。添加物についての「かこみ」記事、イラスト、食品添加物の安全性など、一読する価値がある小冊子。

095 毒物雑学辞典：大木幸介：197p：講談社（ブルーバックス）：1984 身の回りにある毒とは、どのようなものであるのか、天然毒や人工毒の、さまざまな毒をとりあげて、わかりやすく説明。たべものを扱う職業人には一度は目を通す必要がある。

096 駅弁全線全駅：山田正志・網川鉦一：248p：主婦と生活社：1982

097 全国駅弁案内：国鉄公認関係業者：310p：国鉄構内営業中央会：1983

098 駅弁物語：瓜生忠夫：314p：家の光協会：1979

099 駅弁と珍味：皆川 洋：214p：大陸書房：1979

100 全国駅弁ガイド：地図の本編集部：128p：日地出版：1983 駅弁は一世紀の歴史を築く文化史的存在である。鉄道の発達と共に歩んだ日本独特の食生活文化史といえる。駅弁にローカルな姿と味をもつ特殊弁当があるが、その土地の名物、名産でつくられる。現実には目をむけると、現在、日本では、354の駅で駅弁が売られ、そのうち1,192種（昭和56年調べ）が特殊弁当である。1日の売上げは約20万食、要するに、約20万人—中規模都市の人口と同じくらい—の日本人が毎日、駅弁を食べている。日本の成人人口についてみるなら約20人に1人くら

いの割合で駅弁が食されている。日本人の食生活における駅弁の比重を認識すべきであり、駅弁アラカルトも食べもの研究のひとつの道である。

101 基本料理用語辞典：古谷正朝：311p：第一出版：1984 著者の永年の経験から日本料理中心の「知っておくとよい」料理用語と調理の基本のすべてを収録したハンディな辞典。調理師にとって至便である。

102 食物ことわざ事典：平野雅章：253p：文芸春秋（文庫）：1978 日本人の食生活の知恵は独特なものがあるが、それは“ことわざ”の中にも生きている。この本には、120項目の“ことわざ”が選び出されている。日本の生きた文化財として正しく後世に語り伝えたい念願が刊行の主旨である。

103 食道楽：村井弦斎・（村井米子訳）：302p：新人物往来社：1976 明治36年（1903）の大長編小説の復刻版（抄）である。青春メロドラマながら全巻、書いてあることといたら徹底的に食い気のおしゃべり、それだけという稀代の珍書である。これだけは読んでおかないと、食談義のモグリといわれたことがあった。

要 約

調理師の資質を向上させる方法の一つとして、本を読み、考え、また友人などと話し合うといった受動的な知的生活が考えられる。

本稿は、調理師として資質を向上するには、どのような本を読めばよいのかということに因るため、収書と検索を行なって100冊余の図書を選定し下記の如く6分野に分類、整理したものである。

- 第1分野 調理師としての基本的姿勢を身につけるための図書。
- 第2分野 日本の食生活史（食物史も含め）をたどってみたいときの図書。
- 第3分野 世界各国の食生活史や調理の構成・方法を知りたいときの図書。
- 第4分野 食生活につながる思考・思潮を内容とする図書と調理一筋に生きた人々の自伝に関する図書。
- 第5分野 果物や嗜好品についての基礎的知識や新しい情報を知りたい時の図書。
- 第6分野 食生活にかかわる図書で内容上分類しにくい図書。

なお、選定した各図書には抄録を付し、活用の便をはかった、いわば、食生活に関する私案の図書目録でもある。著者の一人（井上）が調理師養成施設に5年間出講した経験からの発想である。

文 献

- 1) 梅棹忠夫：知的生産の技術，49～64，206～209，岩波書店（1969）
- 2) 加藤周一：読書案内（上），230～233，朝日新聞社（1976）
- 3) 「知的生産の技術」研究会：わたしの知的生産の技術，12～32，104～105，182～188，220～231，講談社（1978）
- 4) 図書新聞：新版古書店地図帖，157～162，227，図書新聞（1979）
- 5) 国立国会図書館：調査及び立法考査局の利用について，国立国会図書館（1982）
- 6) 紀田順一郎：文庫の整理学，200～208，講談社（1985）
- 7) カルチャー探偵団：読書の快樂，230～233，角川書店（1985）
- 8) 名書会：東海古書店案内帖，6～16，34～36，62～63，78～82，名書会（1986）

- 9) 日本書籍出版協会：86年版日本書籍総目録（書名編），日本書籍出版協会（1986）
- 10) 紀田順一郎：読書の整理学，76～84，106～119，朝日新聞社（1986）