

セレモジャーナル

CEREMO

JOURNAL

Vol.13

April 2025

江戸メディア見聞録～第三弾～
江戸時代の食事情

「江戸グルメ」の謎に迫る！

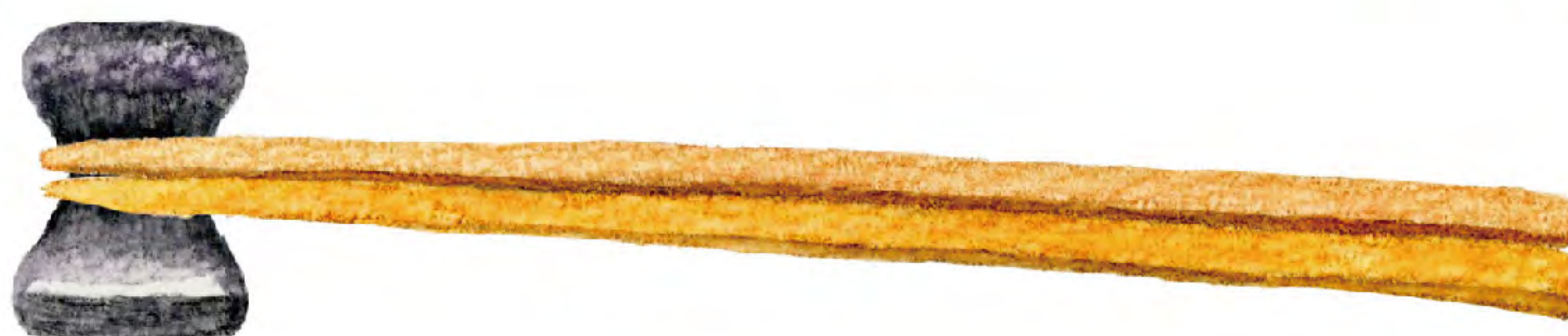
舌鼓を打つ江戸の味！グルメの都で何が食べられていた？

お葬儀 Q&A 親子で上手に終活に
取り組む方法は？

脳トレ 間違い探し

Interview

孤独死の増加と当社ができること





江戸時代の
食事情とは



江戸時代の人たちはどんなご飯を食べていたのでしょうか？庶民と武士、大名では食事の内容は違っていたのか、流行りのグルメや甘味はあったのかなど、気になる江戸時代の食生活をご紹介します。

1日に何食食べていた？

江戸時代の初期には「1日2食」が基本でした。中期ごろになると、1日3食の食生活が定着していきました。

武士や庶民、農民の日常のご飯は？

一般庶民…白米、味噌汁、漬物、たまに野菜や豆などの煮物
 農民…白米に粟あわや稗ひえを混ぜたもの、おかずはなし。または粟あわや稗ひえで作ったおもちや野菜などを入れた雑炊、小麦粉で作ったお団子
 下級武士…白米、味噌汁、漬物、野菜や豆、芋などの煮物、たまに魚
 上級武士…白米、味噌汁、漬物、野菜や豆、芋などの煮物、魚
 大名…毎食毎に鯛や平目などの高級魚、卵料理などの豪華メニュー
 農民の食事は質素でまずしく、魚は高級品で裕福な家庭や上級武士以上でないと食べるのが難しい贅沢な食事でした。

舌鼓を打つ江戸の味！「江戸グルメ」の謎に迫る！
 舌鼓を打つ江戸の味！グルメの都で何が食べられていた？

どこで買い物をした？

お米は米屋さん、野菜は八百屋さん、または天秤棒を担いで歩きながら色々なものを売っている「物売り」から食材を買っていました。

醤油、みりん、砂糖の普及

醤油の普及でにぎりずしや照り焼きなどの料理が発展しました。みりんは戦国時代までは甘い高級酒として飲まれていましたが、江戸時代後期に「蕎麦つゆ」や「蒲焼きのたれ」などの調味料に使われるようになりました。砂糖の製造が国産化され、茶屋ではお団子などの和菓子が一躍人気に！

人気の外食は？

外食人気TOP3は「そば屋」「お寿司」「天ぷら屋」。「そば屋」は手軽に食べられる屋台が多く、一番人気でした。江戸時代後期に江戸で誕生した「握りずし(江戸前寿司)」が広まると、料理屋や屋台でも食べられるようになり、その手軽さから人気となりました。うなぎの蒲焼きも江戸庶民に人気のグルメでした。屋台で売られていた庶民の蒲焼きが、丼ものとして料理屋のメニューになり、庶民の食べ物から高級品へと変わったのだそうです。

NEXT 次回の特集は

江戸メディア見聞録～第四弾～ 江戸時代の生活って？トイレ・風呂・暖房は？

江戸っ子たちは、普段はどのような生活をしていたのでしょうか？生活に欠かせないトイレ、お風呂、明かりや暖房は？気になる江戸庶民の日常生活を紐解きます。



お葬儀 Teacher
Mr.Takahashi

Q. 親子で上手に終活に取り組む方法は？



A. ご質問の内容は、多くの方が抱える共通の悩みです。かつては家族が葬儀やその後の手続きなどを担っていましたが、家族構成やライフスタイルの変化により、企業や行政のサービスを活用する選択肢が増えています。社会全体で支え合い、不安を解消する仕組みも広がっています。

終活の一環として、「エンディングノート」や「親ブック」を活用すると、財産管理や医療、葬儀の希望を整理しやすくなります。特に葬儀の形式や費用などを事前に決めておくと、家族の負担を大幅に軽減できます。親が記入しづらい場合は、一緒に整理するのもよいでしょう。

また、財産管理や相続の手続きは複雑なことが多く、事前相談や葬儀セミナーへの参加が役立ちます。専門家のアドバイスを受けることで、スムーズに準備を進められるケースもあります。

当社では、事前相談をしていただいた方に無料でエンディングノートをプレゼントしています。終活の第一歩として、ぜひご相談ください。

Brain Training

脳トレ

セレモニーの脳活で脳を活性化！

間違い探しで脳のワーキングメモリ（作業記憶）を鍛えましょう。

右の絵と左の絵で、違っているところが7箇所あります。

2つの絵を見くらべて、違っている箇所が見つかったら○で囲んでください。

難易度 ★★★★★



【2025年3月号答え】①雲の流れの長さ（左）②花の向き（上）③カンザシの大きさ④眉の角度⑤扇子の柄（中央）⑥刀の長さ⑦橋の欄干（右）

※間違い探しの答えは次号に掲載いたします。答え合わせをお楽しみに！

孤独死の増加と当社ができること

警察庁の発表によると、2024年1月から3月の間に、自宅でお亡くなりになった65歳以上の高齢者が約1万7千人に上ることが分かりました。こうした背景から、政府も「孤独死・孤立死」の現状を把握するための取り組みを進めています。その問題の大きさが改めて感じられます。

お一人でお住まいの高齢者の方が亡くなられた場合、以下のような課題が生じることがあります。

- 誰にも看取られずお亡くなりになられた場合、発見が遅れる事で事後のご処置が困難になる場合がある。
- 身寄りがいらつしやらない場合、ご遺体の引き取りや諸手続きに通常より時間がかかる場合がある。
- 故人の生前のご希望とは異なる形で葬送が行われる可能性がある。

当社では、こうした課題に少しでも寄り添えるよう、次のようなサービスをご用意しております。

- 〈事前契約サービス〉独居の方でも安心して最期を迎えられるよう、火葬や葬儀、埋葬のみの事前契約を承っております。
- 〈連絡代行サービス〉故人が生前に指定されたご親族やご友人へ連絡を行い、温かなつながりを守るお手伝いをいたします。
- 〈納骨・散骨代行〉菩提寺への納骨のほか、樹木葬や海洋散骨といった自然葬にも対応しております。遠方にお住まいのご遺族様にも安心していただけるよう努めています。

私たちは、孤独死という現実に向き合いながら、故人が尊厳をもって送り出されるお手伝いをすることを使命としています。また、病院や施設と密に連携することで、身寄りのない高齢者の方がご逝去された際にも、迅速かつ丁寧な対応を心がけています。

もしもご自身やご家族のことで不安を感じられることがございましたら、どうぞお気軽に当社へご相談ください。資料請求やお電話での相談も随時受け付けております。

NEWS & TOPICS

セレモニー公式 LINE アカウント 友だち募集中！

最新情報や豪華プレゼント企画、葬儀に関するお役立ち情報、あんしん葬儀学習会のご案内などの情報を配信しています。

QRコードから友だち追加

一般の方は
こちらから



@145opvky

パルシステム組合員の方は
こちらから



@527ebjno

pal*system 東京・千葉・埼玉・神奈川 提携葬儀社 広告

故人への想いを花に託し、式を彩る

セレモニーのお葬式



ご逝去からご葬儀・納骨までを
当社が完全サポート

事前相談はお電話またはWEBから「セレモジャーナル」を見たとお伝え下さい

0120-41-4021 24時間 365日対応 通話・相談無料

〒164-0003 東京都中野区東中野3-17-15 <https://ceremo.jp>

いざというときに慌てないために、葬儀・終活について考えてみませんか？
お電話・対面・オンライン・メールにて、気軽にご相談いただけます。



無料相談・ご依頼ダイヤル | 些細なことでもお気軽にお問い合わせください。



0120-41-4021
ヨ イ セ レ モ ニ ー

24時間365日対応

通話・相談無料

セレモ共済会 株式会社セレモニー 〒164-0003 東京都中野区東中野3-17-15

セレモ共済会 検索