

くっきんぐるうむ

点心とその文献

田 中 静 一

はじめに

戦前に中国大陸で生活した経験のある人は、中国語の点心は、日本語にするとお菓子のことと単純に考えており、日常生活ではそれだけ知っておれば十分用は足りた。また点心という言葉をお菓子以外に用いることはほとんどなかった。

戦後も近年になって点心の専門書が中国でも、日本でも出るようになったので、今更点心とはでもないので点心を文献的に見てみたい。

点心の理解に役立てるために、1915年に上海で内山清氏が出された『貿易上より見た支那の衣食住』という本の点心の部を引用してもらふことにする。

「点心というのは、一般に日本人は、菓子と訳しておるが、これは大いなる間違いで、日本の菓자에代用するものには、茶食もしくは糖菓というものがある。点心は日本でいえば、すし、餅菓子、汁粉、焼芋などに当るもので、腹ごたえのある食物をいうのである。強いて訳したら小食物ともいうべきもので、『野客叢談』（南宋）という古書に点心の由来を説明して『世俗の例、早晨の小食を以て点心となす、唐より以後この語あり』また太子伝（梁書の昭明太子伝）に『京師穀貴く（高く）常饌を改めて小食となす』小食の名ここにもとづく。」

中国食の中に占める点心の位置

現代中国の食事を食べる側に立って大分けにすると、飯と菜と点心になる。飯は、日本的に言えば主食と考えてよく、米、大小麦類、粟、高粱、黍、トウモロコシなど糖質を多く含んだ高カロリー食品を原料として作ったご飯、粥、食パン、麺類などは飯の中に入れられるが、この飯に対する概念は極めてあいまいで、米を主原料にした粥、小麦粉を主原料にした麺類は中国版の現代中国料理書では全部点心の部に入っている。はなはだしいのは、台湾最大の料理書である『中国飲食百科大食譜』で御飯も点心の一項目として扱われ、41種の御飯類が採録

されている。

中国料理の主食に当る飯は、西洋料理のパン類によく似た地位にあり、日本の主食のように重いものではなく菜（料理）の附合せ的に食べるものという考え方もあるが、このような考え方の通用するのは、大料理店で食事が出来る極く一部の高額所得者だけのことで、国民の大部分を占める一般大衆の生活では、料理書で点心として扱われている麺類、糕類、餅類、餃子類などは主食として食べており、点心とはいっていない。

このことは、現代中国の年間一人当りの穀物摂取量が1982年は225kg（中国統計年鑑1983）、日本は116kg余であることから証明出来る。

「菜」は、飯、菜、点心の三者の中では性格のもっともはっきりしているもので、一般大衆の生活では、主食に対する副食の立場にあるが、料理屋では御馳走となり、酒のさかな用でもある。菜は家常菜（日常の家庭料理）と宴席菜（冠婚葬祭その他娯楽的食事などのいわゆる御馳走的なもの）に大分け出来、中国には2,000種ぐらいあると考えられる。

「点心」は三者の中でもっともわかりにくいもので、粥や味付ご飯類はそのときによって飯になったり、点心になったりする。餃子や包子饅頭は料理書では点心であるが、実生活ではほとんど飯として扱われているなどである。以上のように中国料理の点心は、一言で定義づけの困難なものであるが、古書から現代書までにある点心の定義を要約すると以下ようになる。

1. 間食。これは食物としての点心ではなく、食事のとり方を示す言葉である。
2. 小食。中国料理の中で、飯と菜以外の食べもの全部を示す言葉でこの中には、糕類、餅類、麺類、包子、餃子、饅頭類などが入る。
3. 菓子類。菓子類は、小食の中の甜点心の中に入るものであるが、私はもっとも点心らしい点心であり、古

点心和その文献

い時代の点心は菓子類をいったのではないかと思っている。

4. 以上のほかに、副食なしで食べられるものは点心（山田政平）という考え方もある。現代中国料理書に出る点心は、ほとんど全部何かで味付してあるのでこの考え方には合理性はあるが、中国書にはこの考え方を示すものは全く見当たらないから、山田政平氏が多くの点心を調べられた結果このように定義づけられたのであろう。

点心の歴史

現在中国で点心として扱われている食品類がいつごろからあったかということについては、点心の範囲の中に入る食品の種類が非常に多く、それぞれの食品の初出の時期も異なるので今回は省略して、点心という言葉が初めて記録に出る南宋初期の1100年代に当時局長級の官吏であった呉曾の随筆集である『能改齋漫録』と、能改齋漫録と同時代か、それより少し早く書かれたと思われる、北宋末期の首都汴京（現在の開封）の繁栄ぶりを書いた孟元老の『東京夢華録』以降の書に出る点心について調べて見たい。

『能改齋漫録』……これまでの点心に関する研究論文や、各種の辞典類は点心の初出は、この本に出る「俗間で早朝の小食を点心という。この言葉は古く唐代からある」としている。この中に小食を点心というところがあるが、小食という言葉の初出は点心よりも古く、唐の前の梁（500年ごろ）の正史である梁書の昭明太子伝に「都の食物の価格が高くなったので常饌を改め小食にさせた」の記事がありこれが小食の初出である。

『東京夢華録』の記事では、第3巻の終りに近い部分の、「早朝に市場に入る人人」という項目の中に、粥・飯・点心と並記してある。『能改齋漫録』では、点心を単に早朝の少食と書いて、点心の内容がどんなものかということに全く触れていないが、この本では点心は飯、粥とは明らかに別物であることを示しており、他の個所で麺類も点心とは別物のような書き方がしており、この当時、点心といわれた食物の範囲は現在のように広いものではなく糕、餅類などの半乾性の主食向きのものであったと考えられる。

このことが、文献的に一層はっきりするのは、内容と書き方は東京夢華録と同じ方法であるが、発行年代は東京夢華録より130年ほど後と考えられる呉自牧の『夢梁録』である。この本は、南宋の首都臨安（現在の杭州）の状況を詳しく述べた本で、第16巻が飲食の部となっており酒肆、茶肆、分茶酒店、麵食店、葷素從食店 諸食点心事件附・米舗、肉舗、鯨舗に八分類してあり、この中

の第4番目の麵食店の部では主として麺類を扱い、第5番目の葷素從食店の部では、葷物や精進ものを含めた各種の副食物といろいろな点心類の説明をしていて、麺類と点心を明確に区別している。ここに出る点心類は、糕、餅、饅頭、包子など主として蒸して作ったものが多く、焼いて作ったものは極く一部であり、煮て作ったものは全く入っていない。この当時までの点心は、蒸したものが主流であったことがよくわかる。

『随園食単』……戦前、戦後を通じて7種も日本語訳の出ているこの本は、清代の乾隆57年（1792年）の発行であるから夢梁録より500年余離れており、この間に『飲膳正要』『居家必用事類全集』『易牙遺意』『養小録』『飲食須知』など20余種の飲食関係書が出版されているが、これ等の本には、点心という字は全く出ていない。

随園食単には、点心単という大きな項があり、この中に点心55種が採上げられている。餅類11例、糕類11種、麺類5例、団類3例、饅頭類、粽類、餛飩類各2例、その他粥、餃子、すいとんその他があり、現在点心とされている食品群はほとんど全部入っている。この記述から見るとこれまでは点心として扱われていなかった煮て作った麵、わんたん類を現在のように点心の中に取り入れたのは『随園食単』ではないかという疑いも起きて来る。

江戸時代日本の中国料理書に出る点心

いろいろ中国書を引合いに出したが、随園食単とはほぼ同時代の江戸末期になると、日本でも『卓子式』（1784年）『卓子式烹調法』（1789—1791年ごろ）『唐山款客式』『長崎四肘卓子式』と、料理の専門書ではないが当時の清国事情を時の長崎奉行であった中川忠英が長崎の商館に居住する清国人から部下に聞き書きさせた『清俗紀聞』の飲食の部の五書が出る。この五種の本の中で、清俗紀聞を除いた四書の内容は大同小異であるが、全部に點心が採上げられている、合計下記の19種である。肉饅頭、鶏蛋糕、紅粉糕、藕粉糕、饅頭、芋糕（年糕か？）、蕨粉糕、雪粉団、百果餡粉団、雪粉糕、包子、桃饅、瓜子糕、紅花糕、百餅、山楂子糕、葛粉饅頭、玉粢、豆砂糕。この時代の日本の點心は、同時代の『随園食単』に出る點心より、むしろ『夢梁録』に出る點心に近い。點心は蒸して作ると註記した本もあり、後世點心として扱われる麺類、餃子などは、全部點心とは別扱いにしてある。これらの本が『随園食単』より何年か早く発行されているので、その影響をまだ受けないのであろう。これに反し『随園食単』より数年遅く1799年に発行された『清俗紀聞』には以上のほかに餃子、杏露、桂圓湯などの煮たもの、液状のものなどが點心として扱われている（『清俗紀聞』は東洋文庫に日訳本あり）

『随園食單』から今次の大戦までの約150年間に中国で多くの料理書が発行されており、その中には點心に属する食品が多く出ているが、點心という一項目をあげて説明してある本は見当らない。例えば1914年上海版の『食譜大全』は604頁に及ぶ大冊であり、料理717種と酒類42種を採り上げているが點心という項目はない。

この間、1900年代の初期から上海で日本人の手になる支那事情紹介書が多数発行されるようになり、そのほとんどの本に支那料理が採り上げられており、それ等の本の中では、中国書では採り上げられていない點心のことが詳しく説明してあるものが目立つ。

一例をあげると1915年に上海で発行された内山清氏の『貿易上より見たる支那風俗の研究』という本では點心に関する項目を一項目設け41種の點心の説明がしてある。糕餅類のほか、餃子、ワンタン、八宝飯、湯団、豆湯、餐飯など煮た食べものも點心として扱われており、随園と同じ内容になっている。

戦後の點心

戦後になって、1955年ごろから中国では、中国料理書が出版されるようになり、『中国名菜譜全11冊』『菜譜集録上下』『北京飯店菜譜』その他数種類が出ている。香港では1966年に點心の専門書である『中国點心大全』377頁が発行されている。文革期の約10年間は中国の文化活動の停止期で、この期間中に発行された料理書は、日本語訳もある『大衆菜譜』一種だけであるが、文革終了後は料理書出版の全盛時代となり、書名をあげ切れないほど多くの料理書が出版されている。内容は、文革前のものと大差ないが、本の頁数が多くなり、特に目立つのは本格的なカラー写真の入ったものの多いことである。

これらの料理書の内容で戦前と異なる点のひとつに點心の部を一項目として立ててあることである。これは中国料理の中で占める點心の位置が高くなっていることを示すものである。

中国で発行されている點心専門書について

以下、近年発行された點心関係書で手許にあるものを列記して参考に供したい。

1. 『広東點心と小食譜』 116頁 1966年7月(香港)
2. 『上海糕点製法』 137頁 1974年8月(上海)
3. 『北京糕点』 202頁 1980年12月(北京)
4. 『中国小吃』 116頁 1981年10月(浙江)
5. 『中国糕点集録』 162頁 1983年7月(北京)
6. 『麵食製作300種』 253頁 1981年(瀋陽)

最近、中国の料理書には従来ほとんど使われていなかった主食という言葉が見られるようになった。例えば『主食譜』1981年済南『吃』1983年北京などである。『主

食譜』では、「主食とは、大衆の日常生活中毎食必ずとらなければならない一群の食品で、例えば、ご飯、饅頭、麵類、包子、油条、花巻、火焼などである」と書いている。以上の食品は、ご飯を除けば全部點心に類するものである。

點心発達の理由として考えられること

中国で點心という食事形式が発達した理由として、①食いしんぼうだから、②本来一日二回食だからその間食としてという考え方があるが、筆者は②と考える。

このことは、日本で広く行われている、夏期4時ごろに食べる「お茶」という間食、一日二回食のブラジルで朝食の2時間ほど前と、朝夕食の間に食べる「カフェ」という食事形式に近い、両方とも「お茶、カフェ」と飲料で示されているが、食べる内容は、腹ごたえのするものを食べる。

飲茶(ヤムチャ)について

広東、香港、台北それに日本でも、餃子、包子、饅頭、麵類、小菜などをワゴンなどで客席の間を持ち廻り、客が自由にとって食べられる食事形式を飲茶といっている。

飲茶は、點心そのものとよく間違ひいされるが點心そのものではなく、中国語の吃點心(點心を食べる)とほとんど同じ意味の広東語である。従って発音も広東音で、ほんとの意味は、広東語で、茶を飲むことであるが、現在は前述のように茶を飲みながら點心を食べる意味に用いられている。

広東の食習慣である飲茶が、香港、台北、東京などに広まったのは、戦後のことで、東京は、1960年中期以降である。

飲茶の歴史的資料は極めて乏しく、筆者の見たものでは、村山しげる作『広東瑣談』(1840年)だけであり、内容は現在の飲茶と変らない。飲茶については、朝日百科、世界の食べもの巻68広東編、槇浩史氏のものが詳しい。

<資料>

◎ 各種辞典類に出る「點心」の解釈について。

- 1) 『中日大辞典』, 1971年, 愛知大学
點心 diǎnxīn ①間食(甘・辛を問わず正式の食事以外のいっさいの食べものをいう) ②間食に食べる, つまむ。
- 2) 『大漢和辞典』, 1976年, 諸橋轍次
點心 テンシン, 間食, 少しの食を心胸の間に點ずという義。気が倦んだ時, 菓子などを食するをいう。輟耕録に, 朝飯, 昼食の前後の小食を似て點心となすとあり心胸を點改する義。茶菓子, 又,

点心とその文献

- 食物をいう。(以下略)
- 3) 『中文大辞典』, 中国文化研究所
點心 空腹時に食べる簡単な食事(下略)。
- 4) Chinese-English Dictionary, 1931年, R. H Mathews
點心 Confectionery. Sweets Pastry Refreshment.
- 5) 『国民百科大辞典』, 1936年, 富山房
テンシン 点心 Tien-shin 食間の食物。麵, 菓子, 餅餌の類。例えば技を加えた飯, 炒飯, 八宝飯, 焼麦, 餛飩, 支那ソバの類から菓子の如きもの(山用政)。
- 6) 『辞海』, 1979年, 辞海編集委員会
点心 空腹時に食べる簡単な食物。饅餅の類の簡単な食物も点心という。(要約)
- 7) 『中華大字典』, 1916年 徐兄詰他
点心 俗間で小食を点心という。(要約)
- (註) 中文大辞典は, 台北発行の世界最大の漢字典, 辞海は, 現代中国最大の字典, 中華大字典は, 民国初年の代表的な字典(上海版)
- ◎ その他の参考書
『中西糕点大全』 608頁, 1982年(北京)
『家常点心譜』 262頁, 1984年(北京)
『川味小吃』 245頁, 1981年(四川)

新 刊 紹 介

厚生省保健医療局健康増進栄養課編 「第三次改定日本人の栄養所要量」

(B5判184ページ 定価1,500円 第一出版)

栄養所要量の改定については本号でも福場先生に解説していただいているが, 今回は個人にも適用出来るようにということで生活活動強度別に, 性別・年齢階層別・身長別に所要量が示されているのが特徴であろう。

所要量改定のたびに, 改定にあたった委員の方々が, なぜこのような数値にしたかを解説しているが, 今回の改定の説明書が本書である。

所要量の説明あるいは講義, また所要量を利用する場合に, なぜこのような数値が出たかを十分に知っておかなければならない。本書では豊富な資料を用い, このような数値を決定した根拠を詳しく述べている。毎回改定のたびに利用している方が多いと思うが, 今回も本書が刊行されたことを紹介しておきたい。

(元山)