

# 令和7年度 青森中央短期大学 食物栄養学科 小論文課題

## 一般選抜第1期入学試験問題

次の文章を読み、あとの設問に答えなさい。

「料理はやっぱり“ひと手間”ですよね」とはよく聞かれる言葉ですが、それは労力を褒めているのであって、必ずしもおいしさにつながるものではありません。そんな言い方をするのは、一般的に手を掛けることが愛情を掛ける、思いを込めるこことつながると思っているからです。しかし、日常の料理では手を掛ける必要はありません。家庭料理は手を掛けないもの。それがおいしさにつながるのです（中略）

調理の基本である下ごしらえを手間とは言いません。泥を落とさずに生のまま大根をかじることはできませんから、泥を洗い、食べやすく切って、火を入れる。この基本的な流れにあるものは手間ではありません。当たり前の調理です。

家庭料理、日常の料理は、こうした当たり前の調理以上にはそもそも手を掛ける必要はない、というのが本當です。手を掛けることは手数を増やすことでもあって、食材に触れれば必ずその分だけ傷み、鮮度が落ちます。ですから、見た目を良くしようと意識して手数を増やせば、素材はまずくなります。それは場違いなひと手間です、毎日の料理は食材に手を掛けないで、素材をそのままいただけばよいのです。（中略）

日本には、「ハレ」と「ケ」という概念があります。ハレは特別な状態、祭り事。ケは日常です。日常の家庭料理は、いわばケの食事なのです。手間を掛けないでよいそのケの料理に対して、ハレにはハレの料理<sup>注)</sup>があります。そもそも、両者の違いは「人間のために作る料理」と「神様のために作るお料理」という区別です。それは考え方作り方も正反対になるものです。

ハレの祭り事とは、神様にお祈りして願い、感謝することです。神様に自然の恵みを頂戴<sup>ちょうだい</sup>してお礼するために、神様が食べるお料理を作ります。神様が食べるようなお料理は、ケの食事のように素材を生かすというよりも、人間が知恵を絞って様々に工夫して時間を惜しまず、手間を惜しまず、彩り良く美しく作ります。そして人間が神様のために作ったお料理を神様にお供えした後でいただき、家族も一緒に食べて楽しむ日とするのです。神様と一緒に食べることを「神人共食」<sup>しんじんきょうしょく</sup>と言います。（中略）

このように、日本には少なくとも、手を掛けるもの、手を掛けないものという二つの価値観があるのです。この一見相反する二つの価値観を並存させ、けじめをつけて区別し、場によって使い分けるところには、それぞれの合理性があります。ところが、今の日本は、その二つがごちゃごちゃになって混乱しているのです。そのことは、書家にしてたいへんな識者<sup>きゅうしゃ</sup>である石川九楊氏が『二重言語国家・日本』（日本放送出版協会）など多くの著作にも記されており、私は、日本の料理文化も同じだと感じています。多くの人がハレの価値観をケの食卓に持ち込み、お料理とは、テレビの料理番組で紹介されるような手のこんだものでなければいけないと思い込んで、毎日の献立に悩んでいるのです。

注) 正月や節分といった毎年繰り返される「年中行事」や、誕生や成人、結婚、還暦といった人の一生の「通過儀礼」にちなみ、日常と異なる料理が作られる。地域社会や生活文化とともに継承されてるものも多い。

（土井善晴『一汁一菜でよいという提案』新潮社、2021、pp.28-35より抜粋）

設問1. 本文の内容を300字程度に要約しなさい。

設問2. 本文を読み、現在の食生活における「ハレ」と「ケ」の価値観に対するあなたの考えを500字程度で述べなさい。