

【連載】

美味しい理由—「味の素」の科学技術史 第5回

「食事のシーン」を描くことができるか

瀬野豪志

(NPO 法人市民科学研究室理事&アーカイブ研究会世話人)

「ちゃぶ台」以前 家庭における「銘々膳」



一、食物は、なるたけしづかに、すこしづつよくよくかんでからのみこみ、茶づけなどにして、はやくたべるは、体のためになりませぬ。

(中略)

一、食事は、口の中でうまいためにたべるでなく、体をこやし、これを保つためにたべるのであることをわすれなざるな。(『小學兒童作法訓畫』「食事の心得」、明治35年¹⁾)

¹⁾ 『小學兒童作法訓畫』鈴木製本所、明治35年

食事は「うまいためにでなく」、「しづかに」食べなさい。これは明治時代に「小学校」で子どもたちに教えられていた食事の作法、その心得である。この作法によると、「体のため」とはいえ、家庭では「黙って食べる」のがスタンダードであったかのように見える。当時の子ども向けに書かれた「作法」の教科書には、心得の言葉だけでなく身体的に実演して見せるように、家庭で子どもが食事をするときの図も描かれている。このような家庭の「食事のシーン」の描き方から、現代の日本人はどのようなことを感じるだろうか。

昭和初期くらいまでの日本では、家庭でも一人ひとり別々の「銘々膳」で食事をしてきた。家庭での「銘々膳」の理由として、身分や上下の関係が重んじられていたということが日本の家庭の生活史研究で指摘されてきた。たとえば「家の中でも家長を頭に、男、年長者が上で、女、年少者が下とはっきりと位置づけられ、食事も上座から下座に向かって、身分の順に並んで銘々膳を前にして正座し、家長が箸をとってから食べ始めた」というように、家庭での「銘々膳」のシーンが説明されている。元々は武家で重んじられていた作法であるが、子どもの世代に没落することを恐れた江戸時代の豪商や、明治時代の学校教育を通じて、かつての「身分」を越えて広がっていた。モノとして見ても、家庭の「銘々膳」のデザインには使用者によって細かく差がつけられていたことが読み取れる。家族社会学的に考えれば、親子関係だけの「核家族」をスタンダードとする家族観ではない時代の作法である²。

家庭での「銘々膳」で食事をする時間は、味わったり会話をしたりするよりも、社会に組み込まれる「作法」が重要で、社会的な身分や力関係が目に見える形で確認されることが期待されていたのであろう。食事の作法を子どもの頃から見せて・やらせて、社会的な「適応」を要求していたように思える。

現在でも、家庭の食事は「しつけ」のシーンとして考えられているが、心と身体、社会的な適応が求められる行動、それらが年齢とともに変化していくのは、子どもの頃だけでなく、大人になっても続いているはずである。人間の科学としても、食生活のレベルの食事をするシーンは、「発達」や「適応」のような、周囲との関係が変わっていく時間的なプロセスを含んでいる問題である。

家庭のことなので、「作法」があったとしてもその環境や個々の状況にもよるだろうが、特に子どもたちの食生活を考えるのであれば、「ちゃぶ台」以前の「銘々膳のシーン」を思い描いてみることは、日本の食生活の通史的な観点から見ても、実は重要なのではないかと思われる。家庭で「作法」として行われなくなっても、擬似的な家族のような関係（実際には上下関係、またはその「無礼講」）に組み込まれる「飲み会」や「職場」のようなところで、「作法」なのか「芝居がかったこと」なのか全く区別がつかないような、日本人には「ああ、そういうことか」と思われる経験が、銘々の「食事のシーン」の記憶にあるだろう。「お酌」ひとつとっても、食事の席では大っぴらには断れまい。

² 小泉和子『ちゃぶ台の昭和』河出書房新社、2002年、86ページ。

「銘々膳」と「ちゃぶ台」の弁証法

家庭の「銘々膳」でよく知られている例では、太宰治の『人間失格』の幼少期を回想する手記という形で描かれた「食事のシーン」がある。

子供の頃の自分にとって、最も苦痛な時刻は、実に、自分の家の食事の時間でした。自分の田舎の家では、十人くらいの家族全部、めいめいのお膳を二列に向い合せに並べて、末っ子の自分は、もちろん一ばん下の座でしたが、その食事の部屋は薄暗く、昼ごはんの時など、十幾人の家族が、ただ黙々としてめしを食っている有様には、自分はいつも肌寒い思いをしました。それに田舎の昔気質の家でしたので、おかずも、たいていきまっいて、めずらしいもの、豪華なもの、そんなものは望むべくもなかったので、いよいよ自分は食事の時刻を恐怖しました。自分はその薄暗い部屋の末席に、寒さがたがた震える思いで口にごはんを少量ずつ運び、押し込み、人間は、どうして一日に三度々ごはんを食べるのだろうか、実にみな厳粛な顔をして食べている、これも一種の儀式のようなもので、家族が日に三度々、時刻をきめて薄暗い一部屋に集り、お膳を順序正しく並べ、食べたくなくても無言でごはんを噛みながら、うつむき、家中にうごめいている霊たちに祈るためのものかも知らない、とさえ考えた事があるくらいでした。(太宰治『人間失格』³⁾)

太宰は「子供の頃の自分にとって、最も苦痛な時刻は、自分の家の食事の時間」であり、「人間は、めしを食べなければ死ぬから、そのために働いて、めしを食べなければならぬ」と脅迫的に感じていたように回想するシーンを描いているが、その一方で、「銘々膳」の反動のような「食通」というエッセイで親友との「会話」のシーンを描いている⁴。太宰はかつて非常に大食いで「食通」は大食いのことだと言っていたというが、その太宰の大食いをみて「君は余程の食通だねえ」と言ったという檀一雄によると、太宰は「味の素」の愛好家で、鮭缶をどんぶりに空け、「味の素」を無闇に振りかけて食べていたという。太宰は「僕が絶対に確信を持てるのは味の素だけだ」と言い、まるで依存しているかのごとく「味の素」を大量に使っていたという⁵。

この「食通」は、「ちゃぶ台」での思い出話のことなのであろう。太宰は「大食い」であることを身近な人に見せていたようだが、ちゃぶ台の同席者には「缶詰」や「味の素」が記憶されている。食品や食事を作る人にとっては、本来の味を台無しにしてしまうくらいの食べ方であろうし、どこか無理がある「食通」

³ 太宰治『人間失格』1948年。<https://www.aozora.gr.jp/cards/000035/card301.html>

⁴ 太宰治「食通」1942年。https://www.aozora.gr.jp/cards/000035/files/1597_18108.html

⁵ 嵐山光三郎『文人悪食』新潮文庫、481ページ(初版:マガジンハウス、1997年)。

のシーンである。しかし、戦争の前の「放蕩三昧」とともにした親友との会話をお互いに思い出しているのである⁶。

この「食通」の「ちゃぶ台」は、家庭の「銘々膳」のシーンの記憶からの反動で描かれているようにも思われる。このような食生活のダイナミックな変化から疑問に思われるのは、太宰が特殊な例なのではないかということではなく、この「食通」の舞台装置になっている「ちゃぶ台」とはなんなのか、それはよく言われている「団欒」のシーンの舞台だったのかということである。現代では「学校のときのトラウマ」を後になって語り出すドラマが大量に生産されているように、「ちゃぶ台」の食事シーンというものは、日本人の過去の共通体験として語られながら、その卓上の調味料を過剰に使う食生活も見せられるし、親友との関係の変化を思い出すこともできるようである。

個人の経験から語られる中では時間的な前後関係があるようでも、かつての「作法」が後退して楽しい「団欒」が始まったというように単純に見てはならないように思える。「銘々膳」にしても「ちゃぶ台」にしても、食事のシーンが描かれるときには、社会的な適応が試されるからである。会話が許された「ちゃぶ台」でも、自分の意見が言いにくい境遇にある立場もあり、反動的な行動が生じることも含めたダイナミックな内面の変化がある。それは外国に行ってナイフとフォークの使い方を覚えた、というような内面的な影響がほとんどないようなことではないはずである。

現在でも、自分たちの「食事のシーン」への光の当て方を変えれば、個々のケースによって、社会的な適応の影が残るために、「銘々膳」が目立って見えることもあるし、「ちゃぶ台」が目立って見えることもある。食事のシーンは適応と欲望が混ざっている問題であり、自分が是とする「しつけ」と「自由」の問題であると言い換えてもいい。個々のケースでは細かい点で違うことがあるにしても、このように考えてみないことには、日本の家庭でのリアルな「食事のシーン」は描けないのではないか。したがって、「銘々膳」と「ちゃぶ台」の形だけで判断してしまうと、食事を共にしていても、適応や欲望が混ざっている人の意思が見えづらくなる。

家庭の「銘々膳」のシーンは、誰が描いているかということも深く関わっている問題であり、親が描いているのか子どもが描いているのか、それによって全く異なる描き方が浮かび上がってくる。

「ちゃぶ台」のシーンは、家庭であっても人間関係の変化がともなうことが描かれるので、ある時点では「団欒」であっても、「誰と食事をするか」という内なる意思を抜きにして描くことはできない。

「ちゃぶ台」で語り合うシーンは、身分や上下の関係が薄まっていくにつれて、それまでの関係が変化していくことが予感される。それは、「ちゃぶ台」を囲む誰もがこなれていたのではなく、社会的に定着していたわけでもない、脆くもあるような、不安定な時間だったのではないか。たとえば、都市の若者の放

⁶ 昭和 8 年に太宰と檀が会ってから、檀が召集されて中国へ出征した昭和 12 年までの頃の食事を、太宰は「食通」という言葉で回想しているのであろう。また、ちゃぶ台でも使うことができる食卓用容器の「味の素」は、昭和元年から昭和 9 年にかけて、アルミ、ガラス、陶製の容器で相次いで発売されていた。

https://www.ajinomoto.co.jp/company/jp/aboutus/history/chronicle_2014/11.html

埒な生活や、新しい「核家族」や「同棲」の不安、戦争や災害などによる家族の複雑な状況、卓上の新しい代替的な食品、ラジオ・テレビの放送のような条件がなくては、日本の「ちゃぶ台」のシーンとその人物像は描けないのではないか。

「銘々膳」から「ちゃぶ台」への時代、「昭和」の描かれ方

「ちゃぶ台」は、レトロな「昭和」の家具と思われがちであるが、まだ新しかった頃はモダンな家庭生活の舞台であった。その系譜があやふやなもの「ちゃぶ台」らしいところで、誰かが発明して広めたようなものではなく、「ちゃぶ台」の語源も諸説ある。同一の卓を囲む食事の形は、江戸時代から明治初期に入りつつあった西洋料理(チャブチャブ)や中華料理(卓袱、シツポク)の食べ方からきていたようであるが、明治以降に日本の家庭で使われていた「ちゃぶ台」は床に座るくらいの高さになっている。

「ちゃぶ台」が都市部の家庭で使われるようになっていた明治 30 年代後半に、堺利彦は「銘々膳」を廃して「同一食卓」の平民主義へ移行するべきだと説いた。

従来の膳というものを廃したいと我輩は思う。さて同時に同一食卓においてすれば、みな同一のものを食わねばならぬことはもちろんである。世に不心得なる男子があつて、自分は毎晩酒さかなの小宴を張つて、妻子には別間でコンコンと食事をさせる、というようなことをする。(中略)はやくこの小殿様らを改心させねば平民主義の美しい家庭はとてできぬ。(堺利彦『家庭の新風味』⁷⁾)

武家のような「殿様流」を廃して「親愛」の風味によって夫婦が対等であるべきことを主張していた堺の「同一食卓」では、「食べるもの」が同じであるべきで、それは「子」だけでなく「妻」の視点からも描かれている。

小泉和子『ちゃぶ台の昭和』によると、家庭の「銘々膳」が終わり「ちゃぶ台」になっていった時期に関する証言が、全国の「地方史」の文献に残されている。「昭和初期」や「昭和十年代」までに「銘々膳」から「ちゃぶ台」に変わったという証言が多くあるが、地区や家庭によっては昭和 40 年代まで「銘々膳」だった例もあったらしい。引っ越ししたり家を建て替えたりするようになるときに「ちゃぶ台」になるきっかけがあったようである。震災や戦争によって「銘々膳」が終わり「ちゃぶ台」になった家庭も多かったらしい⁸。

現代の『ちゃぶ台の昭和』のような研究では、「銘々膳」との関係に気づいてもらうために「同じ一つの食卓を囲むということは、人間関係が平等でないと成り立たない」というように、日本の家庭で普及した

⁷ 小泉和子、前掲書、92 ページ。

⁸ 前書、96~97 ページ。

「ちゃぶ台」の歴史的な意味が明快に示されている。家庭の「銘々膳」を終わらせる「ちゃぶ台」という意味があったことに異論はないが、それは「銘々膳」をやめようとするスタート地点での「ちゃぶ台」の描かれ方であって、期待されていたゴールを先取りして描いてしまっていないだろうか。

「ちゃぶ台」のシーン 人間関係の変化を予感させる舞台

「ちゃぶ台」を囲むときに何が起きるかという観点から描かれる「食事のシーン」は、日本の近代の演劇や、映画やドラマなどの映像表現で多く見られる。

大正 14 (1925) 年に岸田國士が書いた『ぶらんこ』は、「妻(ちゃぶ台の上に食器を並べながら)あなた、さ、もう起きてください。」「夫(奥より)起きてるよ。一体何時だい。」「妻 わかつてるぢやありませんか。」と始まる、「朝 茶の間」での夫婦の会話的一幕物である。起きぬけに夫は見ていた「夢」をだらだらと語り、妻の反応を気にしているようである。いつもの夫の気の引き方の扱いを心得ている妻は、朝の時間を気にしているように見せて、食事の世話をしながら「夢」の話の相手もしつつ、どこか他のことにも気がいっているようである。夫は、朝の食事の時間には相応しくない、夢の話が続ける。首を吊ろうとしたら、少女に声をかけられて、一緒に「ブランコ」をした、その顔はどこか見たことがある、それは。最後に、夫の同僚がいつもの時間にやってくる。同僚は「(言葉つきは夫に、心持は妻にと云つた具合に)」急な頼みごとを妻に話しかけようとしている。二人を送り出した後、ひとり残った妻は頬杖をついて微笑を浮かべる。この先、どのようなことが起きるのかを観客も思い描かずにはいられないだろう⁹。

小津安二郎の『お茶漬の味』は、戦前の脚本を書き直して、昭和 27 (1952) 年に公開された映画である。商社に勤める夫を馬鹿にしている妻は、夫に見えすいた嘘については女友達と遊びに行くことばかり思い描いている。普段の食事の用意は使用人がしている。あるとき、夫はひとりで食事をしていて、妻がいるときは嫌がるのでしないのだが、つい、お茶漬のようにして食べていたら、そこに妻が帰ってきて怒ってしまう。しかし、お互いに育ちの違いを理由にするだけで、夫はお茶漬をやめるだけである。夫は急に海外への赴任が決まって「話がある」と言っても妻にうまく話をすることができないまま、飛行機で飛び立ってしまった。しかし、エンジンのトラブルで引き返して家へ戻ってくると、帰宅していた妻と、夜中だったので、おそらくは初めて自分たちで食事の用意をして「お茶漬」を食べるシーンになる。その後の夫の海外生活が始まるのを考えると、一晩の「お茶漬」かもしれないが、偶然にも妻は気安さのある生活の味を好んでいる夫を認めることになったかもしれない。小津安二郎の映画はちゃぶ台の高さの映像や「ホームドラマ」につながったと言われることが多いが、家族の関係が変化していくことが感じられる。

「ちゃぶ台」は、スナップショット的には、フラットな会話ができる家族の「団欒」のような、明るい食事の「美味しさ」が得られるイメージがあるが、その一方で、日本人の個々に重ねられてきた記憶には、一方

⁹ 岸田國士「ぶらんこ(一幕)」1925 年。https://www.aozora.gr.jp/cards/001154/files/52086_45847.html

的な語りや「喧嘩」や「お仕置き」のような、後味の悪い「食事のシーン」も思い出されるに違いない。フラットな関係の食事のシーンを期待していた反面で、それまでの家庭生活の終わり、人間関係の破綻を予感させる「食事のシーン」が、ちゃぶ台かそれ以降に普及した椅子に座るテーブルで描かれてきた。

「ちゃぶ台」をひっくり返す「喧嘩」のイメージに比べると地味なことのようにはあるが、「小殿様の小宴」のごとく「飲みに行く」ような、いつまでも語り合うような食事のシーンは、話がしにくい関係での静かな「銘々膳」では無理である。戦後の「サザエさん」のような「ちゃぶ台」は、賑やかな家族の会話になっているものの、細かい設定で、家長たる「父」や「嫁姑」の関係が避けられていて、フラットな関係の「団欒」が根付いているシーンかどうかは曖昧になっている。むしろ、会話劇なら「不在」や食事ではないシーンの方が描きやすいのかもしれない。日本の「銘々膳」から解放された食事のシーンでは、「夫」や「父」の存在が描きにくくなり、それに対する「妻」と「子」の静かな意思が垣間見える。

「子どもたちの食卓」

昭和 57 (1982) 年に放送された NHK 特集『子どもたちの食卓～なぜひとりで食べるの』は、日本の子どもたちの「孤食」を初めて問いかける番組になった¹⁰。当時から「子どもたちの食卓」プロジェクトに関わっている研究者の足立己幸によると、一般の視聴者からの反響は大きかったが、栄養学の研究者には注目されていなかったということを明かしている。

実は当時は、栄養学の専門分野では、食事については何を食べるかが課題であり、どう食べるのか、いわんや誰と食べるかは研究課題の範囲とはされていなかった。小学生を対象とする本調査の前に「高齢者の家族との共食に関する食生態調査」を行い、研究論文として学会誌に提出したときには「該当外」として掲載を拒否されたほどであった。(中略)私はここで学会での評価がどうであったかについて言いたいのではなく、当時、日本ではひとり食べとか家族と一緒に食べることが食事の視野にはなかった、意識されていなかった状況を言いたいのである。そして、昭和五六・五七年調査がきっかけになって、日本でも「食事について、何を食べるかだけでなく、どう食べるか、その中でも誰と食べるかを考える必要がある」という考えが取り上げられるようになったと、強調したいのである。(足立己幸、NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト『NHK スペシャル知っていますか子どもたちの食卓—食生活からからだと心がみえる』¹¹)

¹⁰ NHK 特集『子どもたちの食卓～なぜひとりで食べるの～』(1982 年 12 月 6 日放送)。NHK アーカイブスのサイトには 2 分間の動画がある。

https://www2.nhk.or.jp/archives/tv60bin/detail/index.cgi?das_id=D0009040196_00000

¹¹ 足立己幸、NHK「子どもたちの食卓」プロジェクト『NHK スペシャル知っていますか子どもたちの食卓』NHK 出版、2000 年、6～7 ページ。最初に行われた調査は「昭和五六年(一九八一年)九月、全国の小学生五年生一〇六七名の協力

この番組の調査で目を引くのは、子どもが描く食事のシーンの「絵」である¹²。昭和 50 年代後半（1980 年代）以降の家庭での「食事のシーン」を子ども自身の視点で描いているものである。家庭の食事を描かれてしまうと、赤裸々なこともあるに違いない。自分の事情を晒すことになるが、昭和 57 年という、わたし自身もちょうど小学生の頃になる。父は単身赴任で家にはおらず、母は配慮して午前中だけ働くようにしているようだった。確かに、この番組に出てくる小学生の男の子のように「ひとりで食べる」ことは珍しくなかったが、作ってくれているものを食べていたし、スナック菓子やインスタント食品はあまり知らなかった方であろう。子どもだったわたしからすると、「ひとりで食べる」ということは、包丁を使ったり台所を使ったりするくらいでしかないが、大人に近づくようなことで、おかしいことだとは思っていなかった。食べるものについての知識がないために、自分の「好きな味」の興味だけで食べるものが描かれているとしたら問題があるように思われるが、会話をする機会がなくなっていた家庭の状況に比べたら（一家離散だ、と母は言っていた）、子どもたちの「絵」に描かれる食品や「ちょうみりょう」は「ひとりで食べる」理由にはあまり関係がない。しかし、「子どもたちの食卓」の調査は「ひとりで食べている」ゆえに結果的に生じるであろう栄養面の予感も訴えていたので、番組が成り立っていたように感じる。

子どもたちが描く絵には、人物の「セリフ」や気分が表現されている。こちらの方が「なぜ」の問いに子どもが答えられることがあるように思える。食べるものは親に配慮してもらっているはずだが、気分は子どもの方もずいぶんと気を使っているかもしれない。

昭和 40 年代あたりから、「ちゃぶ台」の時代は終わり、公団住宅の「ダイニングキッチン（DK）」のように「テーブル」に椅子の家庭が増えたとされている。まだ「銘々膳」だった家庭では、いきなりダイニングキッチンの「テーブル」になることもあったらしい。建築のデザインの観点から、「ちゃぶ台」がある茶の間は、寝室と居室を分けられていないという理由で問題にされていたのである。そのダイニングキッチンによって狭さの問題は解消されたかもしれないが、その後の 1999 年の調査での子どもたちの「絵」を見ると、「ちゃぶ台」でも「テーブル」でも、ひとりで食事をするシーンを描くことが増えていったようである。

かつての「ちゃぶ台」では、食事中にどのような会話をするようになるかが描かれていたが、たとえ近くに家族の誰かがいて会話をしているとしても、みんなは別々のことをしていて、銘々のタイミングで食事をしている、と子どもから理解されているシーンがある。それでも、食事の時間は「会話できるから楽しい」という子どもはいる。給食が一番楽しいと言われてしまったら、家族はどう思うのかわからないが、

を得て実施した『子どもたちの食生態調査』、引き続いて韓国、アメリカ、それに新たに日本の九〇〇名を加えて二〇〇〇名を対象」にしている。

¹² 2016 年に NHK アーカイブスの番組で再放送されていたときには次のように紹介されている。「2000 人の子どもに『食卓の絵』を描いてもらう調査を行った。その結果、子どもだけで朝食をとっている家庭が 39%、朝夕とも子どもだけというケースも 10%に上ることが明らかになった。子どもだけで食事をとっている家庭の取材や、アメリカ、韓国との比較を通して、日本の食卓にどんな異変が起こっているのかを探る。」

「ちゃぶ台」の時代について言われてきたように、お互いの近接性だけでなく、近所付き合いやメディアの利用環境も「会話の楽しさ」には関わるのであろう。その一方で、「ひとり」で食べる方が良いという描き方もあり、それも「おとうさんにおこられないから」「うるさいといわれる」「すきなテレビが見れる」「おちつく」のような理由が述べられているのである。

この番組以降、子どもがひとりで食べるシーンが増えていることが明らかになり、それはいいことにならないのではないかとこの予感が共有されつつある。しかし、子ども自身が望む「ひとりで食事をする」シーンは、最近になって生まれてきた描き方なのか、しつけが足りないからなのか、家族の銘々が勝手にするようになった状況に子どもが適応しようとしているのか、大人びているのか、わたしには絵からだけでは判断できない。少なくとも、成長の真っ只中にある子どもは家庭の人間関係を理解しながら「食事のシーン」を思い描いているのではないかと、子どもの頃のわたしには思われるのである。

食事をつくって食べる「食事のシーン」を描くことができるか

家庭を持ち子どもの頃を忘れてしまうと、人間関係が変わっていくかもしれない時間として日常的な食事を思い描くのは難しいことなのかもしれない。危機的な状況になってしまったら直面するとしても、普段からうまく思い描くことができないのも「適応」や「愛情」の危機であろう。子どもや若い夫婦にとっては、食事の時間は不安の種でもあるはずである。えてして、育った環境の違い、世代、発達、適応という時間がかかる問題を乗り越えようとするよりも、つい、時間のなさや食品そのものに「食事のシーン」の理由を求めてしまうのではないだろうか。

「誰と食べるか」という食生活の問題は、人数の問題ではなく、家庭の複雑な人間関係に身をおいて生きていく、人間にとって生存がかかっていることであり、子どもにとっては適応しなければならないとても切実なことである。

親友の太宰治に「君は余程の食通だねえ」と言った檀一雄は、自分の料理に関するエッセイを多く残した。彼の『檀流クッキング』は、料理の作り方の本とはいっても、分量のような数字はなく、自分が食べるものは自分で作って食べるという「檀流」の「食事のシーン」が見えてくる文章で書かれている。娘の檀晴子によると、「自分の舌を使って、のびのびと自由に作ってこそが『檀流』で、客に料理をご馳走するのが好きな父だったという。世界のあちこちを旅して暮らして覚えた「檀流クッキング」は多彩で、外国風の料理や「そばパン」もある¹³。

檀流のような、実際の食事の喜びは、身近な人から世界への関心につながるかもしれないのである。「食卓」のみならず「台所」も含めて、食事のシーンが思い描かれるようになったらどうであろう。家庭の人間関係が大きく変わるかもしれないという予感を持つことができるだろうか。

¹³ 檀一雄、檀太郎、檀晴子『定本 檀流クッキング』集英社、2016年。

市民科学研究室の活動は皆様からのご支援で成り立っています。『市民研通信』の記事論文の執筆や発行も同様です。もしこの記事や論文に興味深いと感じていただけるのであれば、ぜひ以下のサイトからワンコイン（100 円）でのカンパをお願いします。小さな力が集まって世の中を変えていく確かな力となる—そんな営みの一歩だと思っていただければありがたいです。

[ワンコインカンパ](#)

←ここをクリック（市民研の支払いサイトに繋がります）