

平成 2 8 年度

伝統的生活文化実態調査事業報告書

【郷土食】

文化庁文化財部伝統文化課



『千葉県』 太巻き寿司



『神奈川県』 けんちん汁



『長野県』 焼き餅（おやき）



『島根県』 奥出雲蕎麦

《目 次》

平成 28 年度伝統的生活文化実態調査事業報告..... 4

実態調査結果の一覧..... 6

【詳細調査報告】

北海道・東北地方..... 7

01 北海道 -1	三平汁	8
02 北海道 -2	コサヨ（アイヌの伝統料理）	11
03 青森県	タラ（鱈）のジャッパ汁	15
04 岩手県	シダミ団子、シダミ餅	20
05 宮城県	凍み豆腐	24
06 秋田県	大根のいぶり漬け（いぶりがっこ）	28
07 山形県	笹巻き	32
08 福島県	にしんの山椒漬け	34

関東地方..... 37

09 茨城県	乾燥芋（干し芋）	38
10 栃木県	シモツカレ	42
11 群馬県	おきりこみ	45
12 埼玉県	イガマンジュウ	47
13 千葉県	太巻き寿司（山武の巻き寿司）	49
14 東京都 -1	沢庵漬製造	52
15 東京都 -2	クサヤ	55
16 神奈川県	けんちん汁	57

中部地方..... 61

17 新潟県	笹団子	62
18 富山県	かぶら鮓し	66
19 石川県	治部煮	70
20 福井県	へしこ	73
21 山梨県	月の雫	76
22 長野県	焼き餅（おやき）	78
23 岐阜県	蜂屋柿（干し柿）	82
24 静岡県	手揉製茶技術	85
25 愛知県	おこしもの	88

近畿地方..... 91

26 三重県	浅里のなれずし	92
27 滋賀県	湖魚のなれずし（ふなずし）	95
28 京都府	一休寺納豆	98
29 大阪府	道明寺糰	103
30 兵庫県	イカナゴのくぎ煮	107
31 奈良県	ゆうべし	110
32 和歌山県	金山寺味噌	114

中国・四国地方..... 117

33 鳥取県	とうふちくわ	118
34 島根県	奥出雲蕎麦	123
35 岡山県	ママカリの酢漬け	127
36 広島県	さつま	130
37 山口県	茶粥	133
38 徳島県	阿波和三盆	138
39 香川県	醤油（むしろ麹）	142
40 愛媛県	石鎚黒茶（いしづち）	150
41 高知県	土佐節	155

九州・沖縄地方..... 163

42 福岡県	だぶ（らぶ）	164
43 佐賀県	フナンコグイ	167
44 長崎県	カンコロモチ	169
45 熊本県	カラシレン（からし蓮根）	175
46 大分県	だんご汁	178
47 宮崎県	カシノミコンニャク	181
48 鹿児島県 -1	アクマキ	184
49 鹿児島県 -2	ミキ	188
50 沖縄県	正月の豚肉料理	192

【郷土食関係基礎調査票一覧】..... 197

あとがき..... 236

平成 28 年度伝統的生活文化実態調査事業報告

1. 事業の趣旨

「和食；日本人の伝統的な食文化」が平成 50 年 12 月、ユネスコ無形文化遺産に登録されたことを契機として、我が国民の生活の特色を表す食文化、茶道等の「生活文化」の振興に係る要望が関係団体等から寄せられている。

しかしながら、現行の文化財保護体系ではこれに適切に対応することができていないことから、伝統的な生活文化の文化財保護体系における位置付けを見直し、制度改正等の必要性等について検討するための基礎資料となる実態調査を行う。

本調査は、伝統的生活文化のうち茶道、華道、郷土食等を対象とし、業界及び個別の流派の実態を把握するため、3 カ年計画で調査するものであり、平成 28 年度は、郷土食を調査対象とした。

調査に際し、文化庁が依頼し都道府県教育委員会と市町村教育委員会を通じて収集した郷土食の情報を整理してリスト化し、文化庁に提出するとともに、これをもとに文化庁が選んだ 50 件の郷土食について詳細調査を行った。

2. 事業の内容（実態調査の実施）

（1）郷土食の情報の整理（リスト化）

都道府県教育委員会と市町村教育委員会を通じて収集した食文化に関する情報を整理してリスト化した。

（ア）郷土食等について、民俗文化財として伝承状況等の実態を把握するため、全国各地の主な事例とその内容の把握を目的とした。

（イ）基礎調査票の項目は次のとおりである。

「食」に関わる文化財保護の現状について

無形の民俗文化財としての位置づけ、指定、もしくは選択、登録の保護措置等を講じているものの記載

郷土食等の具体的な事例について

呼称（名称：ふりがな） 食習地域または産地（調理・加工及び製造地域、または産地） 概要（食習の機会、調理、加工及び製造の方法）などの記載

（2）郷土食の詳細調査の実施

（ア）多様な調理方法、食材等や地域性バランスに配慮したうえで、各都道府県からおおむね 1 件ずつを選び、計 50 件の詳細調査を行った。

（イ）詳細調査における調査は、以下の項目に沿って行った。

名称（呼称：ふりがな）

伝承地域または産地

由来・伝承

食習の機会・時季、あるいは飲食の方法

原材料、調理・加工および製造の工程

産業化・商品化の現状

保存の体制（伝承者の概要、保存会等について）

行政等による支援策について

1) 財政的支援

2) 情報提供（発信）

文献・映像等の関連資料

3. 事業の報告

(1) 郷土食の情報（郷土食関係基礎調査票）の整理の報告

(ア) 各都道府県から提供された郷土食関係基礎調査票の具体的な事例は、合計 2,126 件であった。

(イ) 文化財保護の現状に関しては次のとおりであった。

国選択 1 件（兵庫県の酒造習俗）

県指定・選択：直接「食」に関わるもの 17 件、

神事・祭り・道具作りなど間接的なもの 7 件

市町村指定 直接「食」に関わるもの 8 件

神事・祭りなど間接的なもの 13 件

日本遺産構成文化財（構成要素） 6 件

(ウ) 提供された資料から多くの情報が得られた。

各都道府県と市町村の協力により、今後に活かせる多くの情報を収集し、整理することができた。

例えば、栃木県の「しもつかれ」や愛知県の「おこしもの」など、かつてはどこの家でも作られ、伝えられてきた行事食の分布などは、提供された情報の「伝承地域または産地」からその分布領域が概観できる。

さらに「呼称」を併せてみると、その事例の地元における呼び方が、地域によってさまざまに変化しながら分布し、今日に伝承していることがうかがえた。なお、各都道府県の情報数は次ページの一覧表に掲載した。具体的な呼称と伝承地等は巻末に掲載した。

(2) 郷土食の詳細調査の実施

(ア) 郷土食関係基礎調査票をもとに、各都道府県、市町村等と協議し、調査対象地域の選定を行った。食文化の調査の場合、担当部署が教育委員会の領域では収まらず、農林、水産、商工観光等の各課の協力を得て調査対象の絞り込みを行った。

(イ) 調査の具体的な方法は、現地における聞き取り、写真撮影等による調査と文献等による調査である。現地調査は 46 件で、文献等による調査は 4 件であった。

(ウ) 次章で 50 件の調査報告を掲載した。

郷土食は地元で入手した食材を用い、その地域で調理・調整法が伝承されてきたものであるが、さまざまな食材料が流通している今日、例えば、麺類やまんじゅうなどの粉食に関しては、大半が業務用の専門メーカーから仕入れているなどの状況も確認された。

伝承に関しては、保存会組織などもみられるが、伝承者の日常生活と生業（副業）、地域の行事等により支えられているのが現状である。いずれも伝承者の高齢化が共通の問題点となっているが、事例ごとに、伝承の実情と継承に向けたさまざまな取り組みがみられた。

(エ) 本業務は文化庁文化財部伝統文化課の指導・助言のもとに行われた。

文化財保護調整室	室長補佐	藤本 慎也
	文化財活用情報分析官	樋口 和宏
民俗文化財部門	主任文化財調査官	小林 稔
	文化財調査官	前田 俊一郎
	文化財調査官	石垣 悟
調査担当会社	株式会社 T E M 研究所	

〔実態調査結果の一覧〕

No	都道府県	基礎調査票事例数	詳細調査事例の呼称	調査対象地域
北海道地方				
01	北海道 -1	43 件	三平汁	北海道余市郡余市町
02	北海道 -2		コサヨ（アイヌの伝統料理）	北海道沙流郡平取町字二風谷
東北地方				
03	青森県	48 件	タラ（鱈）のジャッパ汁	青森市細越
04	岩手県	61 件	シダミ団子、シダミ餅	岩手県遠野市山口、一戸町月舘
05	宮城県	42 件	凍み豆腐	宮城県大崎市岩出山町
06	秋田県	35 件	大根のいぶり漬（いぶりがっこ）	秋田県横手市市内
07	山形県	49 件	笹巻き	山形県東田川郡三川町
08	福島県	43 件	にしんの山椒漬	福島県南会津郡南会津町
関東地方				
09	茨城県	59 件	乾燥芋（干し芋）	茨城県ひたちなか市高場
10	栃木県	27 件	シモツカレ	栃木県宇都宮市幕田町
11	群馬県	43 件	おきりこみ	群馬県高崎市倉渕町
12	埼玉県	46 件	イガマンジュウ	埼玉県羽生市三田ヶ谷
13	千葉県	93 件	太巻き寿司（山武の巻き寿司）	千葉県山武市松尾町
14	東京都 -1	43 件	沢庵漬製造	東京都練馬区田柄
15	東京都 -2		クサヤ	東京都新島島、三宅島、八丈島
16	神奈川県	10 件	けんちん汁	神奈川県鎌倉市山ノ内
中部地方				
17	新潟県	95 件	笹団子	新潟県燕市吉田大保
18	富山県	53 件	かぶら鯨し	富山県南砺市福光
19	石川県	61 件	治部煮	石川県金沢市長町
20	福井県	39 件	へしこ	福井県三方郡美浜町日向
21	山梨県	5 件	月の雫	甲州市勝沼町勝沼
22	長野県	22 件	焼き餅（おやき）	長野県上水内郡小川村
23	岐阜県	88 件	蜂屋柿（干し柿）	美濃加茂市蜂屋町
24	静岡県	68 件	手揉製茶技術	静岡県静岡市内ほか
25	愛知県	104 件	おこしもの	愛知県瀬戸市田中町
近畿地方				
26	三重県	12 件	浅里のなれずし	三重県紀宝町浅里
27	滋賀県	10 件	湖魚のなれずし（ふなずし）	滋賀県高島市勝野
28	京都府	22 件	一休寺納豆	京都府京田辺市一休寺
29	大阪府	38 件	道明寺糰	大阪府藤井寺市道明寺
30	兵庫県	63 件	イカナゴのくぎ煮	兵庫県神戸市垂水区
31	奈良県	48 件	ゆうべし	奈良県吉野郡十津川村内野
32	和歌山県	5 件	金山寺味噌	有田郡湯浅町田
中国地方				
33	鳥取県	58 件	とうふちくわ	鳥取県鳥取市内
34	島根県	31 件	奥出雲蕎麦	島根県仁多郡奥出雲町上阿井
35	岡山県	58 件	ママカリの酢漬	岡山県玉野市胸上
36	広島県	37 件	さつま	広島県安芸郡海田町
37	山口県	25 件	茶粥	山口県周防大島町
四国地方				
38	徳島県	23 件	阿波和三盆	板野郡上板町泉谷原
39	香川県	18 件	醤油（むしろ麹）	香川県東かがわ市引田
40	愛媛県	59 件	石鎚黒茶（いしづち）	愛媛県西条市
41	高知県	20 件	土佐節	高知県土佐市宇佐町
九州地方				
42	福岡県	81 件	だぶ（らぶ）	福岡県宗像市池田
43	佐賀県	5 件	フナンコグイ	佐賀県鹿島市船浜町
44	長崎県	35 件	カンコロモチ	長崎県五島市浜町、五島市富江町
45	熊本県	131 件	カラシレン（からし蓮根）	熊本県熊本市中央区新町
46	大分県	45 件	だんご汁	大分市戸次ほか
47	宮崎県	47 件	カシノミコンニャク	宮崎県西都市上揚
48	鹿児島県 -1	57 件	アクマキ	鹿児島県志布志市、奄美市住用町
49	鹿児島県 -2		ミキ	鹿児島県奄美市笠利町赤木名、住用町川内
沖縄地方				
50	沖縄県	21 件	正月の豚肉料理	沖縄本島
	（合計）	2126 件		

【詳細調査報告】

北海道・東北地方



(写真1) 三平汁

名称：三平汁

よみがな：さんぺいじる

伝承地：北海道余市郡余市町、北海道南部から
北海道日本海側一帯

調査地：北海道余市郡余市町個人宅

話者：小川 和子さん

伝承者数：不明

主な原材料：糠ニシン、馬鈴薯、ニンジン、
ササギ豆

主な用途：日常食、行事食、間食



(写真2) 調理用具（包丁、両手鍋、まな板）



(写真3) 干しコンブ投入



(写真4) 野菜を洗い皮をむく

1. 背景と特徴

北海道の南部から日本海沿岸地域ではニシン漁が盛んに行われてきた。三平汁はかかる地域で食されてきた日常の汁物で、糠ニシン、ササゲ豆、馬鈴薯を材料にする。

2. 技術伝承の由来など

平秩東作、『東遊記』天明3（1783）年に「サンヘイと云うは塩漬の魚と菜大根を煮たるものを云 朝夕の菜のものに用ゆ」とある。松浦武四郎、『蝦夷日誌 巻之一』1846年に「味噌醤油を用ゆることなく、只其鮮の塩漬を切込ミ（し）塩汁にて何にても野菜を煮て用ゆ。先江差等の大家は年中是を用ゆるに、ふき、蓬、たんぽゝ、虎杖、大こん、なすび等何と云ことなし。」とある。

江戸時代から明治時代までは、塩漬けニシンと野菜とを煮込む料理であったが、昭和に入る頃には糠ニシンを使うようになった（ただし『東遊記』中に「鮮は鮓、片身下し、割鮓、ぬか漬、鹽漬」とあるので、江戸時代から糠ニシンを利用した可能性はある）。

3. 分布について

昭和30年代初頭まで、北海道日本海沿岸である程度の漁獲があった時期は地元産の糠ニシンが入手できたが、以降は輸入の時期が長く続いた。平成20年代になって石狩、後志沿岸にまとまった漁獲は見られるようになったが、依然として原料魚は輸入に頼っている状態である。野菜類については北海道産、国産が主体的である。

郷土食を供される年齢層は比較的高く、若年層では食する機会はあるものの、ニシンを原料魚とする三平汁は郷土食として一般的なものでなくなりつつあるのが現状である。

4. 原材料について

昭和 10 年代の余市地方では、糠ニシンと野菜数種を原材料に調理されたが、ニシンの他に加える野菜はカボチャと馬鈴薯、ササギ豆と馬鈴薯、塩漬けの大根菜と馬鈴薯といったように 2 種の野菜が多かった。

5. 加工（調理など）について

・食材（12 人前）＜写真 3＞

糠ニシン 1 本、馬鈴薯（メークイン）5 個（550 g）、ニンジン 1 本（140 g）、ササギ豆 30 本（320 g）、ダイコン 1/2 本（420 g）

・出汁

干しコンブ 1 枚（出汁をとった後、捨てずに具材として利用）

・調味料 塩少々、うま味調味料少々

・調理器具 包丁、両手鍋、まな板（写真 2）

・調理を行う人数 1 人

・調理に必要とする時間 約 40 分

・調理の手順

水（約 3 ）を入れた鍋に干しコンブを入れて置く。

（写真 3）

馬鈴薯、ニンジン、大根を洗い皮を剥く。

（写真 4）（写真 5）

ニシンの糠を落とし（腹の中、外側）、水洗いした後、頭を落とす。（写真 6）

ニシンの背側から手で開き（背開き）中骨をとる（細かな骨も殆ど同時にとれる）。

ヒレもとる。（写真 7）

ササギ豆を適当な大きさに手で折る（夏季に自家収穫したものを冷凍したもの）。（写真 8）

ニンジン・大根を短冊切り、馬鈴薯を 5 cm 前後に乱切りにする。（写真 8）

ニシンを適当な大きさに切る。

鍋に野菜を投入、その上にニシンを乗せ、火にかける（強火約 10 分）。（写真 9）（写真 10）

煮立ったら弱火にし、野菜に火が通り柔らかくなる（竹串で確認）まで煮る（約 10 分）。

（写真 11）

コンブを一度取り出し、短冊切りにし鍋に戻し具材とする。（写真 12）

味見、やや塩甘くても更にニシンから塩味が出てくるため要注意。塩少々、うま味調味料少々を加え再度味見、完成。（写真 13）

出来た料理の保存期間（いつ作って、いつ食べるか）夕食用に作って夕食で食べ、翌日まで（日持ちしない）



（写真 5）ニンジン皮むき



（写真 6）ニシンの糠落とし



（写真 7）中骨をとり、処理したニシン



（写真 8）処理した野菜



(写真 9) 鍋に野菜を入れる



(写真 10) その上にニシンのをのせ、火にかける



(写真 11) 鍋が煮立った様子



(写真 12) コンブを取り出して短冊に切り、具材とする



(写真 13) 味を調整して完成

6. 食習等について

なし

7. 郷土食の変容について

《作り方の変容》

昔は糠ニシンの塩がきいたものが普通であったため、そのまま鍋へ投入し、そのニシンから出る塩味だけで味付けは充分であったが、現在の糠ニシンの塩が甘めなものが多いため、仕上げ段階で塩を加えて味を調整する必要がある。

現在まで、糠ニシン以外のマダラ、スケトウダラ等（前日に振り塩）を使って三平汁を作るが、かつては宗八ガレイ（振り塩）も使用した。

糠ニシンの調理方法については、昔は糠を落として 1 本のまま鍋で煮て中骨を引き抜いていたが、現在は煮る前に手で背側を開き、中骨等を取り三枚おろし様にし包丁で切ってから鍋に入れる。

昔は大根の葉を干したものを保存、水で戻して具材として使っていた。馬鈴薯は昔、アカイモと呼ばれた品種を使用していた。

《食べ方の変容》

昔は冷蔵庫もなくもともと傷みやすい料理であることに加え、大家族であったこともあり、基本的には作ったその日のうちに消費していたが、現在は冷蔵庫に鍋が入れば数日食べられる。但し基本的には翌日までに消費する。

8. 技術伝承について

特にない



1. 背景と特徴

古くアイヌの交通手段は舟が主であり、川ごとに文化圏が形成されていた。沙流川流域にもたくさんのコタン（集落）があり、アイヌ文化の継承が行われて来た地方である。コサヨはこの地方の呼称と思われる。

カムイノミ（神々への祈りの儀式）シンヌラッパ（先祖供養）等、人々が集まる時に作り食する行事食である。

シブシケブコ（イナキビの粉）、シケレベ（キハダの実）、トラマル（豆）を煮詰めるだけの、比較的簡単な料理であるが、整腸薬・健胃としても抜群の効果を発揮するシケレベがふんだんに使われ、自然界から調達できるものを何でも利用するアイヌ料理の医食同源的な発想がよく表れている。

2. 技術伝承の由来など

コサヨというアイヌ語は「コ（粉） サヨ（粥）」と分解でき、粥の一種だと認識されていたようである。アイヌが栽培した穀物はシブシケブ（イナキビ）ムンチロ（アワ） ピヤパ（ヒエ）などで、これらを粥として食することはあるが、コサヨに関しては、粥というよりも粘りがある餅のようなものと言える。地元では伝統的なアイヌ料理と認識されているが、現在のフチ（お婆さん）達に尋ねても「昔からある」というだけで、いつ頃からある料理なのかは不明である。また、地元であってもアイヌの家庭以外では、ほとんど知られていない料理だといえる。

3. 分布について

コサヨは、イナキビなど穀物の粉を使うことから他の地域ではコウシラタシケブなどと呼ばれ、北海道の各地で作られる料理のひとつ。

名称：コサヨ

よみがな：こさよ

伝承地：北海道沙流郡平取町地域一帯

調査地：北海道沙流郡平取町字二風谷二風谷生活館

話者：平取アイヌ文化保存会の皆さん

平取アイヌ文化保存会

会長・貝澤 耕一さん

伝承者数：保存会は会員数 100 名、うち平成 29 年 1 月 15 日の「シンヌラッパ（先祖供養の儀式）及び新年会時に料理作成に関係したのは約 20 名

主な原材料：シケレベ（キハダの実）、トラマル、シブシケブコ（イナキビの粉）

主な用途：行事食



（写真 1）シブシケブを水に浸ける



（写真 2）シコロ、トラマルを水に浸ける



(写真 3) シブシケフの水を切り、ミキサーで粉にする



(写真 4) トラマルの下茹で



(写真 5) 沸騰したら茹でこぼす



(写真 6) 再び水を入れて茹で、シコロを加える

4. 原材料について

シブシケフ（イナキビ）の粉、あるいはムンチロ（アワ）の粉が使われることもある。いずれも沙流地方では古くから栽培されているが、一般的にシブシケフの方がおいしい、という意識があるようで、そちらが好まれる。粉にするにはイコタニ（杵）とニス（臼）を用いるが、本州から伝来した石臼を用いることもあった。現在は「よめっこ」（ミキサー）で挽く。シブシケフ、ムンチロいずれにも、リテン（柔らかい）とニッネ（かたい）という種類上の違いがある。これは、餅と、うるちの違いであるが、コサヨ作りにはリテンの方を用いる。

シケレペ（キハダの実・北海道弁ではシコロの実というのが普通）はアイヌ料理には欠かせない食材といえる。苦く独特の味がし、昔から子どもたちの中には苦手だという者が多かったようだが、体にいいからと、食べることを強要されるものでもあった。秋、まだ緑色をした実を霜が降りないうちに採取した。

トラマルはインゲンマメの１種だが、コサヨ作りにはもっとも好まれる豆である。トラマルが入らないコサヨもあるので絶対に必要というわけではないようである。

砂糖は貴重だったので昔は砂糖が入らないコサヨが一般的であったと言われる。現在は好みではあるが、砂糖をたっぷり入れ、餅飴のように食するのが主流である。塩も味を調える意味合いで加えられる。

5. 調理について（分量、道具、人員）

材料 30 ～ 40 人分

シブシケフコ（イナキビ粉）	1,5kg
シケレペ（キハダの実）	100g
トラマル（豆）	5 合
砂糖	1kg（好みにより加減）
塩	少々

調理器具、道具

鍋、ざる、ボール、ガーゼ、ミキサー、振るい、しゃもじ

調理を行う人数	1 人から
調理に必要とする時間	2 日間
できた料理の保存期間	2 日ほどか？作ったその場で食べ、余ったものはおみやげとして持ち帰る

6. 調理の工程

シブシケフ、シケレペ、トラマルをそれぞれ一晩水に浸けておく

一晩水に浸けたシブシケフの水を切る

ミキサーでシブシケブを粉にする その後、振るいにもかけ、なるべく細かい粉に仕上げる
トラマルの下茹でをする（20分）
沸騰したら湯でこぼす
湯でこぼしたトラマルに水を入れ、一晩水に浸したシケレペを加え茹でる（20分）
トラマルとシケレペに火が通ったら砂糖と塩で味付けをする（10分）
シブシケブコを入れる
火加減は強火のまま粉の塊が出来ないようにかき混ぜます。（焦げ付かないように注意する シブシケブコを入れたことで粘りが出てくる）（15分）
滑らかになれば完成

7. 食習等について

（郷土食の用途）

行事食であり、人が食べる前に神々に捧げ、先祖の霊にも捧げる。その後、集まった人々が、おすそ分けをいただく、という感覚でいただく。

（食べ方）

儀式、祭りに集まった者全員が食べる。

（食べる時の習慣）

特に決まりなどは聞いたことがない。

（売り方）

コサヨを売るということも聞いたことがない。

8. 郷土食の変容について

（作り方の変容）

材料も保存がきくものであるし、特定の時期だけ作った、というようなことは聞いたことがない。儀式、祭りの時などに、御馳走として作られてきたものだと思う。原材料はトラマルなど豆があれば加えるが、無ければ、シブシケブとシケレペだけでも作ったと思われる。道具は鍋と、しゃもじなどの、かき混ぜるための道具だけである。アイヌ文化期から鉄鍋の使用が好まれているので、変化といえば囲炉裏の火がガスコンロに変わったぐらいだと思う。あるいはコサヨ自体がストーブが普及したあとに発展した料理だという可能性も考えられるが、今回の調査では判明できなかった。

（食べ方の変化）

貴重品であったシブシケブや砂糖を使うコサヨは、かつて儀式や祭りに時にだけ作られる、めったに食べられない御馳走だったのであると思われる。しかし、甘いものでも、どんな食べ物でも、いつでも食べられる環境にある今日においては、それほど重宝されず、ましてクセの強いシケレペを使っていることで、敬遠されがちな面もある。しかしアイヌ文化の価値が見直され、どんどん



（写真 7）火が通ったら砂糖を入れる



（写真 8）続いて塩を入れる



（写真 9）強火で煮る



（写真 10）同上



(写真 11) シブシケフコ (イナキビの粉) を入れる



(写真 12) よく混ぜる



(写真 13) 粉の塊が出来ないように混ぜる



(写真 14) 火加減は強火のまま



(写真 15) 完成

注目が高まっている現在において、この料理のおいしさ、良さもまた、見直されつつある段階にあると思う。カムイノミ（神々への祈りの儀式）やシンヌラッパ（先祖供養の儀式）においては、平取では定番の伝統料理である。

9. 技術伝承について

（伝承問題）

家庭で作られるということは、ほとんど無いが平取町のアイヌの儀式、その後の会食では定番メニューの1つである。作り方も比較的簡単なので、順調に伝承されていくであろうが、家庭でも受け継がれている料理という状況ではない。シケレペの食し方としては最も代表的な料理である。

平取アイヌ文化保存会（会員数約 100 人）で年に 2,3 回は作る機会がある料理である。開発や森林伐採が主な理由であろうが、このたった 2、3 回分でも原材料（シケレペ）の確保に苦労する年もある。またシブシケフコも生産量が少ないためか米などよりはずっと高価で取引されている。



名称：タラ（鱈）のジャッパ汁
 よみがな：たらのじゃっばじる
 伝承地：陸奥湾沿岸地域、青森市・弘前市・五所川原市・津軽郡地域
 調査地：青森市細越（個人宅）
 話者：木村 佑子さん
 伝承者数：多数
 主な原材料：タラ（真鱈） 大根、ネギが基本、
 味付けは味噌または醤油
 主な用途：年取り料理、冬のご馳走

1. 背景と特徴

12月から2月に掛けて、親潮に乗ったタラが津軽海峡から陸奥湾に産卵のために回遊してくる。陸奥湾で冬に捕れるタラは身を昆布締めにしたリ、焼き魚として食べ、頭や内臓等のジャッパを鍋にして残らず食べた。

陸奥湾沿岸地域と津軽地域の年取りには、タラの昆布締めとジャッパ汁が欠かせないもので、戸主のジャッパ汁にはタラの頭を盛り付けた。タラのジャッパ汁の材料は、タラ1本にネギと大根だけで作ったものであるが、内陸部では豆腐やスグサ（大根の干し菜）を入れる地域もあった。昔は、2尺（約60cm）ほどあるタラを捌くのは、雪の上であった。家庭料理として定着しているタラのジャッパ汁も、今は、スーパーでジャッパ汁用に捌いたタラを買ってくる時代になった。生活と住まい、特に台所がコンパクトなシステムキッチンに変わったことが背景にある。

冬のご馳走、行事食から青森や弘前の食堂や飲み屋でも冬の名物郷土料理として供されている。

2. 技術伝承の由来など

タラの骨は、縄文時代の三内丸山遺跡からも発掘されている青森にとって大事な魚であった。冬に産卵のために陸奥湾に回遊してくるタラは冬に獲れる貴重な魚であったので、タラのジャッパ汁の原型は縄文時代まで遡ると推定される。

津軽弁で「じゃっば」とは「雑把」の意味で、「タラのジャッパ汁」とは、頭・エラや内臓などのアラを使った鍋料理の呼称である。「タラのジャッパ汁」は年取り料理、冬のご馳走となる家庭料理であったので、ジャッパ汁は家族、血縁や地域の料理人を通じて伝えられてきた。

タラは明治18年(1885)に九艘泊で「底建網漁法」が開始されると、一気に漁獲量が増えて陸奥湾岸と津軽地



（写真1）タラを雪の上でおろす



（写真2）滑らないようにタオルを敷いて、タラの腹から裂く



(写真 3) 胃袋は割って食べたものを掻き出す



(写真 4) 内臓をさばいたら、頭を出刃で割る



(写真 5) さばいたタラの身、骨・頭や内臓は分けておく

域の冬の魚になった。太平洋戦争前がタラ、そしてタラのジャッパ汁の最盛期だった。

家庭料理として根付いてきたタラのジャッパ汁は、今はジャッパ汁用タラがスーパーで売られる時代となり、野菜や魚介を増やした寄せ鍋風や三平汁風も食べられるようになってきた。そして、家庭料理から洗練されて小料理屋や飲み屋で饗される郷土食として新しい姿を見せている。

3. 分布について

《分布地域》

12月から2月にかけて津軽海峡を経て陸奥湾に産卵のために回遊してくタラが獲れる陸奥湾沿岸地域が、主たるタラのジャッパ汁の分布地域である。東北本線や奥羽本線や開通すると、「タラのジャッパ汁」が津軽藩地域に広がっていった。

一方、旧南部藩地域に当たる太平洋岸の県南地域の年取りの魚は前浜で獲れる「なめたカレイ」である。

《味付け》

タラのジャッパ汁の味付けは、塩味と味噌味の2種類がある。獲れたてのタラが手に入る陸奥湾沿岸の漁村の味付けは、塩味である。内陸部の農村や町場では、タラの臭いを消すために味噌味にすることが多かった。

《原材料》

伝統的なタラのジャッパ汁の材料は、タラに土中に埋めて保存できるネギと大根が基本であった。ジャッパ汁の出汁は、焼き干しや昆布でとった。年取り料理のタラの昆布締めに使った昆布をジャッパ汁に使い回しをした。町場では、豆腐を加えたり、農家ではスグサ（大根の干し菜）を加えるなど、浜と山、町場によっても材料の違いがあった。

4. 原材料について

《タラの回遊》

本州最北端の青森には、下北半島と津軽半島に囲まれた陸奥湾があり、津軽海峡を挟んで北海道がある。この地理的条件により12月から2月にかけてタラが北海道沖から津軽海峡を経て陸奥湾で産卵するために回遊してくる。

《タラの漁法》

陸奥湾でタラ漁が行われるようになったのは、1700年代からとみられ、江戸時代中頃以後はタラ漁が盛んになった。明治18年に九艘泊の櫛引福蔵氏が開発した底建網漁法により、タラの漁獲量が一気に増えて、タラのジャッパ汁が家庭料理になった。

《鱈子とキク（白子）》

冬、産卵のために回遊してくるタラには成熟した鱧子やキク（白子）がはいり、両者をジャッパ汁に加えると、青森でしか味わえない郷土料理となる。

《野菜》

12月下旬から4月中頃まで根雪となる青森では、タラのジャッパ汁に使える野菜は、土に埋めて保存できたネギや大根に限られた。また、農村部では、大根葉を干したスグサを入れるところもあった。

《新たな材料》

北海道と往来が盛んな青森には、石狩鍋や三平汁の影響を受けて、白菜、人参やタマネギなどを加えたり、粕汁風の味付けも行われている。



（写真6）タラのジャッパに昆布・味噌・大根とネギを用意

5. 加工（調理など）について

話者：木村佑子さん（青森市奥内出身（陸奥湾沿岸漁村））

《家庭での口伝》

ジャッパ汁の作り方は、祖父母から教わった母が北海道の石狩出身だったので、鮭やタラをもらって三平汁風のジャッパ汁を作った。タラは煮えやすく、馬の鼻息でも煮えると教えてもらった。

《手順》

- (1) 材料の準備 タラ1本、ネギ2 - 3本、大根半分
出汁昆布、味噌または醤油、塩少々
- (2) 野菜の下ゆえ（5分）
ネギは適当な大きさの斜め切りにする
大根は厚さ1.5cm程度の輪切りにする
- (3) タラの下ゆえ（約30分）
タラを1本を用意して、さばく準備をする
腹を裂き、内臓や鱧子・キク（白子）を取り出す
胃袋を裂いて、食べた小魚などを清掃する
頭を落とし、二ツに割る
身は3枚おろしにする
さばいたタラは、身・頭・内臓・鱧子・キク（白子）に分けて軽く塩を振っておく
- (4) ジャッパ汁を作る（約20分）
昆布締めに使った昆布でジャッパ汁の出汁をとる
出汁が煮たったら、タラの臭みをとるために味噌を入れる
一煮立ちしたら、ジャッパを入れて煮る
大根を入れて煮る
大根が煮えたら、ネギを入れて一煮立ちさせる
貝焼き皿に盛り付けて出来上り



（写真7）昆布締めに使った昆布を敷いてジャッパを煮る



（写真8）最後にネギを入れて出来上り

6. 食習等について

《郷土食の用途》

「タラ1本で正月をする」と言われるほど、陸奥湾岸・



(写真 9) 煮えたら貝焼き皿に盛る



(写真 10) お頭の入ったジャッパ汁は主人が食す



(写真 11) スーパーでは、核家族化に合わせてタラをおろして売っている

津軽地区にとっては、大事な魚である。年取りのお膳には、タラの昆布じめとジャッパ汁が主役であった。明治以後、タラの漁獲が増えると冬のご馳走になった。現在は、スーパーでジャッパ汁用にさばいたタラが売られ、小料理屋や飲み屋の冬の名物である。

《食べる時の習慣》

昔は、当主の年取りのお膳には、タラの頭を入れたジャッパ汁を盛る。年取りの夜、当主の挨拶のあと、ジャッパ汁を食べ始める慣習があった。

《売り方》 交通機関・流通体制が整う前は、冬の家料理として、タラ 1 本を買うものであった。現在は、スーパーや魚屋が、タラを切り身・鱈子・キク(白子)とジャッパ(アラ)におろして、ジャッパ汁用として売っている。スーパーで売ようになったのは、15 年ほど前からである。

7. 郷土食の変容について

《作り方の変容》

タラのジャッパ汁の基本的材料は、冬に陸奥湾に産卵のために回遊してくるタラのジャッパに、地中に埋めて保存できる大根・ネギである。味付けは、浜では塩味で、町場や農家ではタラの臭いを消すために味噌味であった。近年は、タラのジャッパだけでなく、タラの切り身やキク(白子)豆腐や白菜・人参などの野菜も加えて、石狩鍋風や三平汁風の粕汁に作られるようになった。また、ジャッパ汁用セットを買って、タラの下拵えをしないで、鍋で煮るだけに変わってきた。

《作る場所》

タラ 1 本をさばくには、広くて汚れても良い流しが必要であったので、漁家や農家では雪の上で捌いてきた。今のこぢんまりしたシステムキッチンでタラ 1 本をおろすのは困難なので、スーパーなどで売っているジャッパ汁用セットを買うように変わってきた。

《食べ方の変容》

タラは冬のタンパク源として貴重な魚なので、家長がタラの頭が入ったジャッパ汁を食べる慣習があった。現在は、当主にお頭を盛る慣習は薄れてきた。年取りのお膳に欠かせなかったタラの昆布締めとジャッパ汁も鮭に変わりつつある。家庭料理であったタラのジャッパ汁は、小料理屋や飲み屋など街でも食べられる郷土食に発展した。

《売り方》

タラのジャッパ汁は家庭料理であったので、タラ 1 本を買って各家庭でおろしたものであった。近年は、タラのジャッパ汁用セットをスーパーで売ようになった。魚を捌くのが苦手な若い人たちや狭くてこぎれいにして

おきたいシステムキッチンに適した売り方になった。

8. 技術伝承について

《伝承する人や組織》

タラのジャッパ汁は、タラをおろして大根・ネギを加えて、塩味や味噌味で煮るだけの簡単な家庭料理であったので、家族や親戚、あるいは地域の料理人の人達から若い世代の人達に至るまで、伝承されてきた郷土料理である。従って、特別にタラのジャッパ汁を伝承する人や組織があるわけではなかった。

家庭料理として定着した上で、タラのジャッパがスーパーで売られている時代になり、郷土食としての継承には大きな課題はないといえる。

《保護の現状》

家庭料理として定着し、街の小料理屋等でも食べられる郷土料理なので、保護する必要が無い。家庭料理としてのタラのジャッパ汁が石狩鍋風や三平汁風と多様化・現代化した郷土料理に衣替えしつつあることは望ましいと言える。

《技術伝承の問題点》

家庭料理としてのタラのジャッパ汁は、年取り料理に欠かせない料理として継承されてきたが、生活の現代化・画一化の進行とともに若い世代には、タラをおろす技術を継承することが難しくなってきた。

その背景には、現代住宅の台所に魚をおろしたり、下ごしらえの汚れ物を始末するための工夫が組み込まれていないことがある。

現代のシステムキッチンは、現代社会の流通体制に支えられて供給される下ごしらえされた肉や魚をただ調理する機能が主である。そのため、魚の胃袋などの内臓を裂いて、汚れを落とすことなどはできないので、若い世代にタラのおろし方を継承することができにくいのである。



(写真 12) タラのジャッパ汁用セットもある



(写真 13) 青森の「年取りお膳」にはタラの昆布じめとジャッパ汁が欠かせない(県史から引用)



(写真 1) ナラとクヌギの 2 種類のシダミ (Donguri)

名称：シダミ団子、シダミ餅

よみがな：しだみだんご、しだみもち

伝承地：青森県南山間地、岩手県内陸部北上山系周辺

調査地および話者：

岩手県遠野市山口 新田 蘿子さん

岩手県一戸町月舘字赤屋敷 赤屋 敷タマさん

岩手県一戸町 御所野縄文博物館
学芸員・中市 日女子さん

伝承者数：不明

主な原材料：シダミ (Donguri)、小麦粉、米粉、砂糖、塩、黄粉

主な用途：救荒食、間食、嗜好食



(写真 2) シダミ団子



(写真 3) シトギ風のシダミ餅



(写真 4) 拾い集めたシダミは虫を殺すために湯通しや湯がく

1. 背景と特徴

岩手県から青森県にかけた北上山系周辺の山間部は、夏に太平洋から吹く冷たいヤマセのためにケガシ(飢饉)になることが多かった。この地域に自生する栗やトチの実に加えて、ミズナラやコナラの木の実 - Donguri を「シダミ」と呼び、凶作時の備蓄食料として土間の梁上のマギなど乾燥保存してきた。

シダミは地面に落ちると虫が付きやすいので、拾い集めたら、すぐに茹でた上で保存した。約 1 ヶ月半ほど乾燥したら、櫓の灰汁でアク・渋抜きをし、唐臼などで搗いて粉にして小麦粉や米粉と混ぜて団子や餅にした。ケガシ(飢饉)の時の救荒食や日常食であった。近年は、小豆餡の代わりにシダミ餡の団子も作られている。

2. 技術伝承の由来など

《由来》

三内丸山遺跡や御所野遺跡などの縄文時代の遺跡からシダミ (Donguri) が出土しているので、縄文時代から食料であったと考えられる。明治時代でも、ケガシ(飢饉)蓄えとしてシダミ (Donguri) を採集し、土間の梁上などに保存にした。また、冬の日常食としても食べられてきた。特に、シダミ団子は明治 30 年代や昭和 8 年の凶作時に救荒食としてケガシを乗り切る一助となった。太平洋戦争前の遠野地方の郷土誌には、シダミ団子やシダミ餅の作り方や食べ方が記されている。

《最盛期》

太平洋戦争後、農業技術の改善や生活が豊かになると、救荒食としてのシダミは役割を終えた。シダミ (Donguri) が救荒食料・備蓄食料として重宝されたのは、太平洋戦争以前と言える。

3. 分布について

《シダミの種類》

岩手のシダミ（ドングリ）には、3種類ある。多いのは、ミズナラやコナラの砲弾状のシダミ（ドングリ）で、ミズナラのシダミ（ドングリ）がコナラよりも大きいが、味はコナラのシダミ（ドングリ）が勝っている。3種類目は、クヌギのシダミ（ドングリ）であるが、自生は少なく、移植されたクヌギも少ない。クヌギのシダミ（ドングリ）は球形でアクや渋が少ないので、食べるとおいしい。

《シダミの分布》

シダミ（ドングリ）のなるミズナラやコナラの木は北上山系や奥羽山地の山間部に広く自生しているので、縄文時代から食料として利用されてきた。シダミのなる櫓の木は炭に適しているために、岩手県北上山系の山間部では炭焼きと共存する環境ができあがった。

《シダミ団子・ダミ餅の分布》

シダミ（ドングリ）を使った郷土食には、シダミ団子とシダミ餅の2種類がある。シダミ団子は、シダミ（ドングリ）で餡を作り、小豆餡の代わりにシダミ（ドングリ）餡を使ったものである。シダミ餅は米粉や小麦粉と混ぜたシトギ風の餅である。遠野地区では、主にシダミ餅が作られてきた。岩手県北も同様にシダミ餅であったが、近年、シダミ餡の団子も作られるようになった。

4. 原材料について

《原材料の種類》

シダミ団子・シダミ餅の主な原材料は、シダミ（ドングリ）・米粉・小麦粉・青豆（ずんだ）・砂糖・塩である。シダミ（ドングリ）には、砲弾状のミズナラ・コナラ、少ないがクヌギの球形のシダミ（ドングリ）がある。クヌギは自生が少なく、南方から移植したものもある。

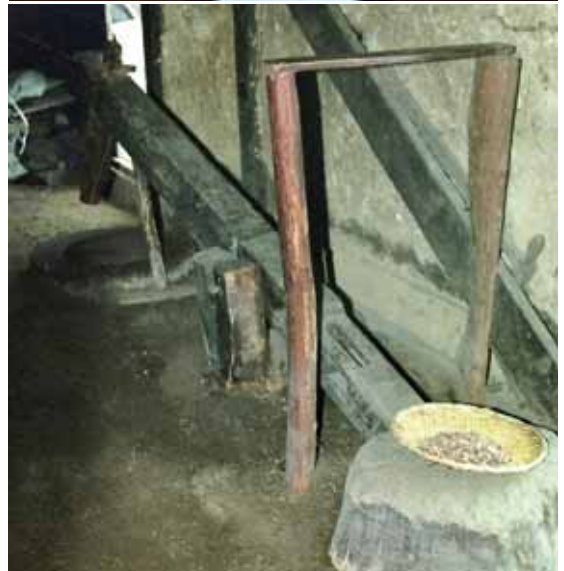
《食べ方》

シダミ（ドングリ）は拾い集めたら、すぐに熱湯殺虫してしっかり乾燥すれば、長期保存が可能であったので、ケガジ（飢饉）用備蓄食や冬の日常食になった。シトギ風のシダミ団子は、黄粉を付けて食べることが多く、最近、自然食の嗜好品として注目されている。

シダミ（ドングリ）を食するためには、採集・熱湯殺虫・乾燥・アク抜き・渋抜きに約2ヶ月を要するので、極めて手間のかかる食材である。

5. 加工（調理など）について

3人の話者と文献から3人の作り方を調査できたが、家庭料理であったため、作る手順や作業時間に大きな違いがみられたので、ほぼ共通する手順とかかる時間をま



（写真5）シダミの殻剥きは今は金槌やくるみ割りなどだが、一戸町では足踏み式の唐臼を使った



（写真6）遠野では殻剥きに水車も使った。シダミ用搗き臼は決まっていた



（写真7）唐臼で殻をむいたシダミ。殻と身は唐箕や箕で飛ばして分ける



(写真 8) ナラの木灰でアク抜きをする



(写真 9) 囲炉裏でシダミを煮る



(写真 10) シダミ餅は、米粉、小麦粉や青豆と混ぜてシトギ風に作る (写真提供：中市日女子・一戸町)

とめた。

シダミ団子作りの共通事項

- (1) シダミ拾い：9月下旬から10月初旬に懸けて、シダミ拾いをする。シダミは虫が付きやすいので、すぐに拾う必要がある。
- (2) 殺虫処理のための湯通し・湯がき・茹で作業：拾い集めたシダミは、すぐに熱湯の湯通し、湯がきや数分間茹でて殺虫処理をする。
- (3) シダミの乾燥：殺虫処理が終わったら、網袋などに詰めて軒下や土間に吊して、一ヶ月半程度乾燥させる。
- (4) シダミの殻剥き：シダミの殻剥ぎのために、足で潰したり、唐臼や水車の杵で搗く。
- (5) シダミの殻と実の仕分け：箕や唐箕を使って、殻を吹き飛ばして粗い粒になった実を残す。
- (6) アク抜き：昔は、シダミのアクを抜くために、櫓の木灰で時々、差し水をしながら6～7時間煮るとアク抜きができた。
太平洋戦争後は、木灰の代わりに重曹を使った。3～4回、水を換えて煮込むとアク抜きできた。重曹で煮ると、木灰よりドロドロ(粉状)になりやすい。
- (7) 洗抜き：アク抜きをして柔らかくなったシダミを水に浸けて、黒っぽい赤い水が出なくなるまで水替えを繰り返す。洗が抜けたことを確かめるためにシダミを舐めて確かめた。洗抜きには3日から1週間かかった。沢や川底などに浸けておくこともあった。
- (8) 水切り：洗抜きのためにシダミを長時間水に浸けたので、一晩策にとり、水切りをした。
- (9) シダミ粉づくり：水切りしたシダミを唐臼や水車で搗いて、粉にした。重曹で煮た場合は、粉状になっているので不必要であった。
- (10) シダミ団子・シダミ餅づくり：シダミ粉を使った郷土料理には、シダミ粉を米粉や小麦粉、あるいは青豆と混ぜたシトギ風のシダミ餅とシダミ粉で餡を作った団子にしたシダミ団子の2種類がある。

シダミ餅

シダミ粉を米粉・小麦粉・青豆と混ぜて、シトギ風の細長い餅を作ると、シダミの黒っぽい赤色が残る。

シダミ団子

シダミ粉に砂糖(シダミの6～7割程度)と塩少々混ぜて、シダミ餡を作る。小豆餡に較べてもサラッとした軽い口当りの甘さである。米粉や小麦粉で作った団子の皮に入れて、蒸してできあがりである。最近では、シダミ団子を油で揚げた団子もある。

6. 食習等について

《郷土食の用途》

シダミ（ドングリ）は縄文時代から備蓄食材として活用されてきた歴史があり、その用途は救荒食や食料栽培できない冬の日常食であった。生活に余裕が出てくると、小昼（間食）として食べられることもあった。太平洋戦争後は、砂糖を使った甘いシダミ餡を使った嗜好品も加わった。

《食べ方》

シダミ団子やシダミ餅は基本的に救荒食や冬の日常食として凶作時や冬の日常食として、各家庭で食べられてきたので、食べ方に関する制約などは特になく、行事食的な決まりは聞かれなかった。

現在は、シダミ団子を食べた記憶のある高齢者が懐かしんで食べたり、自然食品に興味のある若い人たちが食べる程度である。砂糖を多く使ったシダミ餡が作られようになると、嗜好品の性格を持つようになった。

《食べる時の習慣》

シダミ団子やシダミ餅は基本的に救荒食や冬の日常食として食べられてきた歴史がある。特に行事食などに位置づけられた歴史はなく、食べる時の特別な習慣も聴き取りできなかった。

《売り方》

シダミ団子は救荒食あるいは冬の日常食であったので、販売されることはなかった。現在は、地域の文化祭や地場産品のイベントなどで、懐かしの郷土食として販売される程度である。

7. 郷土食の変容について

《作り方の変容》

シダミ（ドングリ）は、アクが強くて渋いので、櫓の木灰を使ってアク抜きが必要であった。現在は、重曹にとって変わった。シダミ（ドングリ）は小麦粉や米粉と混ぜてシトギ風団子して食べてきたが、近年は、小豆餡の代わりにシダミ餡を使う団子も作られている。

シダミ（ドングリ）を洗う木桶や、採集する竹やアケビ蔓などの腰駕籠も、合成樹脂製に変わった。

《食べ方の変容》

シダミ（ドングリ）は代表的な備蓄食料であり、救荒食として食べられてきた歴史がある。各家庭内の救荒食や日常食であったために、特別なシダミ団子に関わる行事や決まり事はなかった。



（写真 11）最近では、シダミを餡として使い、揚げた「しだみあんこもち」も作られている

8. 技術伝承について

《伝承する人や組織》

各家庭内の救荒食や冬の日常食であったために、家族内や地域内の得意な人から家族や地域の人達に伝承されてきた。現在、特別な保存会や老人倶楽部など組織的な保存伝承活動は行われていないが、伝統的生活の見直しの一環として、遠野市土淵地区のようにシルバー仲間でシダミ団子作りを試みる動きもある。

《保護の現状》

岩手県内では、積極的にシダミ団子作りを保護したり、後継者を育成する体制や事業を行っていないが、各地で伝統的な生活に興味を持つ中高齢の女性達がシダミ団子作り始める動きもある。

《技術伝承の問題点》

シダミ団子作りの技術を継承しているのは、主に中高齢の女性達であるが、自然の食材を使ったシダミ餡を使ったシダミ団子作りを試みている若い女性グループも見られるようになってきた。

一番の問題点は、シダミ団子作りに「虫対策の湯通し・乾燥・殻剥き・アク抜き・渋抜き」などの多く手間と長時間労働が必要なことである。また、コナラやミズナラの木は炭焼と循環的な関係で維持管理されてきたが、櫓の木を護っていくための里山管理を考える必要がある。



大崎市 HP より

名称：凍豆腐
 よみがな：しみどうふ
 伝承地：宮城県大崎市岩出山
 調査地：大崎市岩出山上川原町 小松屋
 JA いわでやま・凍豆腐事務所
 話者：小松屋当主・小松 庸一さん
 JA いわでやま・藤島信治さん
 伝承者数：5 名ほど
 主な原材料：大豆（宮城シロメ）
 主な用途：正月の雑煮、煮付け等に利用



(写真 1) 小松屋凍豆腐店（外観）



(写真 2) 原材料の大豆（宮城シロメ）を水に浸す（小松屋）



(写真 3) 大豆の水を切る

(小松屋)

1. 背景と特徴

岩出山の町は、平成の大合併により大崎市となる。凍豆腐の工場は旧玉造郡岩出山町の中心地にある。天正 19 年（1591）に伊達政宗が標高 100m 余の丘陵の断崖上に本丸を置き、西と南側には 500m ほどの土塁と空濠をめぐらした岩出山城跡が、公園となっている。慶長 8 年（1603）正宗は仙台に移るまでこの地で領国を治めた。また、この地は「大崎耕土」と呼ばれる東北地方を代表する稲作地帯である。江合川・鳴瀬川など川が流れる水の豊かな地である。周辺には栗駒や鳴子峡など奥羽山脈を西側に屏風のように立地している。そのため冬は、雪はそれほど多くはないものの、西から吹く風は乾燥し、冷たい気象現象のもと、人々はそうした自然の恵みを生産基盤として、様々な農産物やその加工に努めてきた。

大崎耕土という稲作をはじめ畑作物にも恵まれてきた。そのひとつが大豆であり、これを原料とする納豆、そして凍豆腐は岩出山の特産物として、宮城県はもとより東北各地にも知られてきた。特に岩出山の肥沃な台地、豊富な水を母として生まれた大豆、これをさらに豆腐に加工し、さらに厳寒な風と乾燥という自然と人との合体作として、「岩出山の凍豆腐」は今日まで継承されてきている。

またこの地方に住む人々は、岩出山の凍豆腐の入った雑煮餅で正月を迎え、一年の家内安全、無病息災を願うという民俗をも創り上げてきた。

2. 技術伝承の由来など

「凍豆腐」という呼称は、東北地方で広く用いられている。西日本地方では、「高野豆腐（こうやどうふ）」とか「氷豆腐（こおりどうふ）」などと呼ばれている。もと高野山で製造したところからと言われている。凍豆腐（高野豆腐）は、「寒中に豆腐を小形に切って屋外で凍らせた後、乾かしたもの。」と『広辞苑』は説明している。

東北地方では、岩出山の凍豆腐を筆頭に福島市の立子山の凍豆腐も有名であり、大寒の季節になると、凍み豆腐造り、特に乾燥風景がテレビ等で冬の風物詩として報じられている。

岩出山の凍豆腐は、前述したように大崎耕土の一地域の岩出山で、良質の大豆が生産されてきたこと、そして冬期間の乾燥した冷たい風、豊富な水など恵まれた自然環境の賜といえる。こうした自然環境で、いつの時代に凍豆腐が誕生したかということ、江戸時代後期の天保13年（1842）に遡るといわれてる。それまで各家庭では、自家用に食べる凍豆腐造りは、細々と行われてきたとみられる。商品としての凍豆腐造りは、斉藤正五郎という人が伊勢参りや金毘羅参りに行った折、奈良（奈良県大和高原）で「氷豆腐」の製造を習い、帰国してから多くの弟子を養成し、岩出山には「凍豆腐屋」と呼ばれる専門業者が生まれ、生産基盤が構築されたという。

今回、調査した事業所のひとつ、「小松屋」も岩出山を代表する凍豆腐製造元である。斉藤正五郎の弟子たちは、凍豆腐製造の技術を習得し、岩手県一関や宮城県白石・小牛田などで凍豆腐製造を始め、凍豆腐生産地へと発展していったという。

このように技術向上を図った凍豆腐屋の技術は、一般農家にも広まり多くの農家でも、冬期の農閑余業として凍豆腐製造を行ったという。明治30年代には、約30軒の副業農家が生まれたという。岩出山の凍豆腐造りは、昭和55年当時で35軒、農協で製造に関与した平成7年では16名、そして現在は5名となっている。凍豆腐製造も、昭和55年当時までは各家で豆腐を造り、それを凍結乾燥し販売するという全工程を農家で行ってきた。

現在は、凍豆腐屋で豆腐を造り、凍結乾燥した後、これをJAいわでやまの凍豆腐事業所で、いったん水に浸し、解凍し、水を絞り再び凍結乾燥し、事業所の冷蔵倉庫に保管し、編み袋詰めし、段ボール箱に入れ、全国に販売するという分業体制で行われている。生産体制が民間と農協（JA）という公的機関との連携のもと、岩出山の凍豆腐の伝統技術が継承されてきている。

かつての農家の凍豆腐製造は、家族総出により天候に左右された作業から、機械による豆腐製造、冷凍庫による凍結・乾燥、そして冷蔵倉庫による保管・販売へと、製造技術は変容したものの、かつての岩出山の自然と人との織りなす凍豆腐造りの技術は継承されてきている。東日本一の凍豆腐生産地という伝統技術を見ることができる。

3. 加工（調理など）について

農家で多くの凍豆腐造りが行われていたころは、秋の



（写真4）豆腐をつくる機械

（小松屋）



（写真5）製造された豆腐

（小松屋）



（写真6）豆腐を裁断する

（小松屋）



（写真7）切られた豆腐

（小松屋）



(写真 8) 裁断され、次の工程に送られる豆腐 (小松屋)



(写真 9) 裁断した豆腐を－20℃で凍結乾燥させる



(写真 10) 乾燥させた豆腐を凍豆腐事務所の工場に送る



(写真 11) JA いわでやま凍豆腐事務所(工場)の外観

収穫が終わると、豆腐造りが始まる。主な製造期間は、12月から翌年の2月までの3ヶ月間である。寒の厳しい時期に集中して良質の凍豆腐造りをする必要から、この季節になると山形県最上地方から出稼ぎの男性が多くやってきた。豆腐造りは、古くは石臼で大豆をすり潰すことから、その作業を豆腐挽きと呼び、作業を行う男性をも「豆腐挽き」と呼んだ。凍豆腐屋に寝泊りして朝2時ごろに起き、3時ごろから豆腐挽きを行い、午前中まで行う。最上から来た豆腐挽きの若者たちは、岩出山の凍豆腐造りで一人前の大人へ成長する人も多かったという。

凍豆腐は、おおよそ次の工程を行う。諸作業の内容は割愛したい。『岩出山町史』を参照されたい。

大豆を浸す。	大豆を挽く。
釜で煮る。	ゴ(豆汁)を搾る。
寄せ込みをする。	豆腐を固める。
豆腐を寝かす。	豆腐出し、大断ち(おおだち)・小断ち(こだち) 簀並べ、干場で凍結。
豆腐上げ。	乾燥。
凍豆腐編み。	出荷

4. 食習等について

凍豆腐料理の代表として、正月の雑煮餅がある。正月近くなると、仙台周辺および宮城県内では岩出山の凍豆腐の雑煮を食べる習慣があった。この季節になると、陸羽東線には「岩出山の豆腐列車」と呼ばれ、ショイコ(背負い子)と呼ばれる行商人が多く乗り、仙台・小牛田・石巻・鳴子温泉や山形方面へと販売に歩いたという。

岩出山の凍豆腐の雑煮餅は、焼きハゼ3尾ぐらいで出し汁を取り、野菜(大根は4cmの短冊切り、ゴボウ・ニンジンも4cm切り)を茹で、ザルにあげて水を切り、夜戸外に出して凍らせる。ズイキは1cmに切り、凍豆腐は水に漬けてもどし、5mmぐらいの厚さに切る。椎茸のせん切り、蒲鉾は適宜の大きさに、セリは1cmに切っておく。糸こんにゃくと野菜は、あらかじめ醤油、砂糖、酒、塩などで調味しておく。出し汁に野菜、凍豆腐、ズイキを入れ、一緒に煮る。煮え立ったら焼いた餅を入れ、軽く煮て椀に盛る。その上に椎茸、糸こんにゃく、蒲鉾、セリを置き、イクラをかけて出来上がり(『岩出山町史』)。

5. 技術伝承について

岩出山の凍豆腐造りは、農家の自給用の製造段階から、江戸後期に「凍豆腐屋」と呼ばれる専業製造者の技術導入から、大規模生産へ転換し、また新たな技術改良へと向上し、「岩出山の凍豆腐」として仙台という大消費

地を控え、多くの生産者を育てあげてきた。しかし、高度経済成長期以後、農家による製造は激減し、わずか機械による豆腐造りから、凍結乾燥という技術へと変容して、生産者も5軒余りとなった。

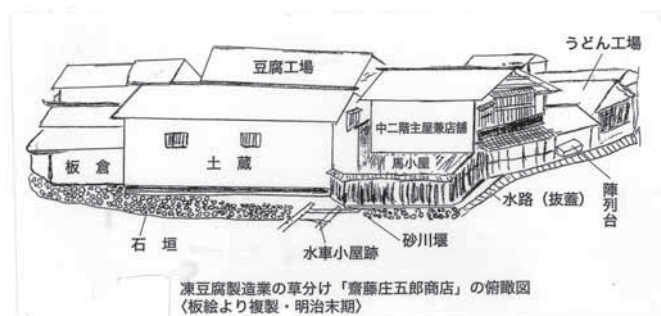
幸いJA いわでやまとの分業・共存体制により生産が維持され、「岩出山の凍豆腐」として技術が継承されていることに、若干の希望がみられる。今後、若手の生産者の出現に期待したい。



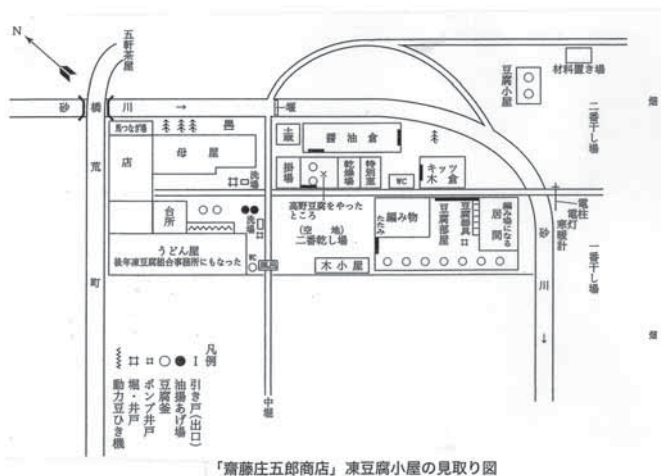
(写真12) 乾燥中(ねかせ)の凍豆腐 (凍豆腐事務所)



(写真13) ねかせていた凍豆腐を水に浸す (凍豆腐事務所)



(写真14) 再度乾燥するため簀に並べる (凍豆腐事務所)



凍み豆腐製造業の草分け「齊藤正五郎商店」の俯瞰図(上)と見取り図(下)



(写真15) 商品化された凍豆腐、「凍り豆腐」が商標

大根のいぶり漬け（いぶりがっこ）



名称：いぶりがっこ、イブリツケ

伝承地：秋田県雄勝郡から仙北地域にかけての内陸部

調査地：横手市山内

話者：

横手市まちづくり推進部山内地域課・高橋 直樹さん

横手市山内 高橋 廣子さん

横手市山内 東谷 久美子さん

伝承者数：約30名（生産組合つん貨車）

主な原材料：秋田地大根、米ぬか、塩、櫛・山桜

主な用途：冬の常備食



（写真1）大根の編み込み（横手市提供）



（写真2）軒下から排煙する燻し小屋



（写真3）燻し小屋に大根を吊す道具

1. 背景と特徴

晩秋から冬にかけて秋田県内陸部は、時雨れや雪の日が多く、日照率が10%近くまで低下するので、秋口に収穫した大根を外で干すことは難しかった。そのため、ダイドコの囲炉裏の上に大根を吊して火と煙で燻煙乾燥させたのが始まりと言われている。

いぶりがっこに使う大根は細長い白首の秋田特産の地大根である。初冬の寒い時期に囲炉裏で燻煙乾燥した大根を米ぬかと塩で漬け込むことで、雪深く長い冬を越しても食べられる貴重な常備食ができあがる。

いぶりがっこの歴史は定かでないが、室町時代から作られてきたと伝えられている。各家庭で冬の常備食として作られてきたいぶりがっこは、薪ストーブや石油ストーブが普及して囲炉裏がなくなると作られなくなった。

1964年に湯沢市院内の漬物屋が「いぶりがっこ」の名称で発売したことがいぶりがっこ再生の契機となった。横手市山内地区では、横手市まちづくり推進部山内地域課が主体となっていぶりがっこの味を競う「イブリンピック」を2009年から開催するなどいぶりがっこ継承・普及活動を行っている。

* 伝統的な郷土の冬の常備食から、チーズやパスタなどと組み合わせた現代の食生活に合わせた若い人たちにも好まれる郷土食に変わってきた。

2. 技術伝承の由来など

《由来、口伝》

晩秋から冬にかけて時雨や雪の日々が続く秋田県内陸部、特に雄勝地域の各家庭で白首の秋田地大根を囲炉裏上に吊して燻蒸乾燥して沢庵と同じように漬け込んだのがいぶりがっこである。各家庭で作る冬の常備食であったために、家族や親戚、あるいは地域の料理人達により受け継いできたものであった。

横手市では、いぶりがっこ作りの品質向上のために2009年からイブリピックを開催し、第1回優勝者のレシピに基づくいぶりがっこ「金樽」のブランド化と技術の向上を図っている。

《最盛期》

昭和40年代にストーブが普及して囲炉裏がなくなると共に作られなくなった歴史を振り返ると、いぶりがっこの最盛期は、太平洋戦争後から昭和30年代と考えられる。この頃になると、大量の大根を燻すために外風呂を使ったり、小さな専用小屋を作るようになった。そして現在、多くの漬物屋や横手市の支援でいぶりがっこ生産者の会が設立されて、秋田県内だけでなく、東京をはじめ全国に出荷しており、第2の最盛期を迎えた。

3. 分布について

《環境》

いぶりがっこに使う大根は、秋田県内陸部で長く作られてきた白首の細長い秋田の地大根である。いぶりがっこを燻すのに適した薪は、檜や桜などである。内陸部の山間地では炭焼が盛んだったので、いぶりがっこ作りと炭焼地域がほぼ重なっている。

《生産地域》

現在のいぶりがっこの主な生産地域は、雄勝地区・横手市や大仙市付近の秋田県南の内陸部である。近年は、地域内流通から東京や関東をはじめに全国的に販路が広がってきたので、秋田県北の大館地区で作られるようになり、生産地域が全県的に広がった。

《郷土食から特産物へ》

各家庭における冬の常備食として作られてきたいぶりがっこが、企業や生産組合による専門的生産に替わり、全国的に出荷されるようになったことを考慮すると、「郷土食」から「特産品」に変わったと言えるであろう。

4. 原材料について

《原材料》

いぶりがっこの主な食材は、秋田地大根・米ぬか・塩・砂糖である。秋田特産の細長い白首の地大根は、生食よりも漬物に適しているが、生産が難しいので青首大根も使われるようになってきた。

漬け込みには、米ぬか・塩が主に使われてきたが、現代生活にあった味付けとするために、砂糖・ザラメ、唐辛子を加えるようになってきた。

《燻す薪》

いぶりがっこ作りに欠かせないのが檜や桜などの燻煙に適した薪である。秋田県内陸部では、炭焼に適した檜の木が地域循環的な生産環境を作り上げてきた。



(写真4) 燻した大根の漬け込み



(写真5) 唐辛子を入れたイブリガッコ (横手市提供)



(写真6) 漬け上がったいぶり大根の両端を切ってガス抜きする



(写真7) イブリガッコを真空パックしたら殺菌処理する



(写真 8) ラベルを貼って道の駅や産直センターなどに出荷



(写真 9) 横手市はイブリンピックを開催して、イブリガッコ振興を奨めている



(写真 10) 第 9 回イブリンピック、審査の様子



(写真 11) 検査した後、金樽ブランドで出荷(横手市提供)

5. 加工(調理など)について

話者 横手市山内 高橋廣子さん

横手市山内 東谷久美子さん

《調理技術》

いぶりがっこの主な調理方法は、火を使わない「洗浄・切る・漬ける」、「火で燻す」、「米ぬかで漬けて醗酵させる」、「大根を燻した後、乾燥する」である。特に、燻し作業は難しく、好みの燻しができるようになるまでに 5 年から 10 年程度がかかると言われている。

《道具及び施設》

いぶりがっこ作りに使う道具や施設は、包丁・漬物石・漬物樽・いぶし小屋・真空パック機械である。燻し小屋がいぶりがっこづくりの主たる作業場になっている。

《手順》

- (1) 大根の植付け：秋田地大根をお盆明けに植える(収穫まで約 1 ヶ月半)
- (2) 収穫：10 月初旬から 12 月にかけて大根を収穫する
- (3) 編み込み：収穫した翌日までに大根を洗浄して縄で編み込む。
- (4) 吊り下げ：編み込んだ大根を囲炉裏の上、今は燻し小屋に吊す現在は、いぶし小屋に大根を吊す専用の機具が開発されている。
- (5) 燻煙乾燥：檜や山桜などの広葉樹で 4 ~ 5 日懸けて大根を燻煙乾燥した。燻煙は天候や大根の出来を見て調整が必要なので、熟練するまで 5 ~ 10 年懸かる。
- (6) 漬け込み：大根の燻煙乾燥が終わったら、すぐに米ぬかと塩で漬け込む。使う米ぬかや塩は、沢庵漬けと同じ程度である。最近は好みにより、砂糖・ザラメや唐辛子を加えている。
- (7) 熟成：2 ~ 3 ヶ月間漬け込んで、樽からポコッ、ポコッと音がしてきたら、漬け上がりである。

これで家庭用は出来上りで、適宜取り出して米ぬかを洗浄して食卓に饗される。

以下の作業は、商品の場合である。

- (8) 取り出し：米ぬか床からいぶりがっこを取り出し、洗浄する。
- (9) ガス抜き：大根の両端を切り落として、大根内に溜まっていた発酵ガスを抜く。
- (10) 真空パック：漬け上がった大根を樹脂製袋に詰めて、専用機器で真空パックする。真空パック機器は横手市で貸出しもしている。
- (11) 殺菌作業：真空パックしたいぶりがっこを熱処理して殺菌する。
- (12) 仕上げ：熱殺菌した真空パックのいぶりがっこを洗

浄して各自のラベルを添付して完成。

6. 食習等について

《郷土食の用途》

食料を生産できない根雪期間が長い冬の常備食で、お茶受けや酒のつまみにもなった。現在は、真空パック包装なので、年間を通して常備食として親しまれるようになった。

燻した味が洋風化した現在の食生活にマッチして新たな食材として再評価され、チーズなどと組み合わせた新しい酒のつまみになったり、パスタやチャーハンの具としても使われるようになった。冬の常備食から日常の具材としての地位を獲得した。

《食べ方》

長い冬の食を充たす常備食として春までもつ貴重な漬物であったが、お茶請けや酒のつまみとしても重宝されてきた。洋風化が進む現代の食生活にマッチした食材として、ホテルやレストランでも秋田の特産食材として活用されている。

《食べる時の習慣》

各家庭の冬の常備食であったので、行事食のような食べ方の決まりはなく、普通の食生活を彩る郷土食として親しまれている。

《売り方》

冬の常備食であったいぶりがっこは、秋田県南内陸部の郷土食であったが、1964年に漬物屋が販売するようになると、秋田県内で流通するようになった。2009年に横手市に生産者の会ができて市販するようになると、品質管理体制も整い、秋田県内だけでなく、全国的に販路が広がった。

7. 郷土食の変容について

《作り方の変容》

大根を燻煙乾燥して、米ぬかと塩で漬ける基本に変化はないが、近年は、砂糖やザラメを加えて甘みとまろやかさを増したり、唐辛子を加えて現代の嗜好に合わせる工夫もしている。大根だけでなく、山内人参を燻した「いぶりがっこ」も作られている。

囲炉裏の上に吊して燻煙乾燥していたいぶりがっこを専用のいぶり小屋を建てて行うように専門化が進んでいる。

《食べ方の変容》 長い冬の常備食・日常食であったが、食生活が豊かになるとともに洋風化が進んだので、チーズと合わせたり、パスタやチャーハンの新たな食材として活用されはじめた。

《売り方》 家庭の常備食から秋田県の地域流通の郷



(写真12) イブリガッコはチーズなどと相性が良い

土食の時代を経て、道の駅や産直販売所などで売られるだけでなく、東京をはじめとしたスーパーやホテルやレストランと契約販売も行われる秋田の特産品として販売されている。

8. 技術伝承について

《伝承する人や組織》

家庭の常備食から秋田の特産品として専門化が進んでいるので、企業に加えて、いぶりがっこ生産者の会や「いぶりがっこ活性化協議会」などいぶりがっこ振興にかかわる組織ができて、技術の継承と品質向上体制が整っている。

《保護の現状》 2009年から横手市と山内地域いぶりがっこ生産者の会でブランド化を目指した取り組みとしてイブリピックを開催している。優勝者のレシピで、いぶりがっこを作り、横手市の検査を受けてから出荷することで品質保証と品質向上を目指している。

《技術伝承の問題点》 家庭の郷土料理から秋田の特産品に変わってきたために、生産者と横手市が協力して、いぶりがっこ生産者の会・いぶりがっこ活性化協議会を設立して、技術の向上と継承を進めている。

しかし、生産者の会が出来てから、10年経ち会員の高齢化が進み、会員も減少してきた。他地域の生産者や若い生産者を加えていく努力が求められている。



山形食べる通信より

名称：笹巻き

よみがな：ささまき

伝承地：山形県 南庄内、庄内山間部

調査地：山形県東田川郡三川町

話者：南庄内地方の方々

伝承者数：多数

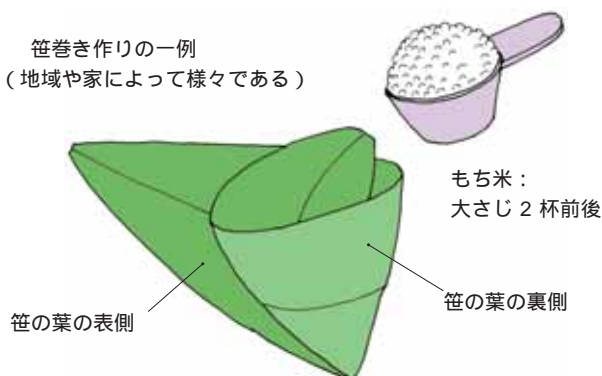
主な原材料：餅米、笹の葉、しのげ、灰汁

主な用途：行事食 端午の節句

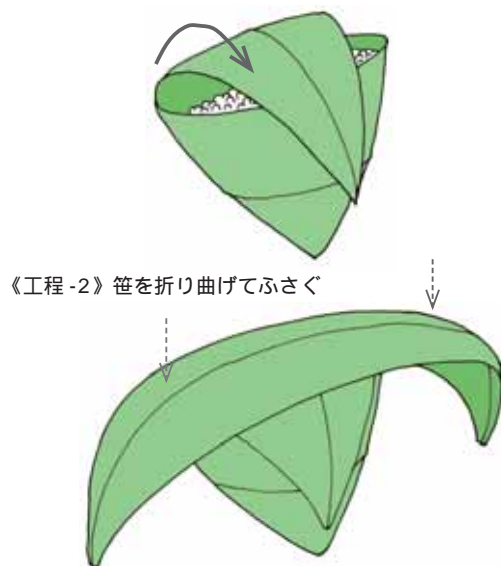


(写真 1) 灰汁で煮た笹巻きとげんこつ結びの笹巻き

笹巻き作りの一例
(地域や家によって様々である)



《工程-1》笹の表側を内側にして丸め、もち米を入れる



《工程-2》笹を折り曲げてふさぐ

《工程-3》2枚めの笹を上からかぶせて蓋にする

1. 背景と特徴

(1) 餅米を笹で包む文化

平安時代に編纂された『倭名類聚鈔』『和名知萬木』の項目に、もち米を植物の葉で包み、灰汁で煮込んだものを5月5日に食すという記述が残されている。灰汁の持つ殺菌力や防腐効果によって長期保存が可能になり、戦国武将や山伏の携行食として重宝されたという。

(2) 庄内地方の笹巻きの特徴

鶴岡市の「笹巻き」は、他地域のものとは見た目も味もまったくの別物。笹をひらくと中身が黄色く、プルンとしたゼリー状をしている。特別な味わいの秘密は「灰汁(あく)」の利用にある。灰のアルカリ成分には、植物の繊維を柔らかく膨張させ、水溶性のあく成分(エグみや渋味)を細胞外に出す働きがある。

鶴岡の笹巻きの場合、木の灰を溶かした水の上澄みにもち米を一晩浸けるが、こうすることでお米に黄色い色がつき、水で煮るとプルプルになる。さらに灰汁の持つ殺菌力や防腐効果で長期保存が可能になる。

2. 技術伝承の由来など

戦国時代に食べると大勝した秘伝の「朝比奈ちまき」というものが存在したと言われている。徳川家康がその存在を知り、家臣に命じて献上させたことから、二大献上ちまきの1つとして全国的に有名になったと文献にも記されている。朝比奈家に伝わる古文書によると、ツバキの木を燃やして灰を作り、その灰汁にもち米を一晩浸して吸収させ蒸したとある。鶴岡の笹巻きと同じ製法である。

庄内藩を治めていた酒井家は「徳川四天王」のひとつに数えられるほど幕府と親密な関係にあった。合戦の縁起物とされていた「朝比奈ちまき」の製法を伝授され、武家の多い城下町・鶴岡で広まり、他の地域には伝わらなかったのではないかと考えられるが確証はない。

3. 分布について

庄内地方の笹巻きには大きく分けて北庄内のもち米を笹でくるんでそのまま茹でる白い笹巻きと、鶴岡周辺、南庄内の笹でくるんで灰汁で煮る黄色い笹巻きの2種類がある。庄内の山間部でも黄色い笹巻きがある所がある。

4. 原材料について

もち米1升。笹の葉100～150枚、灰汁（灰汁の代わりに重曹を入れても良い）。約50個分。

鶴岡では、灰汁は、樺の木を燃やしてつくった。ナラやブナの木から作った灰汁でも美味しいのができる。

5. 加工（調理など）について

(1) 黄色い笹巻きの作り方を三川町土口の芳賀和子さんに聞いた。

笹は乾燥させて保存していたものを煮て柔らかくする。笹は、ざるにあけ水切りしておく。

もち米はといた後、灰汁を加えて1晩置く。

この時、灰汁につけないやり方もある。

葉を丸めて三角形の一角を作り、大さじで2杯位入れる。あまり入れすぎると煮た時に破裂してしまう。

生のもち米を入れたらふたをするように葉を折って、尖っているところはハサミで切り整える。二枚目の笹を人形に着物を着せるように三角に巻き、端を折り入れる。また、二枚目の笹を、口に蓋をするように横に乗せ、後ろから前へ折りたたむ方法もある。（工程イラスト参照）

笹の巻き方には、正三角形の「三角巻き」「こぶし巻き」「竹の子巻き」等があるが、南庄内では、三角巻きである。

みのげで結ぶ。みのげとは、すげの一種、箕を作る時の材料になる草である。または、イグサを使う場合もある。乾燥させて使う。中のもち米が出ないようにしっかり結ぶのが難しい。（資料写真参照）

包みごと灰汁を入れた鍋で約2時間半ほど煮込み、乾燥させて出来上がり。ぷるんとした食感になる。

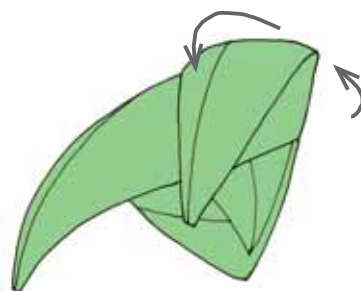
きな粉や黒蜜を付けて食べる。

6. 食習等について

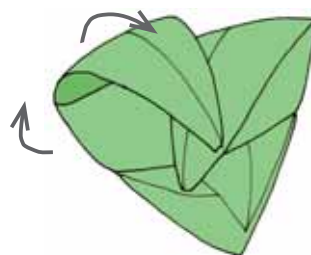
端午の節句に、無病息災と立身出世を願って食べる。田植えが終わり嫁が実家に帰る時に持たされた。

7. 技術伝承について

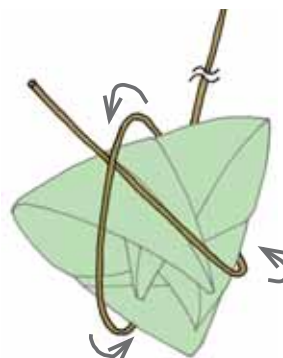
食生活改善協議会や田舎体験などが、笹巻きの作り方動画を作り、高齢者が指導しながら若者に伝承している。庄内地方では、5月5日の節句には、作って食べる家があるが、減少傾向にある。



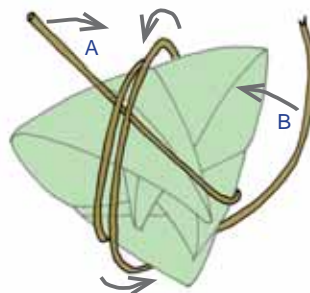
《工程-4》2枚目の右側を後ろから前へ折り込む



《工程-5》2枚目の左側を後ろから前へ折り込む



《工程-6》みのげ（もしくはイグサ）を掛け回す



（写真8）二重に掛け回し、AとBをしっかり結ぶ



（写真10）できあがり



(写真 1) にしんの山椒漬けと鰯鉢 (平出美穂子氏写真提供)



(写真 2) 家庭で食されるにしんの山椒漬け



(写真 3) 土産品として販売されている (袋詰め)

名称：にしんの山椒漬け

よみがな：にしんのさんしょうづけ

伝承地：会津平坦部（会津若松市・喜多方市・
会津美里町など会津盆地域）

調査地：会津若松市御旗町

話者：平出 美穂子さんほか

伝承者数：会津平坦部の各家庭

主な原材料：身欠鰯、山椒の葉、酢、酒、
醤油など

主な用途：来客時の食物（酒の肴） 日常のお
かず等家庭、料理店や旅館・ホテル等
郷土食として食べられる。

1. 背景と特徴

会津地方は海から遠く離れた内陸で、その大半を山林が占め、冬期間は「丈余りの雪」とも呼ばれる 3 m にも及ぶ豪雪地帯である。今日のように物資流通機構が発達していなかった時代には、食料の入手と加工・保存には多くの創意・工夫がなされてきた。こうした自然的背景から、会津ならではの食物も生れてきた。特に、海産物の入手と確保は、大きな課題であった。海の鮮魚は、入手不可能であったため、阿賀川を遡上する鮭・鱒などは大型魚として重視され、塩鱒などは婚礼の祝いの引出物として祝膳に添えられることもあった。海の魚類は、鉄道が開通する大正以前は、干物として阿賀川を舟で会津地方へ運ばれた。南会津郡など奥会津地方へは、新潟県側から六十里峠や八十里峠など、人の背により運ばれ、藩政時代の物資の往来の様子が、当時の記録からもうかがえる。これら海産物の主要なものでは、塩と鰯やイカ・昆布などの干物類である。特に、鰯は北海道産の身欠鰯であり、「にしんの山椒漬け」は会津の名物となり、伝統的な郷土食として現在も多くの家庭で作られている。春の山椒の若葉がでる、会津の春の食物とされてきた。現在は観光客からも好評を得ており、真空パックの袋詰めのお土産品が、観光地などで販売されている。

2. 技術伝承の由来など

「にしんの山椒漬け」は、北海道を主に松前地方における身欠鰯の誕生が、その原点にあるといえる。会津地方に身欠鰯が流通するようになるのは、北海道の鰯漁の発達と身欠鰯の加工技術が確立されてからである。身欠鰯は、江戸中期の元禄 14 年（1701）に松前藩から「鮮美加幾」として幕府に献上されたとあり、会津地方へは「松前物」の代表的存在として、北前船により新潟港に運ばれた後、阿賀川や峠越えではいつてきた。江戸時代末期の下級武士の風俗を川柳風に詠んだ『徒町百首俗かちまちひやくしゅぞう』

かい
解』には、越後国から鯨を売りに来た娘のことが詠まれている。若者たちは鯨売娘をからかうが、結局は鯨を買わされるはめになり、そんな若者たちの風景を映しだしている。かなり若松城下へ、鯨売りの娘たちが来ていたことがうかがえる。「にしんかか 二度位で払ふのは 弥太で婿もの長丁で医者」なる一首に詠まれている。この一首に明治 29 年（1896）に渋谷源蔵が、次のような解説文を付しており、幕末期の鯨売娘の様子と若松城下の鯨の食習俗を垣間見ることができる。「此頃越後国より年中若き女どもが多く来て、二つの桶を荷ひつ々鯨買はしゃらんかいと呼びて、若松中を触廻り売る、其装ひは、さながら汐汲女の如く面影は松風村雨かと覺しきも有って、行年ならぬ弥太男を悩ますも少からず」とある。

3. 分布について

会津地方は、明治以前の藩政時代には若松城下を中心とした会津藩 23 万石と、大沼郡の山間地および南会津郡を中心とした天領の南山御蔵入領に分れ、通過儀礼や年中行事・信仰など、民俗習俗にも様相を異にする場合が多く見られる。そのひとつに食生活があり、身欠鯨の食べ方にも地域差が見られ、それは現在にまでおよんでいる。

現在の会津若松市など会津平坦部（会津盆地）では、山椒の若葉で漬け込む「にしんの山椒漬け」が春の風物となっている。一方、南会津町（西部地域）や只見町など俗に「奥会津」と呼ばれる山間部では、「にしん漬け」といって身欠鯨と大根や白菜、ニンジンなどの野菜とともに麴を入れて、「^{すしおけ}鯨桶」と呼ばれる楕円形の桶に漬ける。これは冬期間の保存食として、今日まで多く食べられている。かつては会津平坦部でも、鯨を麴で漬ける食べ方もあったというが、現在はほとんど食べられず、「にしんの山椒漬け」が主となっている。

4. 原材料について

「にしんの山椒漬け」の原材料は、その名称が語る鯨の干物の身欠鯨である。前述したように身欠鯨は、古くは松前藩の代表産物として会津に運ばれてきた。明治以後も、船による流通で新潟港に多く陸上げされ、阿賀川や信濃川の舟運により、これらの流域に流通していき、身欠鯨の大消費地となり、北海道の産物でひとつの食文化を形成したといっても過言でない。北前船による鯨の流通は、京都へも及び、京都のにしん蕎麦などの京名物をも作っている。明治 17 年に横浜から栃木県日光、そして会津へ、さらに新潟から山形・秋田・青森・北海道へ旅したイギリスの女性探検家イザベラ・バードは、会津坂下町に宿泊した時、小屋に収められた魚の俵の異臭



（写真 4）鯨売娘（『徒町百首俗解』幕末期）
（『会津若松市史』25 巻民俗 5 人の一生と暮らしより）



（写真 5）鯨鉢（会津本郷焼） 福島県立博物館写真提供



（写真 6）鯨鉢作り・昭和 13 年（山口弥一郎撮影）



(写真 7) 鯡の山椒漬けの材料 (右上) と下ごしらえした身欠鯰 (平出美穂子氏写真提供) (写真 8) 材料と漬け込み (福島県)

について記述している。中の魚は季節 (5 月) からして鯰であったとみられる。

「にしんの山椒漬け」に欠かせない材料として、春の季節を漂わせる山椒の若葉である。会津平坦部の屋敷内には、「にしんの山椒漬け」を作るためと思わせるほど、山椒の木を植えている家が多い。山椒の木は主屋の横側や裏側に植えることを嫌う。「よこさんしょ (横山椒)」とか「うらんしょ (裏山椒)」、「参さんしょ (前山椒)」といい、人や富が舞い込むよう縁起をかつぐ。「にしんの山椒漬け」は、このような民俗をも背景に会津の風土の中で人々の生活の中に生き続け、各家庭ごとの味がある。

5. 加工 (調理など) について

「にしんの山椒漬け」の加工は、材料の加工の「下ごしらえ」と「作り」、すなわち「鯰鉢」と呼ばれる会津本郷焼の角型の陶器に漬ける調理作業となる。下ごしらえは、タワシで身欠鯰をよく洗い、水分をふき取り頭を取る。山椒の葉は枝から取り落しておく。作り方は、鯰鉢に山椒の葉を敷き、その上に身欠鯰をぎっしりと並べ、さらに山椒の葉、鯰と重ねていき、最後は山椒の葉で覆う。その上に併せて酢、酒、醤油を注ぎ入れて押し蓋をし、重石をのせておく。2～3 日過ぎると食べることができる。

材料は、身欠鯰：20 本、山椒の葉：手のひら 1 杯、酢：1 カップ、酒：1 カップ、醤油：1 カップなどで、材料や調味料の量は、各家庭の味で違ってくる。

「にしんの山椒漬け」を特徴づけるものに、会津本郷焼の「鯰鉢」があり、宗像窯で代々作り続けられ

てきている。本郷焼の特色を物語るもので、その製法から「切^き立^たて」とも呼ばれている。大きさは、一般の形で横 8 寸・幅 6 寸・深さ 4 寸ほどで、鯰 1 束 (100 本) 用の「百本漬用」や「五十本漬用」の大型のものもあった。製法は、まず土を練り、同型の板の上で、一面ごとに適当な厚さの板状に延して切り、少しかためにする程度に乾かした後、底を中心に 5 枚の板を張り合わせ、内面からつなぎ目を陶土で張り止めて作る。鯰鉢の製作は、主に女性の手で行われ、農家の女性が農閑期に製作にあたってきた。文政 2 年 (1819) 銘の鯰鉢が会津美里町本郷に存在することから、当時、「にしんの山椒漬け」が作られ、食べられていたことがうかがえる。

6. 技術伝承について

「にしんの山椒漬け」は、前述したように各家庭で現在も作られ食べられてきている。母から娘や嫁へと、その家の味が継承されている。一方で観光地として多くの人々が会津を訪ねる環境のもと、これを真空パック詰めにし、販売されていることや、郷土料理の店や旅館・ホテル等でも、会津の郷土料理として振る舞われている。こうした現状のもと、「にしんの山椒漬け」は手作りの郷土食として多くの人々の舌を楽しませているといえよう。

【詳細調査報告】

関東地方



名称：乾燥芋（干し芋）
 よみがな：かんそういも（ほしいも）
 伝承地：茨城県一帯
 調査地：茨城県ひたちなか市高場
 話者：木名瀬 一さん（きなせ はじめ：生産者）
 ひたちなか市教育委員会文化財室
 ひたちなか市経済部農政課
 伝承者数：広域のため不明
 主な原材料：サツマイモ
 主な用途：間食、贈答品など



（写真１）芋を洗浄しながら仕分けする



（写真２）現在、最も人気のある「紅はるか」



（写真３）外見が白い系統の「玉豊」

１．背景と特徴

（１）歴史

江戸時代、干し芋は、現在の静岡県でサツマイモを煮て切って干すという「煮切干^{にきりほし}」から始まったといわれ、その製法は徐々に浸透していったという。

明治 41 年（1908）になると、那珂湊町の煎餅屋・湯浅藤七が干し芋の製造を始め、同時期に阿字ヶ浦（現在のひたちなか市、太平洋岸の地域）の小池吉兵衛も製造を始めた。さらに明治 44 年（1911）、前渡村（現在のひたちなか市、太平洋岸の地域）の大和^{むしきりほし}田熊太郎が、静岡県より技師を招き、「乾燥芋、蒸切干」を普及させた。以後、内陸部に栽培・加工技術が広がり、特に太平洋沿岸部の水はけのよい平坦な耕地に普及拡大した。

昭和 30 年（1955）頃からひたちなか市、東海村、那珂市の乾燥芋の生産量が増加し、現在では 3 地区が、全国の生産量の 9 割を占める乾燥芋産地となった。現在、乾燥芋は「ほしいも」といわれている。他の地域の白く粉を吹かせたものは、定温倉庫で寝かせた「熟成干し芋」という。

近年、乾燥芋は、スーパーなどの商品をみても、白く固いものよりねっとりと柔らかい真空パックの「ほしいも」などが目立つようになったという。

ひたちなか・東海・那珂ほしいも協議会（ひたちなか市役所農政課に事務局）の資料および「ひたちなか市の先人たち」ひたちなか市教育委員会、平成 26 年 3 月より

２．原材料について

（１）芋の品種について

サツマイモには生食用と加工専門品種がある。

乾燥芋には、「いずみ 13 号」「玉豊」など、外見が白く、加工専門品種が用いられてきたが、近年になって生食用でねっとりとした食味の「紅はるか」が主流となり、乾燥芋の人気も上昇している。

「玉豊」はかつてから乾燥芋に用いられてきた品種で、デンプン採取用にも用いられる。丸みがある芋で、「いずみ」は紡錘形。海辺に近い地方では、「玉豊」が今でも用いられている。「紅はるか」は九州で広まった芋で、土地を選ばず、どこでも一定のレベルの芋が作れるのが特徴である。同じく生食用で、焼き芋などで人気のぼくぼくした食感の「紅あずま」とは異なる。

(2) 芋栽培の今昔

話者の木名瀬家は畑が1町歩ほどで、水田は3反5畝ほど所有し、現在、畑地の9反ほどでサツマイモを栽培している。サツマイモの質には定評があるが、乾燥芋農家としては決して大きい方ではない。大型農家だと個人でも10町歩のサツマイモ畑を経営し、共同だと30～40町歩経営しているところもある。

戦後の農業は、1町歩の内、家族が手仕事で作れる芋畑は2～3反ほどであった。残りは煎餅菓子用の陸稲、落花生、大豆で、味噌やきな粉を自家生産していた。大豆も出荷していた。蕎麦や麦（小麦、大麦、ビール麦）も作り、収穫後はスイカ、メロンなども作った。

当時は「玉豊」「黄金千貫」「農林1号」などデンプンの多い芋を用い、「生切れ」というデンプン採取用の原料として売っていた。これは生の芋を回しながら機械でスライスしたもので、庭で1週間ほど干し、それを商人に売った。

現在のように乾燥芋づくりの芋栽培が増加したのは昭和30年代からで、ひたちなか市の内陸部でも「いずみ」の干し芋の商品化が進み、作付面積の拡大と機械化が進んでいった。そして平成に入り、「紅はるか」人気で畑地の9割が芋畑になった。

(3) 芋栽培の一年

サツマイモは収穫後、翌年の種芋を貯蔵する。そして種芋による芋苗作りは3～4月から始まる。かつては、落ち葉と藁などで高さ60cmほどの苗床を作っていたが、今は定温育苗といい、化成肥料や堆肥を用いて、ハウスの中で育てている。

堆肥は3月、畝作りを行う前に全面に施す。堆肥は残滓と藁とムギガラとコヌカを入れて作るが、悪臭により周囲の住宅から苦情が出るという。かつては、家畜の堆肥と落ち葉も用いた。昔は植えるときに畝ごとに堆肥を入れていた。

5月、田植えが始まる頃、芋の苗が「七葉七節」になったら切り苗にして、5月末から6月に苗植えをする。マルチ栽培で畝間は1.2mで、苗間は40cmほどで畝高は25cmほどにする。3～4節を土に入れるとその節目から根が出て、養分を吸収する。

芋の収穫は9月の稲刈り後で、10月初旬から始まる。



(写真4) 蒸し器で2時間前後蒸す



(写真5) 蒸しあがった「紅はるか」、とてもやわらかい



(写真6) 手間のかかる皮むき作業



(写真7) 皮むき用の刃物



(写真 8) ピアノ線を張った「つき台」



(写真 9) 芋を通すとスライスされて「平干し」用になる



(写真 10) 一枚ずつ芋をはがして台に並べていく



(写真 11) 屋外で干す前に、冷風乾燥機に一晩入れる

かつては9月末から始まった。稲は早稲、中手、奥手を調節して芋の収穫とバッティングしないようにしている。現在は芋掘り機があるが、なければ1～2反でも大変だった。マルチ栽培で水分の蒸発を防ぎ、高畦で芋掘り機が使えるようになった。かつての畝はもっと低く、機械化により栽培の様子は一変した。

3. 加工（調理など）について

かつてのサツマイモは、デンプン採取用に1割ほどが「生切れ」に加工され、残りの9割をそのままカマスに詰めての「生サつま」で出荷し、10月中に終了していた。出荷が済むと10月下旬から11月に小麦・大麦を播いた。現在は、11月から3月まで乾燥芋作りが行われている。

(1) 乾燥芋にする芋の保管

収穫したサツマイモは、氷点下に放置すると一晩で腐ってしまうので、倉庫に入れたりさまざまな保管方法をとっている。保管している間にデンプン質がショ糖に変わり糖化が進んでいく。保管用の袋には品種とどこの圃場で採れたものかを記載してある。1袋は約25kg入で、加工が始まると1日に24袋（約600kg）加工する。

(2) 洗浄

洗いながら大中小、丸干しのサイズに分けてコンテナに詰めていく。

(3) 蒸し器

昔は庭にカマを作ってセイロで蒸していた。早朝午前2時、3時から火を焚いて、セイロで少しずつ蒸すので、生産量が限られ、芋の作付も広げられなかった。

現在は、ボイラーの蒸気を送り込み、耐熱コンテナに芋を入れて蒸す。約600kgの芋を3釜（回）に分けて蒸す。蒸すことで甘味がでる芋だが、日照や寒暖差でより甘みが増す。

蒸し時間は「紅はるか」で1時間強、「玉豊」は1時間半ほど、「いづみ」は3時間蒸す。いずれの芋もかなり柔らかくなり、後の皮むきもスライス工程が困難な作業になるが、加工しやすい固さに蒸すと、乾燥時にばさついてツヤが出ないという。

(4) 皮むき

約600kgの芋の蒸しと皮むきまでが午前中の作業である。熱くないと皮がむけない。

皮むきは、専用の鎌型の刃物で行う。芋は蒸すと黄色くなるので、皮が付いていると目立つので丁寧にむく。その後、少し冷えると固くなるので午後にスライスする。ふかした芋のむいた皮は稲わらなどと混ぜて堆肥にする。

(4) 丸干しと平干し、スライス作業

午後になるとピアノ線を張った「つき台」で蒸した芋

をスライスする。ピアノ線でスライスした芋は「平干し」になる。

かつては、小さくスライスできないくず芋を自家用として「丸干し」にした。干すのに時間のかかる丸干しはアメ色の光沢が出てきて黒糖の味がするという。その希少価値から今や平干しより高価になり、優れた生産者の丸干しは、シーズンはじめには予約でいっぱいになり、地元住民でも容易には手に入らないという。

平干し用の芋は金網を張った「すだれ」に1枚ずつはがして敷き並べていく。芋がくずれやすいため、手間のかかる作業である。

(5) 干し場

「すだれ」に敷き並べた蒸し芋は、屋内の冷風乾燥機に一晩（6～8時間）入れて、水分をとってから干す。そうすると表面のベタつきが乾き、雨が降ってもカビない乾燥芋になる。

干し場は、どこの農家でも十数年前からハウス内になった。干す期間は、「紅はるか」の丸干しは2週間強、「いずみ」の丸干しは3週間かかる。ツヤを見ながら収穫する。「紅はるか」「いずみ」の平干しは1週間程度である。

1日に干す「すだれ」は40～50枚で、干場は4～7日で一巡する。

(6) 梱包と発送

すぐれた乾燥芋農家には個人の顧客が付いていて、農家から各消費者に宅配便で直送する。電話やファックスから始まり、現在ではインターネットにより、各農家には生産量を売却できるだけの直販の顧客（個人の消費者）が付いている。1キロからの単位で宅配便で発送している。従って近年は行政でも出荷量が把握できず、統計がとれないという。価格は、品種や加工によるが、1kgあたり2,500円から27,000円前後である。

4. 技術伝承について

木名瀬家では、乾燥芋では70代の夫婦と40代の息子1人、パート4～6名でこなしている。高齢化しているが、収入があるので継承している状況である。

行政による乾燥芋の支援は、ひたちなか市役所農政課が中心になって行っている。

パンフレットの配布やインターネットのサイト設置
乾燥芋の品質向上を図るために「ほしいも品評会」を開催

「ほしいも三ツ星生産者」の認定。現在の「三ツ星生産者」はひたちなか市（18軒）東海村（10軒）那珂市（2軒）である。



（写真12）天日干しはハウスの中で行う



（写真13）製品は宅配便で顧客ごとに直送する



（写真14）袋詰め製品（1kg）

（統計データ）ほしいも生産量（平成18年）

	原料作付面積	原料収穫量	干しいも生産量
茨城県	1,440ha	36,400t	10,920t
ひたちなか市	1,030ha	26,000t	7,800t
東海村	179ha	4,480t	1,344t
那珂市	95ha	2,340t	702t



名称：シモツカレ、スミツカレほか
 伝承地：栃木県、茨城県、群馬県、千葉県、
 利根川の流域など
 調査地：栃木県宇都宮市幕田町
 話者：大森 正雄さん
 伝承者数：多数
 主な原材料：大根、ニンジン、大豆、鮭の頭、
 油揚げ、酒粕ほか
 主な用途：2月、初午の行事食で、赤飯と食べる。



(写真1) 6種類の材料



(写真2) すりおろした大根 (写真：大森氏提供)



(写真3) すりおろしたニンジン (写真：大森氏提供)

1. 背景と特徴

シモツカレは江戸時代から作られていたといわれる初午（2月の最初の午の日）の行事食である。

屋敷稲荷に供え、初午の日に食べると無病息災がかなうといわれ、どこの家庭でも大鍋に作り、隣近所でやりとりをする習慣があった。

正月も終わり、1月中旬になると昨年に収穫した野菜類もすが入ったり、とうが立つようになる。その残り物の野菜と正月の新巻き鮭の頭、節分の豆など、ご馳走の残りものを丸ごと煮込んだものが、シモツカレであるという。

2. 技術伝承の由来など

《シモツカレと初午》

シモツカレはかつてはどこの家庭でも作り、初午に食べていた。初午の日には赤飯とシモツカレを皿に盛り、稲荷神社（屋敷神）に供えて、自らも食べて悪病祓いを祈願していた。

かつては「ワラぼっち」で供える家も多かった。ワラぼちは藁づと状で、藁を束ね両端を縛り船のように広げたもので、赤飯とシモツカレの2皿を載せる。供えるのは初午だけで、二の午は家庭では食べたが供え物はやらなかった。

そして人びとは隣近所を巡り、右手の掌で温かい赤飯をもらい、左手の掌で冷たいシモツカレを直に受け取って、その場で食べた。

この行事を行うのは川を越えない範囲で、7軒巡ると「中風にならない」といわれていた。隣近所、友達、親戚など、川を越えない範囲で7軒位は日常の付き合いがあり、その範囲でやりとりするという意味である。どの家でも同様に、訪れた人には赤飯とシモツカレを振る舞った。

3. 分布について

シモツカレは、栃木県、茨城県の広域と、群馬県東部、埼玉県北部、さらに千葉県北部の利根川流域に広く分布し、その呼び方もさまざまである。

茨城県:スミツカレが多く、スミツカリ、シモツカリ、シモツカレも見られる。

栃木県:シモツカレが多いと思われる。

埼玉県:スミツカレが多く、スミツカリもある。

千葉県:スミツカレ、またはシミツカレ、シモツカレ。シモツカレの発祥・起源は定かでない。

4. 原材料について

栃木では正月の魚として鮭を一尾購入したり、貰い物する家が多いという。その頭を塩漬けや寒干しにして、シモツカレを作るために保存していた。

シモツカレの材料は、人によって異なるが基本的には6種類で、その割合は次のとおりである。

(販売用のひと鍋分)

大根:10kg、ニンジン:3kg、鮭の頭:13kg、大豆:400g、油揚げ:30枚、酒粕1kgである。

5. 加工(調理など)について

材料は下ごしらえが欠かせない。

大根とニンジンは鬼おろしですりおろす。節分の残りの大豆は圧力鍋で5分煮る。油揚げは千切りにし、酒粕はちぎっておく。鮭の頭は二つに割って、酒をかけて軽く焦げ目がつくまで焼き、湯引きする。さらに圧力鍋で20分煮てから叩き潰しておく。

それらを6段階に区切りながら2時間煮込む。途中で酒、味醂^{みりん}、出汁、醤油、味の素、サラダ油、味噌を加えて素材の味を引き出していく。

なお、水は入れないで大根から出た水分だけで煮る。鍋に鼻を突っ込んでにおいを嗅ぎ、水分がどこまで飛んだか調べ、なくなるまで管理する。そして火を消すと、冷えながら大根に旨味がしみていくという。

これらの料理法は、話者の大森正雄氏(昭和23年生まれ)の工夫である。6年間研究し、平成28年「しもつかれコンテスト」の鉄人(チャンピオン)になった。かなり丁寧であるが、基本は家庭の味であるという。その味の源流は、妻の母親(大正9年生まれ)の味であり、下妻郡壬生町中泉出身で、代々料理上手な家であったという。

6. 伝統食の変容について

シモツカレの場合、調味料や下ごしらえで、時代ごとに味が変容しているものの、基本は家庭の味であるとい



(写真4) 炊いた大豆(写真:大森氏提供)



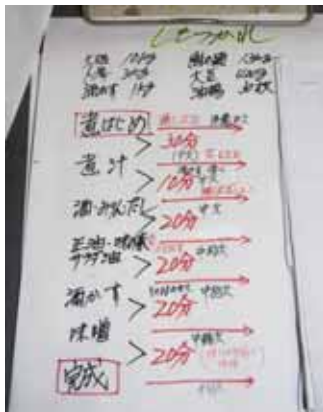
(写真5) 焦げ目をつけた鮭の頭(写真:大森氏提供)



(写真6) ちぎった酒粕(写真:大森氏提供)



(写真7) 油揚げ(写真:大森氏提供)



(写真 8) 調理の手順の記録



(写真 9) 野菜をすりおろす鬼おろし



(写真 10) 1 回分の材料が収まる鍋



(写真 11) 調理に用いるヘラ (大きなしゃもじ)

う。それも昭和末年頃までで、最近は家庭で作る人も減ったという。

話者の大森氏は鮮魚店で、材料の鮭などを販売していたが、できた製品を求める声が増えて、シモツカレを惣菜として作り始めたという。煮魚と同じく、ある程度大量に作らないと旨味がでない。個々に高齢者がいるだけでは伝統の味は残らないという。

大森さんのシモツカレづくりは、販売用の惣菜であるが、11月の初旬から始まり、2月の初午前後が最盛期で、5月末前後まで、1シーズンに前述の分量の鍋を50回前後煮て、地域の人びとに提供している。

7. 技術伝承について

シモツカレの伝承に一役買っているのが、前述の「しもつかれコンテスト」である。今市おかみさん会が主催で、日光市が後援している。平成28年で16回目で、応募者を30名募り、650名の審査員が味を比べ投票する。近年は、栃木県の各地、宇都宮、日光、上三川、鹿沼などから応募者が集まってくる大会である。このイベントや鉄人(チャンピオン)による講習会などがあり、新しい家庭の味も生まれているという。



(写真 12) 店内の製品と「認定書」



名称：おきりこみ、おっきりこみ
 伝承地：群馬県を中心に関東北部
 調査地：群馬県高崎市倉渕町
 話者：原田 カズ子さん
 伝承者数：多数、60 歳代以上が多い
 主な原材料：小麦粉、野菜、味噌ほか
 主な用途：日常食（特に夕食）

1. 特徴

「おきりこみ」は北関東の山間部で水田耕作面積が少ないところで、畑作の麦類の粉食等が主食であった地域の伝統食である。

その多くは明治・大正・昭和 30 年代まで養蚕地帯で、主屋が蚕の蚕室を兼ねることが多かった。それらの地域では、養蚕作業の繁忙期を含め、イロリを中心に短時間で、自家製の食材でまかなえる麺類が食べられていた。

そのひとつが「おきりこみ」である。高崎市倉渕町の事例では、この平麺を「おきりこみ」と呼び、味噌仕立てで食するが、県内には「おっきりこみ」と呼んだり、醤油仕立てのところもある。

2. 技術伝承の背景と由来など

倉渕町は榛名山の南麓で、水田はわずかで畑も 1 ～ 2 反、桑畑などが多かった。畑作物は小麦が大半で、それが家族の主食となった。小麦粉からはうどん、おきりこみ、焼き餅などを作った。

おきりこみを作るのは大概が夕食で、調理はうどん作りより簡易であった。うどんより水分が多いので柔らかく、麺打ちが楽だからである。さらに切り込んだら直にイロリの鍋に入れられるので短時間で作れた。夕食の場合、付きあわせは漬物だけが多かったという。

粉をこねて丸めておけば、家族が集まり次第、野菜を煮て、その間に麺を打ち、鍋に入れてすぐ食べられる便利さがあった。

夕食は 6 人家族で 1kg の小麦粉を使った。現在は 1 食 1 人 100g の粉が目安である。夕食が残ると朝食にも食べた。水分を吸ってしまい、とろとろになる。

朝食は米と麦を炊いていた。麦が多く、サツマイモや挽割りにしたモロコシも入れた。そこに昨夜の残りのどろどろのおきりこみを掛けると美味でのごしも良かったという。



（写真 1）食材 7 種



（写真 2）麺打ち



（写真 3）麺棒の背で切り、広げる



(写真 4) 麺を切る



(写真 5) 麺を入れて煮立ててから味噌を入れる

昼食は残りご飯と漬物が多かった。どの家も同様で、「夕食には粉を食べる」というのが当たり前で、日々おきりこみを食べていたという。

もう一つの粉食は焼き餅で「コジョハン」と呼ぶ午前 10 時の休みに持ち寄って食べた。焼き餅にはフキノトウ、ネギ、味噌などを入れるが、具として入れるのではなく、一緒に練りこんでいた。それをホウロクで表面を焼き、イロリの灰の中で蒸し焼きにした。焼き餅は食事にはあまり食べなかったという。また、おやつとして小麦麺を油であげてカリントウを作った。

食事のおかずや夜食は、たくあんや白菜の漬物、切り干し大根などであった。昭和 42 年に嫁入りしたころから夕食にもご飯が付いたが、食べたい者が食べる程度で、主食はおきりこみかうどんであったという。

3. 原材料について

おきりこみに入れる野菜は大根、ニンジン、ゴボウ、シメジ、サトイモ、油揚げ、鶏肉、ネギ。出汁は昔も煮干しに手作り味噌で仕立てる。ほとんどの材料が地域の食材で、油揚げと煮干しは昔から購入していた。

さらに季節ごとに野菜やキノコなどが変わるが、1 年中食べることができた。

現在は道の駅で、おきりこみを提供しているので、常に一定量と数種類の野菜を冷凍で確保している。シメジと鶏肉も購入するようになった。

小麦粉は中力粉で日清製粉「白樺」、25kg 入りを使用している。秋の紅葉の行楽シーズンには 1 日 30kg 前後使うが、平均 1 日 15kg 前後の粉を使っている。

4. 加工（調理など）について

鍋に水 4 リットルほどを入れ、煮干しで出汁を取り、野菜とシイタケ、大根、ゴボウ、人参等を入れる。小麦粉 500 g (5 人分) に水 240cc を入れてこねる。台で麺を打つ。麺棒に巻きながら楕円形に打ち、厚さ 5mm ぐらいで麺棒に巻き、包丁で切り裂く。そのまま押さえて切る。幅は 1.2cm ほどである。

麺打ちが終わる頃に野菜が煮え、すぐに麺を入れる。そして、ネギを入れてから味噌を 50g ほど入れる。少々薄味であるが、醤油を 50 ~ 60cc 入れ、味を整える。さらにひと煮立ちしたら盛り付ける。麺を入れてから盛り付けを始めるまでは 5 分前後であった。

山梨県にはホウトウという同種の麺があるが、ホウトウの場合は、カボチャが入り、麺の幅も広くなる。カボチャの甘みととろみで、おきりこみとは食感が異なっている。

5. 技術伝承について

昭和 20 年代に生まれ、養蚕の体験がある人たちより以降の世代は、麺打ちの技術がない。作って食べるより買って食べる世代になっている。粉食をこなせるようになるには、さまざまな経験が必要である。

調理を見せていただいた道の駅は平成 26 年にオープンし、話者の原田カズ子さんは、当初から厨房を任されている。店には 11 名が交代で働いているが、麺打ちは 67 歳、68 歳、70 歳、75 歳の 4 名で、若い人はその場にいてもなかなか覚えられないという。

また、小学生などの体験でも実習している。子供たちは火を使った調理体験が印象に残るという。

群馬県では「おきりこみプロジェクト」と称し、調査からインターネットによる情報提供など、広く取り組み、伝承と普及につとめている。



名称：イガマンジュウ

伝承地：行田市、羽生市、加須市の利根川南岸地域

調査地：埼玉県羽生市三田ヶ谷
農林公園内施設の加工場

話者：奥田 近子さん

伝承者数：加工場は 11 名、他に和菓子店、
一般農家などあり

主な原材料：もち米、ササゲ、小麦、小豆ほか

主な用途：行事食（祝い事などの土産として）

1. 背景と特徴

羽生市は利根川の流域で、昔から米と麦が沢山穫れる穀倉地帯である。ここでは6月、田植えが終ると、「うえあげ」とか「さなぶり」という祝いがあり、赤飯を作る。イガマンジュウを食べるのは、「植えあげ」と7月7日の「テンノウサマ」という夏祭のときである。

「うえあげ」では手伝ってくれた家や親戚などに田植えが終わった報告として赤飯を配る習わしがある。

ところがかつてから、もち米は貴重で、大量の赤飯を炊いて振る舞うのは大変貴重なことで、昔の人が、赤飯をまんじゅうと両方を合わせたら良いんじゃないかと考えたのがイガマンジュウといわれている。小麦の脱穀も終わっている時期である。

イガマンジュウは中にまんじゅうがあって、赤飯を回りに付けるので、赤飯の量も少なくてすむ。この姿が栗のイガのようなのでイガマンジュウと呼ばれるようになったといわれている。

赤飯を使っているので、祭や祝い事に使え、農家の振舞いなどの土産物として広まった。

イガマンジュウの起源は定かでないが、明治から作られているといわれ、早くから土産物であったという。

2. 分布について

昭和40年代頃まで、イガマンジュウは埼玉県の北埼玉地方の穀倉地帯にしかなかった。行田市、羽生市、加須市の利根川南岸地域である。材料を自前で生産し、農家の祭りや祝い事に出されるものであった。

3. 慣習について

イガマンジュウは、昔は祭と祝い事に食べた。6月に小麦を収穫し田植えが終わると、「うえあげ」とか「さなぶり」という祝い事があり、赤飯を作る。

昔の嫁は田植えが終ると、2～3日暇がもらえ、骨休



（写真1）イガマンジュウを切った様子



（写真2）かつては生地のまんじゅうごと炊いていた



（写真3）現在は赤飯とまんじゅうは別々に蒸す



(写真 4) 餡を生地に包む



(写真 5) 蒸したまんじゅうの上の部分に赤飯を巻く

めに実家に帰ることができた。その時、実家の母親が嫁ぎ先へお土産として、イガマンジュウを作った。嫁ぎ先の家と、両隣家、仲人さんの家へと、「お陰さまで嫁が勤まっております」ということで、少なくとも 4 つの重箱は持たされたという。

娘が帰ることになると、母親は前の日から、ササゲを煮て、煮汁にもち米を浸けておかなければならない。赤飯は二日かかりである。赤い色の付いたもち米とササゲをよく混ぜ合わせて蒸し赤飯づくりに励んだ。

4. 原材料について

赤飯とまんじゅうの材料を準備する。赤飯はササゲともち米で、いずれも羽生市内で採れたものである。

まんじゅうの生地的小麦粉は、隣に加須市で栽培している「あやのひかり」を用い、さらに膨張剤、砂糖、直産の卵を加える。

餡はつぶ餡で、小豆と砂糖、水飴、塩が入っている。砂糖などは業務用を仕入れている。

イガマンジュウを 30 個つくるとして、生地的小麦粉は大体 1kg くらい必要。ササゲは赤飯の 1 割である。小豆は約 1 升準備する。

5. 加工（調理など）について

餡の作り方は、小豆をよく洗い、小豆の 10 倍くらい水を入れて茹でる。小豆が煮えたら、茹でた湯は捨てて、砂糖を同量ほど入れて、煮詰める。餡を煮るのは 2 時間以上かかるので、前日に煮ておく。

蒸す時間は昔のやり方で一蒸かし 40 分くらい。30 個のまんじゅう作るには、朝早くから昼過ぎまでやっていた。現在は工場の設備なので 15 分で蒸せるが、赤飯は 30 分位蒸さないと火が通らない。同時に仕上

がるように調整し、まんじゅうに赤飯を付ける。

6. 郷土食の変容について

現在はまんじゅうと赤飯を別々に蒸して、まんじゅうに赤飯をかぶせるように握って包んでいる。

ところが、かつては四角いセイロの中にフキンなどを敷き、赤飯の材料のもち米とササゲを敷き、その上に餡を生地でくるんだ生のまんじゅうを入れ、ふたたびもち米を掛けて共に蒸していた。蒸し上がると赤飯をまんじゅうごと重箱に詰めていた。5 合ほどの大きな重箱でも、まんじゅうは 4～5 個しか入っていない。それを赤飯ごと切り分けたので、1 人でまんじゅう 1 個分は食べられなかったという。当時はこれが最高のご馳走だったと記憶している者も多い。

7. 技術伝承について

当施設は農林公園でレストラン棟、直売所、加工所がある。2,000 年頃から加工部ができ、イガマンジュウを作ることになった。その他に、漬物と味噌を作っている。イガマンジュウは 10 名で平日は 4 名、土日は 5 名で、平日は毎日 300 個作っている。

メンバーは 60 歳代以上で、半数以上が農家の主婦である。若い人にも技術を伝えなければならないが、なかなか興味をもってもらえないのが問題である。

イガマンジュウをもっと知ってもらおうと、学校給食にも出している。小学校 8 校、中学校 3 校で合計 5,000 個ほど作る。

また、家庭科の授業でも小学生に教え、広めている。埼玉県には「ふるさとの味伝承士」という制度があり、話者の奥田近子さん（昭和 10 年生まれ）はイガマンジュウで認定されている。各地のイベントで実演し、普及に励んでいる。

太巻き寿司（山武の巻き寿司）



名称：太巻き寿司、山武の巻き寿司、祭り寿司
よみがな：ふとまきずし、さんぶのまきずし、まつりずし

伝承地：山武市、東金市、大網白里市、横芝光町、芝山の一部

調査地：千葉県山武市松尾町木刀

話者：鈴木 和子さん

山武農業事務所改良普及課・竹内 和江さん

伝承者数：4～5名ほど

主な原材料：米、海苔、卵、各種具材

主な用途：冠婚葬祭等で大皿に並べる

1. 背景と特徴

房総半島の巻き寿司は、限られた食材で多彩な柄を作り出す。その食材のほとんどが農村で取れるもので、海辺ではあるが、農村の伝統食である。冠婚葬祭、さまざまな祭りや行事に作られる。

その起源は定かでないが、さまざまな柄を作り出す技術は、山武郡から夷隅郡が中心で、行事の際に近所の手伝いが入り、作業を分担しながら技術が伝承されてきた。

2. 技術伝承の由来など

古い呼び方は「巻き寿司」で、近年「祭り寿司」とも呼ばれるようになった。千葉の巻き寿司の起源は定かでないが、「葬式の握り飯を改良し、芋がらの煮付けを芯に海苔で巻いたもの」、「紀州のイワシ漁師が持ち込んだ目張り寿司が原型」などのいわれがある。

房総半島の巻き寿司には、海苔巻きと卵巻きがあり、海苔巻きの方が古いといわれているが、江戸期から養鶏の奨励もあったという。

ただし現在のようにさまざまな柄が作り出されるようになったのは戦後しばらくしてからだといわれている。

3. 分布について

冠婚葬祭などで鮮やかな巻き寿司がつくられてきたのは、横芝光町の中央を流れる栗山川より南西側であるという。現在の市町村では山武市、東金市、大網白里市、横芝光町、芝山町の一部である。中でも山武の巻き寿司は彩りと柄で、古くから周辺の人びとを驚かせてきた。

4. 食習等について

山武郡、夷隅郡では冠婚葬祭のときには必ずというほど巻き寿司を作った。巻き寿司だけでなくいなり寿司も出される。

その他、正月の来客時、二十日正月、小正月、オビシャ、



（写真１）作り方は普通の巻き寿司である



（写真２）渦巻状のものを４つ割って背合わせにする



（写真３）卵を加えて巻き直すと四海巻き（右側）になる



(写真 4) 細巻きを組み合わせる



(写真 5) 竹になる

子安講などにも作る。さらに節供、花見、盆、彼岸にも作った。

10月17日に行う新嘗祭では親戚を呼び、巻き寿司を振る舞う大きな農家も現存している。凝ったもの、簡単なものと差はあるが、かつては月に1回ほどは作っていたという。大皿に並べ、その他のお膳もあり、皆で囲んで食べていた。農家では自宅で冠婚葬祭を行っていたので、大皿は何枚も持っていた。巻き寿司は何も付けずにそのまま食べるのが普通であるという。

ところが昭和50年代以降、作る人、作る機会が減り、購入することが多くなったようである。

5. 原材料について

巻き寿司を作り販売しているのは農家で、皆、米は自作している。鈴木和子さんはコシヒカリを用いているが、粘りが強いので昨年の米を使用し、調整している。

具はカンピョウ、紅ショウガ、デンプ、野沢菜、ゴボウ、キュウリ、ほうれん草、小松菜、インゲンなど、彩りで選んでいる。卵は近隣の養鶏場から仕入れている。1週間で200個以上使用する。海苔は木更津、船橋などから仕入れている。

ただし、具に生ものは使わない。酢は穀物酢を用いている。

6. 加工（調理など）について

調理の基本は酢飯づくりで、米1升に対して酢1カップ、砂糖1.5カップ、塩大さじ2杯で、割合は作る人で異なる。

山武の巻き寿司の場合、具で模様を形作るが、色付きの酢飯も多用する。赤い酢飯は、デンプを混ぜ、黄色はゆで卵の黄身を混ぜる。かつては具を染める時にツルムラサキ、クチナシ等も用いた。

作り方は普通の海苔巻きと同じであるが、具や細い海苔巻きの組み合わせ方で柄を作る。柄はレシピ本などを参考にするが、昔からの柄、新しい柄がある。昔からの柄は、たちばな、松、菊水、梅、桜、藤の花などである。変り巻きとして四海巻きなどがある。

さまざまな祝い事や冠婚葬祭で用いられるので、柄にも決まりがある。例えば、結婚式と葬式では柄が違い、結婚式では4枚の花びらは使わないが、梅とか山茶花はかまわない。椿は仏事用である。

7. 技術伝承について

巻き寿司づくりは祝い事などのある家に近所の主婦が集まり、手分けして作っていた。初めての人は雑用であるが、慣れてくると決められた具づくりや仕上げ巻きができるようになる。その中で作り方や柄を伝承してきた。ところが、近年は近所のベテランから料理を習う機会がなくなり、下ごしらえから段取りできる人がわずかになってしまった。

今日も巻き寿司の講習会やイベント販売などもあり、グループ活動など行っている地区もあるが、加工所を使用してさまざまな柄が作れるのは、山武市で2名、東金市で1名、大網白里市で1名の4～5名になっている。

話者の鈴木さんは「よもぎ館」という体験館を所有し、道の駅や直売施設など3カ所に納品している。注文が多い時は数人の手伝いが具づくりを担当する。

技術伝承のために小学校などで体験学習を行うが、興味をもって体験を積もうという生徒は少ないという。



(写真 6) 太巻き寿司は切る時が楽しい



(写真 7) 道の駅に納めるセット



(写真 8) 卵巻きのトンボ



(写真 9) 藤の花のvari巻き (右側)



(写真 10) よもぎ館・カレンダーより、5月



(写真 11) よもぎ館・カレンダーより、12月



(写真 12) よもぎ館・カレンダーより、9月



(写真 13) よもぎ館・カレンダーより、8月



名称：たくあんづけせいぞう
 伝承地：東京都練馬区内
 話者：練馬区田柄
 栽培農家・橋本 登さん
 練馬区高松
 漬物製造業・高山 喜一郎さん
 伝承者数：(栽培) 18 軒
 (製造) 練馬漬物事業組合
 主な原材料：練馬大根
 主な用途：日常食のおかずとしての漬物



(写真 1) 現在は、住宅とマンションに囲まれている畑



(写真 2) 練馬大根の収穫

(橋本氏提供)



(写真 3) 収穫した大根の頭と尻を切って干す (橋本氏提供)

1. 背景と特徴

当報告は、栽培農家と漬物製造業者の両者である。

練馬大根とは江戸期に練馬村で栽培が始まった大根の品種で、沢庵漬専用の「練馬尻細大根」と煮食用の「練馬秋づまり大根」がある。いずれも江戸前期から中期にかけて、江戸の人口増加に伴い開発されたものである。江戸後期から明治前期には、生大根、干し大根、沢庵漬用大根の品種が固定してきた。

明治後期から大正期は、練馬大根の最盛期で、4 斗樽 (1 樽 80 ~ 85 本入り) で 60 万樽が出荷された。それは沢庵漬が加工食品として普及し、需要が急増したからである。長期保存が効き、熱を加えずそのまま食べられる食品として、軍隊および炭鉱、工場、学校などの寄宿舍食堂での需要が拡大した。沢庵漬製造は、農家の沢庵漬が拡大したものであるが、これまでの農家の沢庵漬づくりとは異なる大量生産の時代となった。

資力のある農家は、自家栽培だけでなく、10 軒ほどの農家から干し大根を買い、庭先的小屋で漬物に加工していた。戦前から昭和 20 年代は漬物加工を行い販売する農家が 400 軒ほどあった。さらに、大正の最盛期以降、専門化している漬物業者が 10 軒ほどあり、小売り、問屋卸し、業者間卸しをしていた。

漬物業がさらに拡大するのは昭和 30 年代から 40 年代である。話者の高山家が、農家から漬物加工会社に専門化したのは昭和 39 年である。この頃から沢庵が売れなくなり、沢庵 1 種の専門加工では成り立たず、各種漬物加工として業務を拡大していく。

ところが、昭和 50 年代になると、塩分摂取過多の問題があり、併せて製造効率を良くするために浅漬が流行し、塩分 5 % の時代になる。そしてこれまでの練馬の沢庵加工専門会社は、姿を消した。それでも練馬大根は栽培農家による品種の保護は続けられ、平成元年から伝統的な食品として JA を中心にさまざまな取り組みが行

われている。

2. 原材料について（栽培農家の調査から）

話者・橋本登さんは、明治初年頃に分家した農家の4代目にあたる。代々練馬大根の栽培も行っていたが、耕地は開発された。戦前から成増飛行場、戦後の米軍グラントハイツ、高度成長期のむつみ台団地と時代ごとに開発されていったが、練馬大根は、現在もマンションの合間の畑で栽培を続けている。

父親の又市さん（明治38年生）の代には、2町歩の畑で練馬大根を生産し、80～85本入りの4斗樽で70本、大根にして5600本出荷していた。農家は、自家生産の大根で沢庵漬を作るのが普通で、その規模は50樽から500樽ぐらいまでであったという。沢庵漬の出荷は貴重な現金収入が得られ、大根栽培を増大させた。

しかし、昭和30年代から練馬大根の生産が減少していった。その要因は宅地化による耕地の減少と品種の変更がある。練馬大根は細長くて下太りしていて、折らずに抜くのに一苦労する。一方青首系は単位面積当りの収穫本数も多く、栽培日数が短く、抜きやすく多用途である。そして昭和35年には、橋本家は古くからの種をもつ最後の1軒になり、「練馬尻細大根」の長尻系の「練馬大長大根」という品種の栽培を続けた。この種で、平成元年から保護栽培がはじまり、橋本登氏も主導的立場で参加してきた。

練馬尻細大根の収穫量は1反が15作（畝）で、1畝70～80本、1反で1050～1200本になる。現在のマルチの場合、橋本家では350本栽培している。

3. 加工（調理など）について（栽培農家の事例）

栽培農家の沢庵漬加工目的は、干し上がりの段階で漬物会社へ販売、完成品の販売、自家用加工の3種類である。

収穫した大根は干す準備として頭と尻を切断し、漬かりやすくするためにサメ皮でこする。サメ皮は昭和40年頃まで使っていた。

11月27～28日から2週間干す、この間雨に当ててはならない

12月10日頃：干し上がり

12月10～15日：漬け込み

翌年の1月15日：現在は池袋の漬物祭に出品・販売

かつては4斗樽に漬け込んでいた。約1ヶ月で漬かるが、夏越しでたべられるように塩がきつかった。80～85本の大根を漬け込む4斗樽製品の塩とぬかの内訳は



（写真4）練馬大根の連干風景（昭和7年秋）（練馬区役所提供）



（写真5）干し上がった大根

（橋本氏提供）



（写真6）沢庵は葉をのせて漬け込む（橋本氏提供）



（写真7）屋外で漬物を作る農家、戦前か（練馬区役所提供）



(写真 8) 漬物製造所の野天漬け (練馬区役所提供)

次のとおりである。

(夏越し沢庵) (現在の沢庵)
 塩 7 升..... 1 升 3 合
 米ぬか 3 升..... 8 升 7 合

4. 加工（調理など）について（漬物製造業の事例）

戦前は、農家の沢庵漬と漬物業者の沢庵漬では、加工する量がちがうため、製法も異なっていた。農家では干した大根を 4 斗樽に漬け込むが、漬物業では生大根を土がついた状態で 30 石桶に漬け込んだ。そのために「ドロヅケ」とも呼ばれた。製造場所は前庭などの屋外で「野天漬け」にした。野天漬けは農家でも行われた。

戦前の漬物業の加工工程の概要は次のとおりである。

直径 6 尺、高さ 6 尺の 30 石桶に、土が少々付いたままの生大根を 3 t 入れる。ほぼ桶一杯になるが、さらに桶の縁より高く 1 t 積み上げフタを載せて 2 t の重しを載せる。添加物は塩だけで、塩分は 10%なので、400kg になる。

漬け替え：数日でフタが下がり、7～10 日で漬け替えを行う。一旦大根を出して、まず洗浄する。さらに 30 石桶に入れ替え 5%の塩を加える。

2 斗樽に漬け替え：10 日ほど漬けてから、今度は出荷用の 2 斗樽に漬け替える。その時に、又カと塩を 2%加える。このまま出荷すると小売りされる頃に程よく漬かっている。

5. 郷土食の変容について（漬物製造業の事例）

仕込用は、30 石桶と 4 斗樽、出荷用は 2 斗樽を使う。戦前は 4 斗の酒樽、醤油樽の空き樽の再利用が多く見られたが、練馬に 4～5 軒の桶屋が工場の近くにあった。

昭和 40 年代末にポリ容器が登場し、2 斗が 28kg



(写真 9) ねりま漬物物産展のポスター (練馬区立石神井公園ふるさと文化館所蔵)

入りとなった。仕込みも変わり、コンクリート桶になり、大根をネットに入れクレーンで吊って桶に入れ、さらにクレーンで 500kg の重しを載せる。漬け替えもネットに載ったままクレーン操作だけでできるようになった。

6. 技術伝承について

練馬大根の保護への取り組みは、平成元年からである。生産量の推移は次のとおりである。

平成元年：5,466 本 平成 10 年：6,000 本
 平成 20 年：12,300 本 平成 27 年 14,111 本

平成 27 年の練馬大根栽培農家は 18 戸である。各種大根の生産面積の合計は 877a で、練馬大根だけの生産面積は不明であるが、栽培農家の橋本さんの調査から算出した作付面積（1a 当たり約 1,050 本）から換算すると、13a 前後で約 15%になる。

練馬大根の栽培は、練馬区で行う練馬大根育成事業によるもので、JA へ練馬大根の生産を委託している。生産された練馬大根（干し大根）を沢庵漬にするために、さらに練馬漬物事業組合に漬物加工の委託を行っている。

販売促進の支援としては、毎年 2 月上旬に、ねりま漬物物産展を開催し、2 月中旬には、JA 東京あおば共同販売所（5 か所）で販売している。練馬区は、「ねりま区報」や区の HP で PR 支援を行っている。



名称：クサヤ

伝承地：伊豆諸島各地

調査地：新島、三宅島、八丈島

話者：新島博物館・富田 克哉さん

東京都教育庁三宅出張所・山本 栄子さん

東京都教育庁八丈出張所・小野 亜紀さん

八丈町教育委員会・吉田 太朗さん

伝承者数：3島で35～40名ほど

主な原材料：ムロアジ、トビウオほか

主な用途：主に出荷商品で、酒の肴、おかず

1. 背景と特徴

(主に新島に関する記載で 印は他の島の場合)

『新島村史』(1996年発行)の「本場のクサヤ」という一節に「クサヤの干物は伊豆七島の名産の一つであり、なかでも新島は、「本場のクサヤ」「クサヤの元祖」として愛好家に親しまれている。」とある。本調査では、新島のクサヤづくりをはじめ、三宅島、八丈島のクサヤづくりを含めて報告する。

新島におけるクサヤづくりの特徴は、同書では次のように書かれている。

「新島は江戸時代から漁業が盛んで、地引き網や謀計網で大量にあがったムロアジ、アオムロアジなどを乾魚にして江戸へ出荷していた。この乾魚をつくるために、塩水(18～20%)に一晩つける。当時、塩は幕府に上納する貴重品であり、無駄に使うことが許されなかった。また、大漁の年には干物用の塩が不足することもある。新しい塩を足しながら、繰り返し使っている間に魚の肉質(タンパク質)が溶け合い、特別な風味をもつ干物ができあがった。塩を節約する島民の知恵と創意工夫が「珍味クサヤ」を生んだのである。

このショッチル(塩度8%)は何十年も、家によっては何百年も先祖伝来のもとに、時の当主が工夫した独特の味を加えながら保存され、現在にいたっている。クサヤは昔から、主な現金収入の一つで、クサヤの液はどの家でもっており、自家製造しては箱詰めにして、東京の市場へ独自で取引をしていた。」

三宅島も塩の節約など同様の由来が説明されている。

八丈島の場合(『八丈島誌』と八丈島歴史民俗資料館解説より)

「八丈島における水産加工業は、ムロアジやトビウオなどのクサヤ製造が主体となっている。クサヤ製造の歴史については、新島や八丈島などに比べると比較的新しく、その技法やクサヤ液も他島から伝えられてといわれる。記録によると、大正7年(1918)に塩抜きを必要とする「半クサヤ」の製造が行われているので、このころから作られていたようだ。その後、昭和10年に、クサ



(写真1) トビウオ、アオムロアジ、ムロアジ(新島博物館)



(写真2) ムロアジを洗う

(新島博物館提供)



(写真3) ムロアジを干す

(新島博物館提供)



(写真 4) 昔のす

(新島博物館提供)



(写真 5) 八丈島のクサヤ

(八丈町提供)



(写真 6) 八丈島、トビウオのクサヤ

(八丈町提供)



(写真 7) 八丈島歴史民俗資料館のクサヤの展示

(八丈町提供)

ヤ製造法についての座談会が開かれているので、何人かの漁民たちが、沢山獲れていたムロアジを利用してクサヤを製造していたと思われる。」

「八丈島のクサヤの特徴は、気温が高いため、原料魚を浸ける「クサヤ汁」の塩分が濃く、このため清水で十分に洗って塩抜きをしており、伊豆諸島北部のクサヤと比べ、匂いが薄くなる。」

2. 原材料について

現在新島の魚種は、最高級のアオムロアジ、トビウオ、マアジ、カワハギ、サメ、ムロアジ、タカベ他である。

三宅島の場合(魚の産地)

ムロアジの産地：三宅島、八丈島、新島、鹿児島県枕崎、三重県など

トビウオの産地：八丈島、屋久島

八丈島の場合

平成 26 年度のトビウオ漁獲数：47,880 本

平成 26 年度のムロアジ漁獲数：68,605 本

3. 加工(調理など)について(新島の場合)

開き:新鮮なうちに腹開き(トビウオは背開き)して、内蔵、血合いを取り去る

地下より汲み上げた清水で洗い、5 分ほど流水に漬け、血抜きする。

漬け込み：クサヤ液の塩加減を天然海水塩で調整し、一昼夜漬け込む。

取り出して、汁を滴下させてから清水で洗い、1 分程度流水に漬け、さらに血抜きする。

竹製のスダレに並べ、天日で 1 日干す。(長く干すと蒸れる)

冷風乾燥機(18 度に設定)に一昼夜かける。(硬干は 5 日間)

三宅島 仕込む季節はアオムロアジなら 1 月～ 4 月(寒仕込み) ハルトビウオは 4 月～ 6 月(大型) ハマトビウオは 8 月～ 10 月(小型) コアジは 6 月～ 8 月、地元産アオムロアジは 8 月～ 11 月と季節が決めている。

4. 技術伝承について

(新島) 新島水産加工業協同組合に所属している加工所は 13 か所ある。

(八丈島) 平成 26 年度：19 か所(組合員 19 名)

生産額 平成 24 年度：1 億 1,356 万円、平成 27 年度：8,719 万円と年々生産額は減少している。伊豆諸島全体に共通することであるが、八丈島では年間 10%以上人口が減少し、働き手などの問題もある。



名称：けんちん汁（建長汁）
 よみがな：けんちんじる（けんちんじる）
 伝承地：神奈川県鎌倉市山ノ内 建長寺
 調査地：神奈川県鎌倉市山ノ内 建長寺
 話者：内務部・浅井 正悟さん
 内務部・峯藤 徳禅さん
 伝承者数：多数
 主な原材料：大根などの根菜類と青味、ごま油
 主な用途：接心ともてなしの行事食

1. 背景と特徴

けんちん汁は建長寺が発祥といわれ、建長寺では「建長汁」と書く。そのいわれは、精進料理を作っていた修行僧が豆腐を下に落としたところ、開山和尚（蘭溪道隆：1213～1278）が、その豆腐を拾い集めて、汁の中に入れたことから始まったという物語である。禅の本質が1杯の汁に詰まっていると語られてきた。

けんちん汁の特徴は、油で炒めることで、開山和尚が中国から伝えた食文化ともいわれている。そして具となる野菜を皮まで無駄なく使用することである。

けんちん汁は、修行道場の中の献立としては、コンニャクの乾煎りなど手間がかかっている。食材も多く、細かく切るという下処理にも手間をかけるもので、行事食であるという。

2. 技術伝承の由来など

建長寺で発行している季刊紙「和光」のコラムに「《けんちん汁》について」（三淵恵子著）があり、けんちん汁の発祥諸説を考察している。

そこでは前述の物語のほかに、江戸時代初期に中国から日本へもたらされた精進料理である普茶料理のケンチェン（チャン）に近いという考察の資料、さらに建長寺文書の紹介がある。

文書では安政6年（1859）正月6日の料理に「けんちゃん 平 牛蒡、人参、大根、豆腐、青味」とある。お平なので、当時は汁物ではなかったかもしれない。それが現在のけんちん汁にどう結びつくかは推測の域をでないという。

3. 食習等について

(1) けんちん汁を食べるとき

建長寺の修行道場では、けんちん汁を食べる機会は1年に10回前後であり、日常では作らず、もてなしなど



（写真1）建長寺 山門



（写真2）具は根菜が多い



（写真3）精進出汁のコブとシイタケ



(写真 4) 野菜は皮ごと刻む



(写真 5) 大根



(写真 6) ニンジン、シイタケ、里芋



(写真 7) レンコン、ゴボウ

の時になる。

修行僧には年 6 回の接心^{せっしん}があり、その期間中に 1 回、必ずけんちん汁を食べる。接心とは、修行の強化週間で、作務も托鉢も行わずに座禅だけを行う。この期間は供養の金銭で食材料が購入できるので、けんちん汁を作ることができる。これは建長寺の修行道場の独特の習慣で、他の修行道場で接心にけんちん汁を食べているところはないだろうという。

また、年に数回、檀家にけんちん汁をもてなす行事がある。

(2) 修行僧の食事と典座^{てんざ}

現在、修行僧は 12 名で修行期間は 3 年間である。修行中は 2 人 1 組で半年間の典座という料理番がある。その半年間は 1 日交代で 3 食を作る。

朝食、4 時半から 5 時

朝は粥と梅干しと大根の古漬けで毎日同じ献立である。12 人で 3 合の米を用いる水っぽい粥である。

昼食、11 時

昼は麦飯と汁と煮物、漬物で、米は 3 ～ 4 升炊き、残った分を夕食にまわす。

夕食、午後 5 時ごろ

夏はおじや、昼の残りご飯（昼の残りが足りなければ炊く）と味噌汁、煮物 1 品、漬物である。

食事の器は持鉢^{じはつ}といって自分の器は決まっている。また、食堂は三黙堂^{さんもくどう}の一つでしゃべってはいけないところである。食べる音、器の音もたてないようにする。

4. 原材料について

けんちん汁は精進料理なので、生き物は使わない。出汁は精進出汁といい、コブとシイタケでとる。

具は大根、コンニャク、里芋、ゴボウ、ニンジン、レンコン、小松菜（青味：あおみ）である。

建長寺には菜園があり、里芋、ニンジン、小松菜、シイタケは、修行僧が栽培している。大根は建長寺派の寺がある三浦の檀家からいただく。かつてはコンニャクも作っていた。

調味料は、ごま油、塩、酒である。

5. 加工（調理など）について

事前にコブと乾燥シイタケを戻しておき、全ての材料を細かく刻む。

細かく刻むのは「食平等^{じき}」からきていて、切れば切るほど平等に具がいき渡るという考えからきている。修行僧は常に腹が減っているので、「お前の汁の方が具がでかい」と気になる。よけいな気を散らさなくて済むとい

う。

さらに基本的に野菜の皮はむかない。これは修行道場では一切無駄を出さないためで、ゴボウの皮をむいても、皮はキンピラに利用する。

コンニャクに束ねた箸をさして穴をあけ、汁がしみるようにしてちぎったものを乾煎りする。

大根を入れ、ごま油で炒める。

ゴボウとレンコン、続いてシイタケ、里芋、ニンジンを入れ炒める

よく炒めたところで、塩、醤油、酒を入れ炒める。

具に調味料がしみたところで出汁を入れる。

続いてやかんで水を入れる。

8分ほど、灰汁を取りながら煮る。

味見をして調整する（醤油を足した）。

豆腐を細くちぎりながら入れる。

さらにごま油で香りを付ける。

湯がいて刻んだ青味（小松菜）をのせ、器に盛って完成。

約 15 人分で、煎りははじめから 25 分でできあがった。

6. 伝承について

修行道場があり、菜園があり、修行僧の役割に典座（食事番）があるので、これまでどおり伝承できる。

一般向けには「鎌倉建長寺の精進料理」という解説本がある。



（写真 8）コンニャクの乾煎り



（写真 9）ごま油を入れる



（写真 10）野菜を順番に入れていく



（写真 11）目分量で塩を入れる



（写真 12）続いて醤油を入れる



(写真 13) 味を整えてから豆腐をちぎって入れる



(写真 14) 青味(小松菜)をのせる

【詳細調査報告】

中部地方



名称：笹団子（よこ団子ともいう）

よみがな：ささだんご（よこだんご）

伝承地：新潟県蒲原・三島・刈羽・魚沼・古志地域一帯

調査地：新潟県燕市吉田大保燕市保健センター

話者：燕市生活改善推進委員協議会

田村 和子さん、寺島 トモ子さん、浜田 敏子さん、
加藤 ヨウ子さん

燕市健康福祉部健康づくり課・佐藤 朋子さん

伝承者数：116 名（上記協議会）

主な原材料：団子の粉、餡子・笹の葉

主な用途：行事食 五月節供・夏祭り



（写真 1）作り方 1 こねる



（写真 2）作り方 2 餡子を丸める



（写真 3）作り方 3 餡子を皮で包む

1. 背景と特徴

燕市は越後平野の中央部に位置し、市街の大部分は平坦地である。信濃川、大河津分水路、中ノ口川などの河川が流れている地域である。山は弥彦山南端の国上山があるのみである。吉田・燕・分水に大きな市街地があり、市街地の外郭部には水田が大きく広がっている。また、水田と市街地の境界部には県内有数規模の工業団地が所在する。

農業を主とする生活があり、自家で取れたもち米、田んぼのまわりに生えるヨモギ、カヤ、国上山の山すそに生える笹を取ってきて、五月節供や祭りに笹団子を作り、近所や親戚に配った。

ヨモギは薬草、笹には殺菌作用があり、暑い季節に傷みにくい食べ物であった。また、ヨモギが入っているとかたくなりにくい。こし餡もよく練ってあるので日持ちする。

2. 技術伝承の由来など

笹団子を作るようになった由来は不明。農家で、くず米の食べ方のひとつとして、団子にしたという。

昭和 30 年頃までは、家々で五月節供用にたくさん作り、親戚に「じんぎこんぎ」（お世話になったお礼）として配った。

餡子は、昔は塩餡だったと聞いている。明治時代になると、甘い餡子を入れるようになったという。

3. 分布について

餡子入りヨモギ笹団子は、新潟県の土産物の代表として、広く知られているが、細かく見ると、頸城地方や佐渡では作らない。岩船では、笹団子より柏もちが主である。蒲原や魚沼・古志では笹団子だけでなく三角ちまきも食する。

笹団子は、生活の身近にある材料で作り、親戚や近所に配って食し、親交を深めた食べ物である。

4. 原材料について

もち粉・こめ粉 自家で生産したもの。

節供用には、新しい米を粉にしたが、クズ米を粉にしたものも使った。

ヨモギ 春先に新芽を摘んで、乾燥させておく。

近頃は田んぼのまわりに生えるものは、農薬を撒くので使えないので、山へ採りに行く。最近は乾燥させた物を売っているのを購入する。道の駅などで売っているのを見つけると、買っておく。

ヨモギのかわりにゴンボッパ(山ゴボウ・オヤマボクチ)の葉を使うこともあるが、出来上がりは黒っぽい。ゴンボッパは、中越の山間部で使われる。

笹の葉 6月始めに山へ採りに行く。1年分として約4000枚採る。葉を洗って干しておく。最近は冷凍しておく。

カヤ 田んぼの近くに生えているのを刈る。イグサをつかうこともある。

小豆 自家の畑でつくったもの

5. 加工(調理など)について

(1) 材料 笹団子 1個分

笹	3枚	団子皮	30g
餡子	25g	カヤ	1本

材料 60個分

もち粉	700g
うるち粉(上新粉)	300g
砂糖	1カップ
熱湯	4カップ
もち草(乾燥)	40～100g
薄力粉または白玉粉	少々
粒あん	1.8kg
笹の葉	180～200枚
すげ	60～70枚
サラダ油	少々
重曹またはベーキングパウダー	少々
あずき	3カップ
ざらめ	300～450g
餡	1.5kg

(「燕市の郷土料理」神保ヨウ氏)

(2) 必要とする調理器具や道具

こね鉢・セイロ(蒸し器)・かまど・餡子こし袋

(3) できた料理の保存期間



(写真4) 作り方 4 団子を笹で包む



(写真5) 作り方 5 カヤで結ぶ



(写真6) 笹団子



(写真7) 材料



(写真 8) 山間部ではヨモギのかわりにゴンポッパ(オヤマボクチ)が使われることもある



(写真 9) こね鉢でよくこねる



(写真 10) ふきんをかけて、4～5時間置く



(写真 11) 皮を広げて、餡子を包む

節供の2日前から作り始める。蒸して冷ましてから食べる。遠方へ送るものは、竿に下げて水気を十分に飛ばしてから送る。2週間以上は持った。固くなると蒸し直したり、笹をむいて焼いて食べた。

(4) 調理の手順一覧(下準備)

笹の葉 ゆでてザルの上で水気を取る。作る前に熱湯に通してから1枚ずつ水気をふき取る。

ヨモギ 干しておいたものをゆでて、アクを抜き細かく刻む。すり鉢やミキサーで細かくする。

カヤ(スゲ) 干して置いたものを使う。太いと縛りにくいので、針で2つまたは1/3くらいに裂いて使う。

餡子 こし餡を使う。こし餡はいたみにくいので、暑い季節には、必ずこし餡を使う。

小豆を1晩水に浸しておく。1度ゆでこぼし、もう1度煮る。柔らかく煮て、フルイで皮を取り、サラシの袋にいれて絞り、砂糖を加えて練る。

(5) 作り方

木のこね鉢でこねる。材料を入れてよくこねる。こね方が足りないと伸びないし、粉っぽさが残る。

湯の温度、量を見ながら少しずつこねる。ヨモギを入れてさらによくこねる。濡れふきんをかけて4～5時間置く。(1晩寝せるところもある)。

もう一度よくこねる。よくこねると、表面がつやつやするし、笹ばなれが良いという。

皮を1個ずつ広げて、餡子を包んで俵型にする。笹の表を内側にして、3枚で全体を包む。笹の葉の表面にサラダ油を塗る。笹ばなれをよくするためである。最近では、団子の表面にサラダ油を塗る。

笹の上から、カヤで巻いて、団子の中心部で結ぶ。結んだときに団子が横向きになるように、バランスよく結ぶ。この形から「よこ団子」とも呼ぶ。

5個ずつ束ね、10個を1組にして、15～20分蒸す。蒸した団子は、軒先などの風通しの良いところに、竹の棒に吊るして干して水気を切る。

餡子ではなく、きんぴらを入れることもある。餡子ばかりでは飽きるとか、甘いものが嫌いな人がいる家では、きんぴらやアラメを甘辛く煮つけて団子に挟んだ。甘い味噌を入れることもある。

餡子入りヨモギ笹団子のほかに、ヨモギを入れない白い笹団子を作ったとき、白い団子は笹の上下を切っておくとか、目印をつけた。

6. 食習等について

郷土食の用途：行事食、五月節供、祭り

食べ方：家族、親戚、近所

食べる時の習慣：節供には、神様や仏様に供え、子供

の無病息災を祈った。

祭りは集落によって日にちが異なるので、笹団子を配り、またもらうことでお付き合いを深めた。

売り方：商品ではない

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

材料は購入できるようになったので、自分で採って保存しなくなった。笹やヨモギは冷凍保存しているので、作りたいときに作れるようになった。

かまどがなくなり、台所も昔のように広くなくなったので、家庭で作りにくくなった。公民館や保健センターの調理室を利用するようになった。

調理器具も木製のこね鉢からステンレスのボールへ、ミキサーを使用してヨモギを細かくするようになった。

粉をこねるという作業は、機械に頼らない。経験を頼りに丁寧にこねることがおいしさにつながる基本の作業であることが理解されない。

(2) 食べ方の変容

若い人が食べなくなった。

食べたいときに作るのではなく、食べたいときに購入して食べる。



(写真 12) 表を内側にして 3 枚で包む



(写真 13) カヤで巻いて中心で結ぶ

8. 技術伝承について

(1) 技術伝承の問題点

伝承問題

技術伝承者の人数 (年齢と性別)

食生活改善推進委員協議会 116 名 50 ~ 70 歳代

女性で保存会はない

伝承の仕方 (家庭内、地域内)

地域内の公民館や保健センターの調理室を利用してつくる。

(2) 保護の現状

年度によって異なるが、小学校の総合学習の時間や地区活動、小学生の親子対象の講習会などで年に 3 ~ 4 回は行っている。公民館や学校は継続的に取り組んでいる。単発事業で行っている。毎年参加している子供も多い。覚えようと熱心な親もいる。

広報誌や地区回覧で周知している。

地区の郷土食などの冊子で紹介している。

食生活改善推進協議会に対する委託金はあるが、郷土料理や笹団子の普及のためだけの助成はない。

(3) 技術伝承の問題点

具体的に困っていることは、伝承する年代が少なくなっていることで、若い世代への継承が必要と考える。



(写真 14) 10 個 1 組で蒸す



(写真 15) 風通しの良いところで干して水気をきる



名称：かぶら寿し

よみがな：かぶらずし

伝承地：石川県金沢市・富山県南砺市・砺波市・入善町

調査地：富山県南砺市福光

話者：郷土料理勉強家・中川 裕子さん

伝承者数：不明

主な原材料：かぶ、塩サバ、人参、こうじ、酢、
味醂みりん

主な用途：正月料理として各家庭でつくる。
保存食。



(写真1) 道具



(写真2) サバを酢につける



(写真3) かぶを切る

1. 背景と特徴

南砺市福光（旧福光町）は富山県の南西に位置し、富山市から約44km、石川県金沢市から約33km。両県の県庁所在地の、ほぼ真ん中に位置している。明治4年に廃藩置県となるまで、ここ福光は加賀藩主・前田家領であった。それゆえ加賀藩が形成した生活文化が伝承されて残っており、この地域で親しまれて作られてきた正月の郷土料理「かぶら寿し」は、加賀藩から伝わった料理である。

かぶら寿しのシーズンは冬。年末に麹で漬け込み、正月に食卓に並ぶ。冬の間の保存食でもある。

2. 技術伝承の由来など

由来となる加賀藩の中心地・金沢では、かぶら寿しに使用する魚は、ブリである。しかし南砺市福光ではサバを用いる。一般家庭で年越し料理としてつくられるため、各家庭によって「家庭の味」があり、作り方はそれぞれ微妙に異なる。

本調査にご協力いただいた郷土料理勉強家の中川裕子さんは、歴史的なことはわからないが、おばあちゃんから受け継ぐ味を大事にしたいと言う。中川さんには郷土料理の教科書としている書籍があり、それは石崎彦平著『耳だんご - 福光たべもの歳時記』という本である。本の中では、四季折々の行事で供される献立が記されており、正月の重箱料理に入る献立にはかぶら寿しが記されている。これを読んで様々な郷土料理に興味を持ち、どうやって作るのか、どのように食べていたのかを聞き、自分でも作ってみようになった。郷土料理の先生は、自宅で営む床屋に来店する近所のおじいちゃん、おばあちゃんなどである。さらに、中川さんの自宅から徒歩5分以内のところに全国でも6店舗しかない種麴を扱う「石黒種麴店」があり、店主・石黒八郎氏から直接、麴の話やかぶら寿しの作り方を伝授され、影響が大きい。

3. 分布について

分布は、かつて加賀藩の領地であった地域に分布している。石川県金沢市、富山県南砺市・砺波市・入善町などの一般家庭。今でも正月に帰省すると、おばあちゃんが作ったかぶら寿しが食卓に並び、それが当たり前のことであるという金沢出身の若者もいる。しかし一方で、最近では作らなくなった家庭も多くなり、シーズンになるとデパートなどでパッケージ化されたかぶら寿しが販売されている。かぶら寿し専門店ができ通信販売もある。

販売する店舗は石川県金沢市に多く、続いて石川県小松市、富山県氷見市、富山県南砺市などにある。中川さんのレシピは、富山県南砺市にある販売会社「よね田」と同じである。

4. 原材料について

かぶら寿しを漬けるときに使う「麹」は長持ちするため、このような料理は保存食の文化からきている。中川さんによると、夏にサバ寿司を麹で漬けるなど、鮮魚の味を麹で保存する文化がある。味噌も麹であり、毎日麹を食べている。中川さんがかぶら寿しを作るときは、近所の石黒種麹店から購入した麹を使っている。

5. 加工（調理など）について

一般家庭が年越し分として調理する分量は、かぶ 10 個分程度が平均である。中川さんの場合は、かぶ 80 個分は購入し、約 800 切れはつくると言う。つくったかぶら寿しは、親戚や近所にお歳暮として配っている。毎年、中川さんのかぶら寿しを楽しみに待っているご近所さんもあり、ご高齢になられた 1 人暮らしの家はかぶら寿しをつくらないことが多いので、大量につくっているのだと言う。

(1) 調理器具や道具：

包丁、まな板、ピーラー、ボウル、ザル、キッチンペーパーなど一般家庭にある道具で調理できる。中川さんの場合はポリバケツ 18L を使って漬け込むが、そこまで大量に作らない場合は通常家庭で漬物を作るときに使う容器で十分間に合う。

(2) 調理を行う人数：1 人

(3) 調理に必要とする時間：

下ごしらえや漬け込み時間に日数が必要だが、調理時間としては 1 時間以内に終わる。

(4) 料理の保存期間：正月のあいだ

(5) 調理の手順一覧：

【用意するもの】

かぶ（1 個で 12 切れできる。以下の分量はかぶ 1 個 12 切れに対して）塩サバ、人参（3 分の 1 程度、彩



（写真 4）皮は厚めに切る



（写真 5）皮は厚めに切る



（写真 6）かぶは下まで切らない



（写真 7）塩につける



(写真 8) 塩漬けかぶを洗う



(写真 9) キッチンペーパーで拭く



(写真 10) 酢に漬けたサバをキッチンペーパーで拭く



(写真 11) 人参を千切りにする

のために入れる) 麹 500g、酢 90cc、味^{みりん}麴 10cc

【つくり方】

下ごしらえ：塩サバは酢と味麴に 1 時間ほど漬けておく。家庭でつくる場合は、ジップロックなどに入れて冷蔵庫に入れておけば簡単。塩サバがなくて普通のサバを使用する場合は、たっぷりの酢につけたほうがいい。

かぶを切る。かぶの皮は厚めに剥くのがポイント！切ったかぶに塩（分量の 3% 程度）をまぶして、重石を置き、約 2 日間漬け込む。

2 日後、水分を全部切る。キッチンペーパーで水気を拭き取る。サバもキッチンペーパーで水気を取る。

人参は千切りにする。

サバをかぶに挟んでいく。

ポリバケツ（写真で使用したタイプは 18L）にかぶを入れて漬け込む。漬け込む順番としては、まず麹を引く。サバを挟んだかぶを置く。麹を引く。人参をちらす。サバを挟んだかぶを置く。麹を引く。

人参をちらす。サバを挟んだかぶを置く。麹をひく。人参をちらす。

最後に、重石を置く。漬物石。

3～4 日間後に汁を切って食べる。汁の切り方は、同じくらいの桶を重ねて、重石をのせてひっくり返し、水を切る。

6. 食習等について

家庭の食卓に並ぶといっても、かぶら寿しは安価な食材でできる手頃なものではない。南砺市福光ではサバを使用するが、ブリは高級魚であり、昔は庶民が簡単に口にできる魚ではなかった。現在でも販売店で購入すれば、手頃な値段で購入できる素朴な郷土料理とは言えない。かぶら寿しは高級品であり、正月を祝うハレの日の料理といえる。

7. 技術伝承について

中川さんの場合、このように郷土料理を作るうちに、教えてほしいと訪れる人ができたり、仲のいい友人たちで集まって料理会を開いたり、近所の若いお嫁さんに教えたりするようになった。富山県氷見市に呼ばれて、4～5 人の若い人に教えてきたこともある。

2000 年には、郷土料理をケータリングできる組織「Food Meets Design Okatte（おかって）」を 3 人で立ち上げた。情報発信は FaceBook のみ。きっかけは、新潟に郷土料理のケータリンググループ「DAIDOKO（だいどこ）」が結成されたことを知り、富山でも作ろうとなった。中川さんのような若い人たちの伝統食継承の活



(写真 12) かぶにサバを挟んでいく



(写真 13) バケツに麴をひく



(写真 14) かぶを敷く



(写真 15) 麴をのせる



(写真 16) 人参をのせる



(写真 17) どんどのせる

動をうかがうと、つくる家庭が少なくなっているとはいえ、おばあちゃんの味を孫が受け継ぐ傾向が広がっているように感じる。

「世の中におしゃれなものはたくさんある。おしゃれなもののばかりではダメ。今の若い人が家庭でおしゃれな食事なんて作らない。それよりもおばあちゃんの作った煮物が食べたい」と中川さんは話す。

今回紹介してくれたかぶら寿しのレシピはスタンダードであり、友人たちに教えるときは家庭の味として、より細かくしっかりしたレシピを伝えるのだそうである。



(写真 18) 重石をのせる



名称：治部煮

よみがな：じぶに

伝承地：石川県金沢市

調査地：石川県金沢市長町

青木クッキングスクール

話者：校長・青木 悦子さん、理事長・青木 誠治さん

伝承者数：スクール内では3名、市内は不明

（校長、理事長、料理人・谷 敬子さん）

主な原材料：鴨肉、すだれ麩、生麩、生椎茸、

ほうれん草または芹、花麩

主な用途：料亭や割烹で出されるハレの日の料理



（写真 1）材料



（写真 2）調味料



（写真 3）すだれ麩を切る

1. 背景と特徴

石川県の中央に位置する金沢市は、加賀藩主・前田家が百万石を築いた拠点である。金沢の郷土料理の代表格とされるのが「治部煮」。由来は諸説あるが、加賀藩の料理人・舟木伝内が記した書物に治部煮と同じ作り方の料理があり、藩公や士族が食べていたと考えられている。鴨肉を使用して作るため、鴨が獲れる秋から冬が旬である。材料は手に入りやすい一般的な食材で作ることができ、醤油と味醂と砂糖で煮る簡単なものだ。それを盛り付ける漆器にこだわりがあり、金沢漆器という地の薄い蒔絵を施したものを治部椀といって、専用の器で供される。家庭で頻繁に食するものではなく、料亭や割烹で出される特別な日のおもてなし料理である。

2. 技術伝承の由来など

もとは鉄焼きという、鉄板で肉と野菜をたまり醤油でさっと焼いたものが始まりだと言われている。それがご馳走として仕立てられ、お椀にもこだわって現在の治部煮になったのは加賀藩の時代に入ってから。このほか由来の諸説が多く残っており、歴史ミステリーとしても興味深い物語だが、これといった定説はない。

ひとつは豊臣秀吉の兵糧奉行として使えた岡部治部衛門が、朝鮮半島から伝えたという説。岡部治部衛門は豆腐の製造法を朝鮮から伝え、豆腐のことを岡部とも言う。しかし岡部治部衛門と前田家との接点が不明である。もうひとつは、安土桃山時代にキリシタン大名の高山右近とポルトガル宣教師によって伝えられ、石田治部少輔三成（石田三成）がキリシタンをかばって、石田治部少輔三成から治部の名称をとったという説。ジビエが訛って治部煮になったという説もある。肉にわさびをのせて食べる発想が農耕民族の習慣にはないことから、治部煮は西洋料理が起源だったのではないかとする説もある。江戸時代は航海の末漂着する西洋人が多く、ジブトという

西洋人が和洋折衷の料理を作ったなど。そのほか、寛永年間に江戸で出版された『料理物語』に「鴨の皮を鍋にていりだし、たまりにして加減して、じぶじぶといわせ云々」と記されていることから“じぶじぶ”と煮える擬声語からきていると説く説もある。由来についてはクッキングスクールの授業でも紹介されるほか、青木悦子著『金沢・加賀・能登 四季のふるさと料理』（北國新聞社）に詳しい。

3. 分布について

加賀藩の殿様の御膳に出された、器から盛り付けにもこだわった繊細な完成品はそう簡単にできるものではない。そのため分布は、現在でも金沢市内が中心である。このほか白山市には熊肉で作る「熊じぶ」があり、昔はごぼうやすずだけを入れて作ったそうで、こちらも正月料理である。

4. 原材料について

本来の治部煮は真鴨を使うが、いまは真鴨ではなく合鴨を使っているところがほとんどである。家庭で作る場合は鴨肉がなかなか手に入らないので、鶏肉で代用してもいい。すだれ麩、肉、野菜と栄養バランスもよく、見た目の色彩も整っている料理である。

5. 加工（調理など）について

【材料】（2人分）

- A：鶏むね肉 60g（6切れ）、すだれ麩 2切、生麩 2切、生椎茸 2枚、ほうれん草または芹 1株、花麩 2切
B：醤油 大さじ2、味醂 大さじ1、酒 大さじ1、砂糖 小さじ1.5～2、出し汁 250cc
C：小麦粉 大さじ3、わさび 適量

【作り方】

鶏ムネ肉は一口大に薄くそぎ切りにし小麦粉をまぶしておく。すだれ麩は適宜に切り、茹でておく。生しいたけは石づきを取り、飾り包丁を入れる。青菜は茹でてすだれで形を整え、3cmに切る。
鍋にBの調味料を入れて火にかけ、煮立ったら生椎茸、すだれ麩、生麩、花麩を入れて煮る。
鶏肉を に入れて煮、火を通す。
器に を盛り、青菜を添える。
の煮汁に水溶きの小麦粉でとろみを付けて にか
け、わさびを盛る。

6. 食習等について

金沢漆器といって、地が薄く底が浅い専用の「治部



（写真4）肉を小麦粉にまぶす



（写真5）具を入れる



（写真6）煮汁で器をあたためる



（写真7）肉を煮る



(写真 8) 水で溶いた小麦粉を入れる



(写真 9) 器に盛る



(写真 10) 煮汁をかける



(写真 11) 漆器

椀」に盛る。椀には蒔絵がほどこされており、蓋をあけた時、料理と共に目に入ってくる意匠の美しさには驚かされる。能楽、お茶、お華、の精神と料理の心意気は同じであり、料理も意匠で食べる。器は額であり、盛り付けは描くと思って完成する。茶道では「見立て」の心があり、お茶をいただいた後は器をめでて楽しむが、料理も同じである。器もごちそうに仕立ててお出しする。これがおもてなし。加賀料理の楽しみ方である。

7. 郷土食の変容について

治部煮は武士階級の食文化が豪商などにも広がって、そののち一般庶民も食べるようになった。嫁ぎ先から「あなた金沢出身なんだから金沢の郷土料理つくれる？」と聞かれたら、治部煮がつくれなければならない。鴨肉が手に入らない場合はつぐみ（鳥）を使ったり、鶏肉や白身魚を使ったりしてもいい。昔はお茶、お華、お料理のお免状を持っていなければ嫁にはいけなかった。このようにしてずっと伝えられてきた料理である。それが女性の社会進出と共に家庭で料理をしなくなり、治部煮を知らない、つくれない人も多くなっている。

金沢市にある青木クッキングスクールが営むレストラン「四季のテーブル」では、現代に親しまれ受け継がれやすいようにと、治部煮をアレンジしたブリの治部ステーキを提供している。また材料も、基本を覚えたら豆腐、たけのこ、さやえんどう、ゆば、ゆり根、しめじ、舞茸、松茸、せり、落、春菊、三つ葉、金時草、小松菜、かき貝、たら、魚の切り身など、様々な食材で試してみること、作しやすいヒントを紹介している。

8. 技術伝承について

青木クッキングスクールでは1年に1回は基礎コースのカリキュラムに治部煮を組み込んでいる。漆器の扱い方を知らない人が多く、椀を出す時はどちらが正面なのか、配膳のマナーや手入れを簡単に説明する。箸の持ち方、和食の作法なども知らない人が増えている中で、和食の料理教室の重要性を感じると理事長の青木誠治さんは話す。クッキングスクールを始めたばかりの昭和30年代は、どの家庭のお母さんも和食のプロだった。だから教える必要はなかった。クッキングスクールでも洋風にあこがれるニーズに応じて、オムライスやカレーライス、または中華料理を教えていた。しかし今クッキングスクールに来る若い人には、金沢の大切な伝統と文化を伝えたいと考えているというお話が聞けた。



福井県提供

1. 背景と特徴

へしこは若狭湾一帯に普及した魚の糠漬けのことで、秋に大量に漁獲できる鯖、鰯などを漬け込み、冬場の保存食としたのが始まりである。地域や家によって魚種、漬け方、薬味など、かなり調理方法は異なるが魚の漬込みの後に出る塩汁（ヒシオ、醬）を活用し、魚体を熟成させるのが特徴である。一度糠漬けし、さらに本漬けし一、二年と漬ける工夫など、各地さまざまな調理法がある。

2. 技術伝承の由来など

魚の糠漬けの起源は古く、文献上では鎌倉時代まで確認されているという。醬の利用から見ると、広く東アジアに共通する食味である。

へしこにする魚は、若狭では鯖、鰯、イカ、ハタハタ、トラフグ、アジ、太刀魚などある。へしこの呼び名の由来は、ヒシオ（醬）がなまってできた言葉、あるいは美浜地方の漁師の方言に鯖などを樽に漬けることを「へし込む」というが、これが転じてへしこになった、ともいわれている。

へしこは冬場の保存食として定着していったが、次第に郷土料理として有名になり、土産物にもなっている。

3. 原材料（入手）について

美浜町日向は漁師の村で、戦前は150戸ほどで大敷網や小網漁を行っていた。

大敷網も小網も、毎年盆過ぎの9月に敷設し翌年の4月下旬から5月ごろ切り揚げ。小網は個人漁で夏の小型定置網であり、アジなどを狙う。

大敷網では、秋口にはサワラ、スズキ、鯖、アジ、アオリイカ、モンゴウイカ、ケンサキイカと順に来る。晩秋にブリが来て、1月からは大ブリが入ってくる。

大敷網の株を持っている者は、その村分けの配当でへ

名称：へしこ

伝承地：福井県の若狭湾沿岸、京都府丹後半島
および日本海沿岸の各地

調査地：福井県三方郡美浜町日向

話者：金谷 まさえさん、下岸 雪枝さん

伝承者数：現在、福井県内で36社ほど

主な原材料：サバ、アジ、イワシほか

主な用途：かつては冬季用の保存食、現在は
土産品、贈答品など



(写真1) 美浜町日向の漁港



(写真2) 金谷さんのへしこ



(写真3) 金谷さんのへしこ



(写真 4) 金谷さんの作業場と道具



(写真 5) ぬか漬け中のへしこ (金谷宅)



(写真 6) 京都府伊根町のへしこ



(写真 7) 同上、断面

しこに漬ける魚を手に入れていた。

4. 魚種と製造量について

日向の漁家では秋に 100 匹、200 匹とまとめてへしこを作り冬のおかずにしていた。へしこにする魚は色々あり、鰯、鯖、大きいトラフグ、アジ、シイラ、太刀魚、エイなど。シイラは臭みが強いので好みがあったという。色々な魚を 1 桶に混ぜてへしこに漬けると味が良いといわれている。

話者は 4 斗樽で 12 樽漬ける。一樽当り 100 本の鯖を漬けるので、合計 1200 本余り漬けることになる。へしこができたなら各注文者へ運んでいく。

5. 加工 (調理など) について

(1) 鯖の買い付けと下準備

漬け込みは、他の家のように鯖が獲れる 11 月～12 月の寒い頃がよいが、高齢になったマサエさんは、冷凍鯖を市場に注文して 9 月の始めには、すぐ漬け込んでしまう。

購入、準備する材料

冷凍生鯖 1 箱 20kg 入りを 10 箱購入

糠 (ヌカ) 1 袋で 20kg 入りを 17～20 袋購入

唐辛子 4 月自家の畑に種まき、6 月苗、10 月収穫、冷蔵庫で乾燥さす。赤色が消えないのを使う。

酒粕 4 kg / 袋を 12 袋購入、シエと開き用

醤油 17～20 本、4 斗桶 1 ヶに醤油一本

塩 1 桶 15kg、計 120kg

醤油、日本酒、砂糖、酒粕はシエの味付け用

冷凍の生鯖を買い、9 月初め作業開始。鯖はノルウェー産である。一箱 20kg 入りを 10 箱ほど買う。一箱当り 110 匹前後、大小入り混じって入ったもの。

10 箱分の下ごしらえ・塩漬け

朝 3 時に起きて、2～3 箱、300 匹分くらいを水に漬け、浜で背開きにする。これを鯖割りという。このあと鯖に塩をふり、開きのまま 4 斗の桶に 100 本分、円を描くように隙間なく並べて塩漬けにする。

(2) シエ作り

塩水取り、シエづくり

鯖を塩漬けしたら桶からいったん鯖を全て上げカゴに入れる。桶には塩水が残り、カゴの鯖からは塩水が滲み出て来る。これを桶の塩水 (魚汁ともいう) に戻す。魚汁を焚くとシエになる

桶の魚汁を鍋に入れ焚くとチワタが浮いてくる。この魚汁をショウケに布巾を入れて濾すと醤油色のタレになる。これを「シエ」という。さらに砂糖、酒、醤油、

酒粕、味の素などで味付けする。

(3) 糠漬け

酒粕と混糠

糠に唐辛子の輪切りにしたものを混ぜておく。この混糠を4斗桶の底に敷き、塩漬鯖を並べる。そして一匹ごとにピンポン玉くらいの酒粕を一つ漬して置く。最上段の鯖に混糠は多めに振る。シエを柄杓一杯かけると仕込み上がりとなる。

飯ゴザと押し蓋と重石

仕込み終えた4斗桶には、糠の上に飯ゴザを敷き、ナイロン袋で密封し、その上に押蓋を置き重石をかける。重石は始めの4～5日間は小さめの5kgくらいの石、後から押し蓋の重石は20kgほどで、2つに置き換える。

以上、シエ作りから糠漬けまでの作業期間は約1週間であり、この期間で4斗桶で11本仕込む。

(4) 熟成期間・シエの汲み置き

仕込み終えた11本の桶はへしこ小屋に入れ置くが、保管の始めの頃に、重石によって仕込んだ鯖はだんだんに沈み、上澄みにシエが出てくる。へしこ揚げは盆過ぎである。

(5) へしこはおかず

麦の弁当とおかずにはしこの切り身を入れるなどして、毎日のように食した。毎年漬ける量は一軒当たり100本くらい、多い家で200本くらいだった。

6. 技術伝承について

(1) 姑に習う

へしこ作りは姑に習ったが、姑はいつも脂がのっていて、うまい鯖が出回る12月の初め頃作っていた。シエを焚くのが大切な仕事であり、へしこにするのは、鯖だけでなくアジ、鰯など色々な魚も対象だった。魚が異なってもシエを焚き、糠漬けにしていく方法は皆同じである、と手伝いながら習っていった。現在はそういう機会が漁村においてもほとんどなくなってきたという。

(2) 現状

現在、へしこづくりの大半は専門の加工所が行っている。福井県内には二次加工業を含め36社以上ある。最も多いのが三方郡美浜町で日向を中心に10社ある。続いて丹生郡越前町と福井市内にそれぞれ5社ずつある。



(写真8) サバの塩漬け作業(福井県小浜市提供)



(写真9) サバの糠漬け作業(福井県小浜市提供)



(写真10) 樽に漬け込んだ状態(福井県小浜市提供)



(写真11) 完成したへしこ(福井県小浜市提供)



名称：月の雫

よみがな：つきのしずく

伝承地：山梨県甲府市～甲州市勝沼町周辺

調査地：甲州市勝沼町勝沼 岩間ベーカリー

話者：岩間 正興さん

伝承者数：製造所は 5 ～ 6 軒

主な原材料：砂糖、ブドウ（銘柄：甲州）

主な用途：菓子、贈答用



（写真 1）砂糖は上白糖



（写真 2）原料の甲州ブドウ



（写真 3）原材料と道具、右の黄色いケースの中が「もと」

1. 背景と特徴

『甲斐路のあない』（昭和 11 年・村松志孝）では「文化 2 年（1805）の秋、甲府八日町の満寿太の主人、武藤太郎右衛門という人が、一日砂糖を練って居た際、どうしたはずみか葡萄の粒が其中に落ちた。取上げてみると、一種の菓子となった。」とある。

かつて甲府周辺では、神棚にカシの小枝とカリンの実を 2 本の吊束にしばり、さらにブドウ（甲州）を下げる習慣があった。その神棚の下で砂糖を練っていた、つまり、すり蜜（餡などを砂糖で包む菓子）の作業をしていたときに、一粒のブドウが砂糖の中に落ち、偶然に生まれた菓子ではないかと話者はいう。

さらに、慶応 2 年（1866）霞江庵翠風の『甲州道中記』には樽に漬け込まれたブドウの図があり、「月の雫」と申候とあるが、砂糖漬けのようであり、現在の「月の雫」とは異なる。

生のブドウを直接すり蜜に加工し、冬季ではあるが常温で 10 日前後日持ちする菓子は、冷蔵庫が普及する以前の暮らしでは貴重であり、さらに、「月の雫」を初めて口にすると、ブドウのみずみずしい食感に驚くという菓子である。

2. 分布について

甲府から勝沼の周辺で広まっていた技術のようであり、戦前は勝沼にも 20 軒ほどの製造所があったというが、現在は 2 軒で、甲府には 3 ～ 4 軒ある。勝沼はブドウ栽培の中心地である。

3. 原材料について

「月の雫」に使用するブドウは、「甲州」種という銘柄で、甲州で初めて生産された古い銘柄のブドウである。このブドウの特徴は、生食用で酸味があり、種があって日持ちすることである。収穫は 9 月中旬以降、10 月中旬頃に完熟する。ブドウの中では収穫期が遅い方である。

ブドウは秋の雨などでカビてしまうと使えなくなるので、現在は9月10～15日頃、熟す手前で収穫し、専用の冷蔵庫にて5～6度で保管する。そうすると2月近くまで保管でき、製品を売り終わるのが2月末頃になる。例年1tほどのブドウを手配している。

4. 加工（調理など）について

(1) 砂糖の準備

砂糖は2段階で準備する。

砂糖の「もと」をつくる

上白の砂糖 1kg に対して水 360cc の割合で溶かし、火にかける。粘性がでたら火からおろす。（115度）

これを40度まで放置してから練ると白い砂糖になり「もと」ができる。まとめて作り、半年ほど使用する。

「もと」を溶かす

「もと」を小鍋に取り分け110度を保つように熱すると準備が完了する。

(2) ブドウの準備

冷蔵庫から出したブドウは露がつくので常温で一晩放置する。そして実の茎を指でつかめるように7～8ミリ残して切る。

(3) 砂糖にブドウを浸ける

右手に小ペラを持ち、左手でブドウをつかんで、110度の砂糖に漬けてすぐに取り出す。雫はヘラで落とす。ブドウが冷たいため、砂糖の表面に細かいひびが入りすぐに固まるので、準備しておいた板に並べていく。8時間で2000～3000粒製作する。

製品は翌日まで放置してから、とびだしている茎をはさみで切り取り完成する。

5. 食習等について

「月の雫」は山梨県のブドウの産地では、誰もが知っている贈答品で、日常食べるものではない。

菓子なので間食用であるが、近年は茶席の菓子として注文が来るという。

6. 技術伝承について

毎年、甲州市が主催して、市の生活研究グループが作り方の講習をしている。11月に行っていて、毎年20～30名が参加する。家庭にあるブドウで作り、友人に贈って喜ばれている。きれいにはできないが、翌年も参加して質問し、上達していく。

簡単な技術のようであるが、溶けた砂糖の温度管理などが難しい。温度が少しでも低いと固まらなかったり、ざらざらになったりする。温度を管理できる道具がないと難しい面もあるが、参加者の中で、伝承者が生まれればと毎年、講習を続けているという。



（写真4）小鍋にブドウを浸ける



（写真5）すぐに取り出す



（写真6）雫を切る



（写真7）翌日まで放置し、茎を切って完成

焼き餅（おやき）



囲炉裏の鉄板で焼く

名称：焼き餅（おやき）

よみがな：やきもち（おやき）

伝承地：長野県全域（諏訪地方を除く）

他県は不明であるが山間部にみられる

調査地：長野県上水内郡小川村（おやき村）

話者：株式会社小川の庄 代表取締役・権田 公隆さん

焼き方担当・中澤 嘉道さん

伝承者数：全県下は不明

主な原材料：小麦、野沢菜、キノコ、卵の花、
かぼちゃほか

主な用途：日常食（主食、昼食、おやつ）



（写真 1）株式会社小川の庄の「おやき村」

1. 背景と特徴

(1) 小川村の中澤氏によると、昔は、「焼き餅」と言っていた。昭和 40 年～ 50 年頃には「おやき」になっていた。

(2) 山間部の自然環境と生活の知恵

雑穀中心の作物作り

田ばは少なく、急斜面の畑では、大麦と小麦を交互に作っていた。その間には、大豆や小豆を植えて、輪作をしていた。大麦は砕いてヒキワリにし、ご飯に混ぜて食べた。朝、昼は、お米が 1～2 割りであとはヒキワリだった。山間地では米の消費を抑え、雑穀を主食としていた。日常生活の中で、蕎麦や小麦を加工した食事でも多かった。夜は米ではなく粉物を食べた。うどん、オブッコ（平べったく切ったうどんを野菜などと一緒に味噌味で煮込む）蕎麦、そばがき、すいとんなど様々だった。おかずは、醤油豆、もろみ、漬け物、身近かな野菜が中心のみそ汁などが主であった。

四季を通して主食は焼き餅

焼き餅は、中間食としてではなく主食として食べた。夕食は焼き餅中心で、焼き餅だけを何個も食べてすますこともあった。昭和 50 年代まで、そういう状態だった。

西山地方では、焼き餅作りとそば打ちができないと嫁に行けないと言われたほどである。学校給食が始まる頃までは、農家の子供たちは新聞紙に包まれた焼き餅を昼食としていた。周りと比べて、焼き餅の昼食は恥ずかしかったという。また、農繁期などには、親がいなくても、イロリの灰の中で、温かくなっている焼き餅は、子供達のおやつになり腹を満たしてくれた。

2. 技術伝承の口伝

(1) 技術伝承の口伝

上水内郡小川村の縄文遺跡には、雑穀の粉を練って焼いた後が残っており、焼き餅に通じる食べ方があったと言われている。（日本の郷土料理観光事典より）



（写真 2）おやき村内部

3. 分布について

(1) 長野県での分布と名称の違い

発祥地と分布

発祥地は、急峻な地形や、寒冷な気候ゆえに米の栽培には適さない北信地方、特に上水内郡西山地方、安曇野地方と言われる。

長野地域（善光寺平、七二会、芋井、中条村、信州新町、戸隠村、鬼無理村）などである。だが、観光的な要素も手伝って長野全域にひろがった。諏訪地方にだけは、焼き餅文化はない。

様々な名称と形

北進地域 栄村…あんぼ 上田…ふかしまんじゅう

左久地域 南佐久…柏っ葉焼餅

南佐久郡川上村…はりこしまんじゅう

伊那地方…えびすこおやき

飯田 薄焼き煎餅のような形

(2) 日本全国の分布地

昔から、気候や水利の関係で稲作の難しかった地域は全国に多く、そういう地方で作られている。

4. 原材料について

(1) 皮の原料

おやき村では、生産地が違う小麦を交ぜて使っている。それによって、焼いた時の食感をよくしているという。材料の中力粉、1kgで20個作れる。

しかし、日常食で、食べられていた焼き餅は、その地域で多く取れる蕎麦粉や小麦粉で皮を作った。豪雪地帯の下水内郡栄村などのように、小麦の栽培に適さない地域では、米粉が使われるところもあった。

そば粉を原料にする…南佐久郡川上村、

米粉を原料にする…栄村、伊那地方、飯田地方

(2) 具になる原料と味付け

身近な野菜、おかずの残り

具にする物は、身近な野菜や山菜、地元の旬の食材であった。野沢菜、茄子、おかから、かぼちゃ、切干大根、きのこ、野菜ミックス、きんぴらなど、地域や季節によって異なる。具を何にするかは、主婦の腕の見せ所だった。

各家庭では、前日に残ったおかずを具にすることも多かった。冷たいおかずの残りを食べるより、焼き餅にすると食が進んだ。出汁、味噌や醤油で味付けした。

乳酸発酵した野沢菜に熱を加えていれる。

半年以上たって、乳酸発酵が進んだ野沢菜を油で炒めて、出汁、味噌、又は、醤油で味付けし、酸味をうまみに変えて焼き餅にいれた。

小豆や胡桃、りんごなどいれて、おやつとして食べる作り方も増えたが、昔は、小豆は、換金作物だったので、餡としていれる事など滅多になかった。



(写真3) 小麦粉を捏ねる



(写真4) 30g 程に分ける



(写真5) 丸く延ばす



(写真6) 野沢菜漬けに工場味付け



(写真 7) 餡を入れる



(写真 8) 丸めながら餡を押し込む



(写真 9) さらに餡がみえなくなるまで丸める



(写真 10) 卵の花の餡

5. 加工（調理など）について

(1) 生地をつくる

小麦粉など原料となる粉に水かぬるま湯を入れて捏ねる。耳たぶ位にこねたら、粘り気がでるまでおく。

小麦粉とそば粉に水を練り合わせて作った生地もある。

(2) 餡をつくる

四季折々の野菜をつかって、煮たり、油で炒めたり、蒸したりして、味噌や、砂糖、醤油、塩などで味をつける。時には、荳胡麻をすって、風味付けに入れたりする。

(3) 生地で餡を包む

包むのは、その家の女性の役目だった。生地が薄い程上出来とされた。小麦粉と餡が同量のものから、1対4のものまである。大きさも様々で、粉1升を7等分した物は、子供の頭位の物までできるが、普通は、卵大の大きさに、こねた小麦粉をちぎり、薄く広げ、包めるだけの餡を乗せて、徐々に包み込んでいく。

(4) 加熱の方法

焼く、蒸かす、焼いて蒸かす、蒸かして焼くなど地域によって異なる。

灰焼き法

「焼き餅」の発祥地ともいわれる長野県北部の西山地方（小川村含む）では「灰焼き焼き餅」といわれる「焼き餅」を作っていた。「灰焼き焼き餅」とは囲炉裏の灰の中で蒸し焼きにする「焼き餅」である。昔はどの家庭にも囲炉裏があり、囲炉裏の上の鉄板や焙烙で軽く「焼き餅」を焼いて焦げ目をつけた後、灰の中に入れて蒸し焼きにした。十分焼けたら灰の中から出して、周りについた灰を落として食べる。焼かずに灰に入れる方法もあった。

灰を作るには、山にいった、落ち葉を拾い集め、燃やして灰にした。落ち葉は、木の葉小屋に一年分まとめてためておいた。焼くのは男の役目だった。

蒸し焼き法

蒸し器で蒸かしたり、焼き色をつけてから蒸かしたり、蒸かしてから焼き色をつける事もある。焼く場合は水分を減らして皮がパリパリの食感になるが、蒸かす場合は水分を含んで皮がモチモチとした食感になる。

一度にたくさんできるので効率的である。

ふかすときは、笹の葉、シソの葉、柏の葉、みょうが、野沢菜などに包んで、香り付けをするものもある。

地域により加熱法がちがう

善光寺平.....蒸かす 焼き蒸かし

安曇野地方.....灰焼き法

上田.....蒸かす

6. 食習等について

(1) 家族や村の生活の安泰を祈る役割

焼き餅は、粉を練って丸く作るが、「まる」がまるめるといって、おめでたい意味にもつなげ、家族や村全体の無事を祈り、神への感謝の御馳走であった。

(2) 先祖の霊を迎える役割

焼き餅はお盆に先祖の霊を迎えるための重要な役割を果たしてきた。毎年8月1日には墓掃除をして「焼き餅」を作り、8月14日の朝には仏前に「焼き餅」を供える。1日に「焼き餅」を作るのはあの世とこの世を隔てる石の扉が「焼き餅」を作ってぶつける事によって開くと考えられているからである。1日に石の扉を開ける事でご先祖様が14日までに長い道のりをやってくるという。14日の朝にはこの世にやってきたご先祖様に「焼き餅」を捧げて供養をする。また、春と秋の彼岸にも仏前に「焼き餅」を供える事になっており、信州では「焼き餅」は仏事に深い関わりを持っていた。

7. 郷土食の変容について

(1) 一般の家では、あまり作らなくなる。

食料事情も良くなり、普段、家では、作らなくなっていった。1986年(昭和61年)ころまでは、四季を通じて食べる機会も多かった。

(2) 原発事故以来、灰焼きおやきは禁止

2011年に起こった原発事故は、森林を汚染し、葉や、雑木を燃やした灰で、灰焼きしたおやきは、食べれなくなった。保険所の指導もあり、特に、観光で、灰焼きおやきを提供する事はできなくなった。

(3) 観光地、大型店舗、インターネット販売が増え、冷凍品や蒸しおやきが増えている。全国の生協にも卸している。

8. 技術伝承について

(1) おやき村の経営開始

1986年(昭和61年)に権田公隆さんの父が起業した。この地方の郷土食で、雇用を作り出す事が目的だった。二代目の権田公隆さんは、10年前から継いでいる。現在、従業員83名である。

直売40%、卸60%、卸では、力仕事は、工場で機械化する一方で、包むのは手作業である。おやき村のような伝統的な技術も残し、高齢者の雇用にも貢献している。餡に使う季節の野菜は、地元の契約農家40軒程から仕入れている。小麦は企業秘密、地元の製品ではない。

観光客数は年間、5～6万人きている。小川村は、合併せずに独立し、おやきの里で売り出している。観光客は東京、福井、富山、九州、北海道、東北と広範囲である。



(写真11) 灰焼き法 -1



(写真12) 灰焼き法 -2



(写真13) 灰焼きで作ったおやき



(写真14) おやき村のおみやげコーナー



(美濃加茂市役所提供)

名称：蜂屋柿（干し柿）

堂上蜂屋柿

よみがな：どうじょうはちやがき

伝承地：美濃加茂市

調査地：美濃加茂市蜂屋町ほか

話者：美濃加茂市堂上蜂屋柿振興会

会長・三輪 宣彦さん

美濃加茂市産業振興部農林課

係長・坂崎 弘章さん

伝承者数：会員 65 名

主な原材料：堂上蜂屋柿

主な用途：贈答品、甘味として



(写真 1) 蜂屋町内にある保存木



(写真 2) 柿畑はいずれも小さく点在している



(写真 3) 摘果の様子

(美濃加茂市役所提供)

1. 特徴

蜂屋の蜂屋柿は、古くから知られてきた干し柿である。その栽培と加工、製品の選別方法を集約し、品質を高めたものが「堂上蜂屋柿」である。蜂屋とは美濃加茂市蜂屋町の地名で、「堂上蜂屋柿」は栽培果樹の品種名であり、干し柿の商品名でもある。栽培果樹の更新から干し柿の加工技術まで、現在は厳密に技術を伝承している食用の干し柿である。

2. 時代背景について

蜂屋柿は平安時代中期の『明衡往来』に美濃国司からの献上の記録があり、織田信長が宣教師ルイス・フロイスに箱入りの干し柿を渡した記録など、古くから甘い干し柿として知られ、江戸時代を通して献上品であった。

明治 35 年には地元・蜂屋に販売組合ができたものの、養蚕がさかんになると衰退し、昭和初年頃には生産農家が 1 軒になった。その生産農家の村瀬俊雄氏が、昭和 5 年頃から戦後にかけて、栽培・加工法を再興し、今日の振興活動に至っている。

3. 果樹栽培の概要

村瀬俊雄氏の蜂屋柿再興により、昭和 53 年に蜂屋地区のみ 20 人で蜂屋柿振興協会を結成した。そして平成元年、現在の美濃加茂市堂上蜂屋柿振興会に移行した。

堂上蜂屋柿の栽培は、会員 65 名に限られ、栽培者が干し柿に加工し、委託先の JA 選果場で階級に選別され出荷される仕組みである。

柿は 8 年で結実し、20 年で安定期に入り、40 ～ 50 年の寿命であるが、その更新には、定められた保存木から採取した穂木で接木苗を作る。これは会員にしか許されていない。さらに、加工に 40 日前後の手が掛かるため、夫婦 2 名で作業した場合、栽培面積は 2 反が限度で、出

荷は 2000 個から 3000 個ほどであるという。

会員は専業農家が 1 ～ 2 軒で、大半が水田を所有する兼業サラリーマンの退職者であり、平均年齢は 70 歳代前半である。

4. 原材料について

前述したように、果樹は接ぎ木で増やしていく。接ぎ木はヤマガキという品種で、愛知県稲沢市の種苗店に穂木を持ちこむと、2 ～ 3 年で苗木になって帰ってくる。

果樹の管理は通年に渡る作業があるが、特徴として実のなる穂先 30cm を設定し、つぼみ、花、実を管理し、1 枝 1 実で 250 g 以上の実をならせる技術である。収穫は 11 月で、手袋の甲に貼られている色見本と見比べながら摘果時期を確認する。摘果は穂先ごとに行い、柿の実のヘタの上に T 字の枝（撞木という）を残すのが決まりである。

5. 加工と販売について

(1) 干し柿の加工

追熟：2 ～ 10 日

皮むき：手むき（機械では四角くむけないため）

硫黄燻蒸：硫黄 10g を 15 分焚く

干す

陰干し 3 日くらい

天日干し 17 ～ 22 日

手もみ、陰干し、天日干し 5 ～ 10 日

ホウキかけ、陰干し、天日干し 5 ～ 10 日

ヘタ、撞木の調整

合計 30 ～ 45 日かかる。技術を習得し、一人前になるには 10 年かかる。毎年、販売開始は 12 月 20 日ごろである。

(2) 販売

選別と出荷準備は JA の選果場で行われる。

持ち込まれた干し柿は、6 階級に分けられる。見た目の出来具合で上位 3 クラスとそれ以外に分けられる。上位 3 クラスは優れた製品で、大きさで 3 つに分けられる。それ以外は傷や色、固さや粉の吹き具合で分けられ、最下位は出荷規格外となる。

価格は最上位で 1 個 1,500 円、続いて 1,250 円、1,000 円、800 円、500 円、規格外は 200 円である。いずれも高価であり、市役所や JA が PR し、販売する。

近年はふるさと納税で、5 万円以上の納税者に特別製で桐箱に入った 3 個で 8,000 円の柿を送っている。

美濃加茂市堂上蜂屋柿振興会の出荷数は年間 4 万個前後である。



（写真 4）作業用手袋に色見本が付いている



（写真 5）手作業による皮むき（美濃加茂市役所提供）



（写真 6）天日干し（美濃加茂市役所提供）



（写真 7）手もみの持ち方



(写真 8) ホウキがけの様子 (美濃加茂市役所提供)



(写真 9) ホウキがけ、ミゴボウキで行う



(写真 10) 選果場の壁の出荷品質基準表

6. 技術伝承について

振興会の会員が高齢化していることである。製品単価は高いが、栽培と加工が同じ家族であるため、生産量が労力で決められ、増収が見込めないことにある。

また、地元では高価なものであることが知られているが、知名度が低く、注文が取りづらいことにある。蜂屋においても、かつてから日常の食べ物、子どもや高齢者が気軽に口にすることのないものであった。

現在は HP による PR や、博覧会への出品などで価値の周知に力を入れている。

また、外国人が柿畑を見学した際に、伐った枝を持ち帰ろうとしたため、伐枝の焼却を徹底し、盗枝のないように注意している。

歴史資料は、美濃加茂市民ミュージアム企画展「蜂屋柿 その歴史と人々展」図録が詳しい。



(写真 11) 6 個箱入り



(写真 12) 左が 5 番目の階級、右が 2 番目の階級



(写真 13) 高価な品は桐箱に入れる



森内茶農園

名称：手揉製茶技術

よみがな：てもみせいちゃぎじゅつ

伝承地：静岡県内、広域

調査地：静岡県静岡市内

話者：森内茶農園・森内 吉男さん

静岡県茶手揉保存会・高橋 哲也さん

静岡県教育委員会

静岡市観光交流文化局文化財課

静岡市経済局農林水産部農業政策課

伝承者数：約 600 名

主な原材料：茶葉

主な用途：飲料

1. 背景と特徴

静岡の「お茶の祖」といわれる聖一国師は、仁治 2 年（1241）に宋から帰国する際、お茶の種子を持ち帰り、安倍川支流の足久保に播いたといわれて、それが現在の本山産地になっているという。

静岡のお茶の技術の変容は幕末からである。伊久美村（現在・島田市）の坂本藤吉は享保 8 年（1723）に宇治から数人の茶師を招き伝承会を開催した。以来 3 年連続して伝承会を開き、その結果、宇治製法（蒸製煎茶法）習得者が多数生まれ、安政年間の（国内）輸出開始の頃には良品の生産が可能になった。

明治 22 年（1889）横浜港から清水港に海外への輸出港が変わると、そこから殖産興業、輸出振興が始まる。外国商社が並び、茶の主要輸出港となった。

そのような時代の中で、宇治技術導入により、県内それぞれの地域で、葉の特性を生かした製造方法が発達した。その結果、優れた技術の人が集まり、流儀ができ流派を名乗るようになった。清水の開港により、茶商が集まり高値で取引され、より高い品質を目指すようになったのである。

明治の静岡茶は、県内にさまざまな茶葉産地あり、茶商の合組（ブレンド）に有利であった。生産から流通までが揃い、急速に発達した。

量産のための機械製法が入っても、昭和戦前期まで仕上げ工程は手揉みだった。ところが、高度成長期になると仕上げも機械になり、手揉みの工程がなくなった。

その事態を憂えて昭和 34 年、静岡県製茶技術手揉み技術保存協会が結成された。さらに昭和 42 年、手揉み技術として 6 流派から 16 名を静岡県無形文化財「手揉製茶技術」保持者に認定した。続いて昭和 47 年社団法人静岡県茶手揉保存会と改めた。

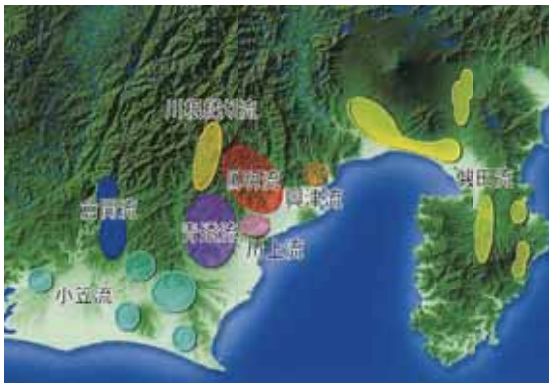
そして平成 25 年、公益社団法人静岡県茶手揉保存会「茶匠会」となった。



（写真 1）急斜面の茶畑（森内茶農園）



（写真 2）茶摘みと新芽（森内茶農園提供）

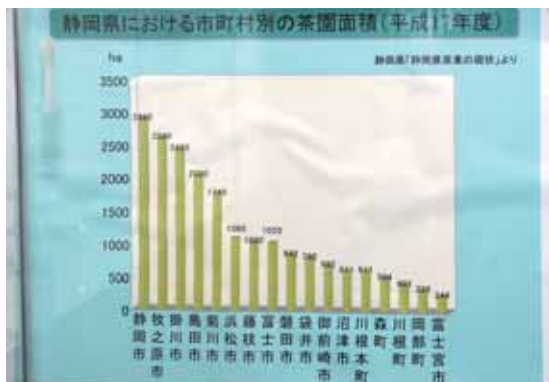


8 流派の位置図 (「八流派の手揉み茶技法」より)

支 部 名	会 員 数	支 部 名	会 員 数
曉東・伊豆支部	29 名	田 原 支部	38 名
沼 津 支部	39 名	金 島 支部	27 名
富士園支部	24 名	飯 之 郷 支部	29 名
富士支部	34 名	菊 川 支部	46 名
須 永 支部	25 名	小 笠 湖 支部	23 名
神 岡 支部	32 名	新 川 支部	40 名
岡 部 支部	38 名	御 井 支部	24 名
藤 枝 支部	40 名	海 智 支部	21 名
島 田 支部	24 名	浜 物 支部	17 名

会 員 総 数 615 名

茶匠会支部別会員一覽表（平成27年）



(写真3)市町村別の茶園面積(平成17年度)



2. 分布について

流派は現在 8 流派である

小笠流（おがさ） 小笠・袋井・掛川・浜松・浜北

倉開流（そうかい） 周知・森・春野

青透流（せいとう） 岡部・藤枝・島田・川根・金谷

川上流（かわかみ） 静岡・島田・岡部

興津流（おきつ） 清水

鳳明流（ほうめい） 静岡・岡部

川根揉切流（かわねもみきり） 川根

幾田流（いくた） 富士・沼津・駿東・伊豆

技術の違いは地形による茶葉の違いも要因となっている。例えば、銘柄が優良なところでは、少量加工しても高値で売れ、採算が合う。一方、海岸部など、茶葉の品質が落ちるところでは、手早く大量に仕上げるやり方、手使いが発達した。

また、小笠流の南岸地域は、最も日照が長く、葉が厚くなり揉み圧をかけた揉み方になった。

志太榛原地区はちょうど中間で標準的な揉み方であり、明治以降、青透流として拡大し、どんな葉にも対応できる洗練された揉み方で効率もいい技法といわれた。大正4年に検討を重ね、「緑茶製造法」を発行した。

3. 原材料について

静岡県下には、8つの茶産地があり、8流派と重なる部分もある。どこの産地でも、静岡県で発見された品種である「やぶきた」が多く90%を占めている。これは全国的にみても同じで、「やぶきた」は煎茶とするには、最も品質が良い茶葉だからである。

中でも川根、本山、天竜などは3銘茶産地と呼ばれて
 いていた。山間地域で日照時間が短い川根は、森林によ
 る空気湿度が高いので、同じ日照時間のところと比較し
 ても日光の光線は柔らかくなる。

静岡の山間の急峻な地形で育った茶は、葉が柔らかく薄くなり、光合成するために大きく緑豊かな芽になる。茶の品質は苦味、渋みが少なく旨味が強くなる。上質な茶になるのである。

さらに、急峻なところは、作業性は悪いが山風が凍霜害を防ぐため、小さな面積でも手をかければ良質な葉が生産できた。昔は防霜施設がなかったので、平地では「十年一作」といってまともに生産できるのは10年に1回といわれていた。

4. 加工（調理など）について

「手揉み製茶」の技術は「蒸し」から始まり「荒茶の乾燥」までである。新手揉み製茶法によると次のとおりである。

蒸し
葉振り
回転揉み
玉解き
中上げ
助炭整備（清掃）
揉切り
転繰揉み
こくり
乾燥

これは、平成 16 年に作成した DVD、「新手揉み製茶法」（30 分）で具体的に説明している。

5. 保存会について

静岡県の手揉製茶技術の中心組織である。会員約 605 名で市町村が 18 あるので 18 支部に分かれている。会員数は、多いところは 70 ～ 80 人で、少ないところは 20 人弱である。茶商を兼ねている者もいるが、栽培を行っている茶農家が圧倒的に多い。

保存会の設立は、技術の伝承と後継者育成を会の目的とし、各地区でのイベント参加、学校での体験などを行っている。現在は、無形民俗文化財「手揉製茶技術」となっており、保護団体を公益社団法人静岡県茶手揉保存会「茶匠会」としている。「茶匠会」では資格を設けており、次のとおりである。

茶匠	18 名	平均年齢 80 代
名人、準名人	全国品評会一等一席をとるとその年の名人になる	
師範	120 名	試験の採点も行う
教師	180 名	
教師補	129 名	
その他、普通の会員	約 150 名	

毎年 9 月に「資格認定試験」がある。受験するには、支部の推薦が必要だが、会員でなくてもよい。会員の場合は、入会 3 年後から受験できる。毎年教師と教師補は 20 名内外、師範は 5 名ほどが受験している。

6. 技術伝承について

県内の流派、支部において地域差はあるが、全体に後継者不足である。20 年前まで後継者が多かったが、近年少なくなった。保存会全体では若い人もいるが、問題としては、それぞれの経営面積が拡大していることである。時間的余裕がなくなり、練習出来ないことである。

道具については、現在は代用品があり、各地区ごとに大工職人もいるので、ホイロの製作などは、それぞれに行っている。



（写真 5）ホイロの内側、森内茶農園にて



（写真 6）蒸し工程の説明、森内茶農園にて



（写真 7）ホイロ 静岡県農林技術茶業研究センター資料室



（写真 8）牧の原の広大な茶園



名称：おこしもの、おこしもん

伝承地：尾張と三河の境の周辺

調査地：愛知県瀬戸市

話者：瀬戸市田中町 山田 勝さん

瀬戸市上之山町 鈴木 眞人さん

瀬戸市交流活力部文化課・佐野 元さん

(瀬戸市山口公民館で講習会調査)

生伝承者数：多数

主な原材料：うるち米の米粉、食紅など

主な用途：雛祭りの供物、おやつ



(写真 1) 雛壇と餅花のスケッチ 「思い出の点描」より



(写真 2) 熱湯をさし、ヘラでこねてから、手でこねる



(写真 3) 木型に押しこむ

1. 背景と特徴

おこしものは米粉を練って、木型で型抜したもので、雛祭りの供物である。雛祭りは月遅れの4月3日で、子どものいる家庭では、1週間ほど前から準備が始まった。

現在は、子どもが少なく、雛壇を飾らない家が増え、おこしものも作らなくなった。

かつては子ども1人が5個ほど食べたので、雛壇を見る子どもたちの分を含めて50個以上作っていた。

新居の夫婦が、兄弟や親戚を集めておこしものを作ったり、臼を新調して餅を搗いたりすると、「本家（ほんや）になった」「一人前になった」といわれたという。

2. 雛祭りに作るもの

昭和30年代頃まで、雛祭りには3段ほどの雛壇を準備し、2体の雛人形を飾った。雛壇には赤白青の菱餅とツボ(タニシ)とワケギの味噌和えの鉢、そして皿に盛ったおこしものが飾られた。その前には、餅花という飾りが置かれた。

瀬戸市田中町の周辺では、古くは男子が生まれても親族が雛人形を贈ったという。男子だけの家庭でも雛人形を所有している家がある。

3. 雛祭りの花餅について

尾張旭市の方が描いた雛壇と餅花のスケッチがある。左側が餅花で、右奥に雛壇がみえる。

石臼に座敷いっぱい広がるほどの竹を立て、菓子やいろいろな色の餅で飾っていた。餅花の餅は、「おへげ」という餅を薄く切り、焼いたり揚げたせんべいで、穴を開けて糸を通して吊った。ヒナアラレなども吊っていた。子供たちは、餅花と雛飾りを見ながら家を巡る。おこしものは家族で食べ、飾ってある菓子を渡す。

4. 分布について

当事業で行った基礎調査票を見ると、おこしものは、

尾張・三河境に南北に分布している。

聞取りでは南は知多半島に至り、美浜町周辺まで分布していたと思われる。

5. 木型について

おこしものの木型は、作る家ごとに所有していた。祭りなどの出店、社寺の門前町、荒物屋、仏具屋などで購入できた。愛知県名古屋市千種区かくおうざんにったいしの覚王山日泰寺の縁日、岐阜県海津市のおちょぼ稲荷（千代保稲荷神社）の門前にも売っていた。瀬戸市内の荒物屋や仏具店、小間物屋では今日でも購入できるという。和菓子などでも使うため、いろいろなところでみかける。製作地は不明であるが、同じ人が彫ったと思われるものもある。

彫りてみると、切り込みが垂直なものと斜めにテーパー状のものがあるが、斜めの方がおこししやすい。また、細かい柄、特にお雛様の柄などは、米粉が型から外れずに難しい。

型の柄には時代の流行が見られる。古くは縁起物が多く、高度成長期には車や飛行機、近年はドラエモンなどのアニメのキャラクターが人気である。

6. 原材料について

おこしものは、うるち米の米粉で作る。かつては精米してから石臼で細かく挽いていたが、現在は米屋や農協で粉にしている。子どもがいたころは、一軒で2升ほどの米を挽いていた。おこしものを作る家庭は農家で、自分で作った米を使っていた。

おこしものは、赤と青と黄などの色をつけるが、材料は食紅などを用いる。古くはクチナシの実から黄色を、ヨモギから青い染料を作っていた。

現在、公民館で行われているおこしもの講習会では、JA が地元産のうるち米を製粉して提供している。

7. 加工（調理など）について

(1) 作り方は2種類

おこしものの作り方は2種類ある。「絵つけ」と「ねりこみ」というやり方で、「絵つけ」は型からおこした米粉に直接筆で色を付けるやり方である。

「ねりこみ」は粉を練る段階で食紅を混ぜ、着色した米粉を少量準備しておく。それをあらかじめ型に押し込んでおき、白い米粉をかぶせる。型からおこすと、部分的に色が付いているというやり方である。「ねりこみ」は大きく色分けすることもあるが、タイの目玉、ひれなど部分的に行う。

両者のちがいは家によるようであるが、名古屋市の東部周辺地域ではよく見かけるといふ。現在は「絵つけ」が多い。「ねりこみ」の方が見た目はきれいだが、白い



おこしものの分布領域



(写真4)「絵付け」の作業



(写真5) 米粉が半透明になってくるまで蒸す



(写真6) 急いで冷ます

写真2～6は山口公民館の講習会の様子 瀬戸市交流活力部文化課提供



(写真 7) さまざまな木型



(写真 8) お雛様の木型、おこすのが最もむずかしい



(写真 9) エビ



(写真 10) 木型は貸すことが多いので、裏には名前などが書かれている

米粉と着色した米粉がはがれることが多く、丁寧に作らなければならないので、手間がかかるという。

(2) おこしものの作り方

粉を練り鉢に入れて、熱湯を注ぎ、棒やヘラで混ぜる。熱湯の分量は目分量で、こねながら調整する。

鉢は床に置き、体重をかけてこねる。耳たぶの柔らかさになればいい。

人によっては、耳たぶより少し固めにする。布をのせて、固くなりすぎないようにする。

こねた米粉を小分けする。

型に粉をかけ、おこしやすいようにする。現在は型にサランラップをかけて、おこやすくしている。

型を台などに、こんこんと角を叩いてからおこす。現在はサランラップを引けば外れる。

おこした米粉を並べ、部分的に絵付けをする。かつては絵付けすることを「絵どる」といった。

米粉をセイロに並べて蒸す。15～20分、色が半透明に変わってきたら終了する。

ヨシズなどに並べ、うちわで仰いで冷ますと完成。

型からおこしたら直に蒸す。50個前後を作ると1日がかりになる。

8. 食習等について

蒸した米粉は皿にもって飾る。かつては、おこしものができあがると、飾る前に子どもたちが食べ始め、飾る頃にはかなり減ってしまっていた。

蒸し上がったおこしものは、醤油をつけたり、砂糖をつけたりして食べる。1～2日経つと固くなるので、砂糖醤油をつけてから焼いて食べた。おやつとして食べていた。

9. 技術伝承について

おこしものは木型が必要で、米粉をこねて、おこして蒸してと手順があり、主婦による「下回し(準備)」が必要になる。それが面倒になっているという。

瀬戸市山口地区は、現在3000世帯あるが、かつてからの行事を行うのは旧地区内の300軒ほどで、その内おこしものを今も作っているのは15軒ほどである。

近年は、JAが雛祭り前に数回、地域の公民館などで講習会を開催している。道具と材料が準備されているので好評である。

木型は各家庭に保管されている。イベントなどで地区に声をかけると100個以上集まるという。

【詳細調査報告】

近畿地方



名称：浅里のなれずし
 よみがな：あさりのなれずし
 伝承地：三重県太平洋沿岸地域
 調査地：三重県紀宝町浅里地区
 話者：岡前 和榮さん（調理工程）
 伝承者数：多数
 主な原材料：米、鮎、サンマほか
 主な用途：行事食



（写真 1）アユとサンマはしっかり塩漬け



（写真 2）2～3 時間水に浸し塩抜き



（写真 3）ご飯を細長く握る

1. 背景と特徴

(1) 日本のなれずし

なれずしとは、寿司の原型ともいわれるほど古い歴史がある料理方法である。平安時代中期に制定された『延喜式』には、西日本各地のさまざまな「なれずし」が記載されている。アユやフナ、アワビなどが多いが、イノシシ、シカといった獣肉の記述もある。室町時代には発酵期間を数日に短縮し「漬け床」の飯も食する「生成れ（なまなれ）」が始まる。戦国、織豊時代以降には、新たにドジョウやナマズ、ウナギなど魚の種類が増加し、ナスやミョウガ、それにタケノコなどの野菜類を材料としたものが現れる

江戸時代になると酢が出回るようになり、発酵によらずに酢飯を使用した寿司が作られ、それが主流となる。

(2) 本馴れと生成れ

なれずしは、漬け込んだ米を食べるか食べないかという点で「本馴れ」と「生成れ」に分類される。「本馴れ」では、漬け込む期間が長く、魚と一緒に漬け込まれた米が乳酸発酵によって流状化して、米粒の実体はかなり失われることもあって、米は食べない。「生成れ」は、漬け込む期間が短く、魚と一緒に漬け込まれた米が流状化する前に米も魚と共に食べられる。紀宝町浅里のなれずしは「生成れ」である。

(3) 浅里のなれずしの特徴

なれずしの作り方は、その地域によって材料や作り方もそれぞれ個性がある。浅里のなれずしには、今は主にアユやサンマを使用する。が、昔はサンマはなく、アユだけで作られていた。また、作り方も違い、今は発酵させるのに 16 日から 18 日間寝かせるのに対し、昔は約 1 か月間じっくりと寝かせていた。また、味も昔は塩辛く、米も硬かったようで、時代とともに、漬け込む期間を短くし、発酵を抑えて、食べやすいように変化してきている。

2. 分布について

(1) 三重県での分布

伊賀市^{あとわ}音羽、津市芸濃町萩野、伊勢市^{つじくる}辻久留、熊野市紀和町板屋、そして紀宝町の5地区とその周辺といわれている。

3. 原材料について

魚は、油のぬけたアユ、サンマ、サバなどを使い、近江のようにフナは使わない。今回の材料は、以下の様である。

米：1升 サンマ：18匹 アユ：10匹 酒：少々
塩：少々 木箱：1升用 重石：3.5kg
ウラジロの葉：たくさん 山ミョウガの葉：たくさん

4. 加工（調理など）について

(1) 調理工程（アユ、サンマ寿司）

しっかり塩漬け

アユとサンマの内臓をきれいに取り除き、水洗いする（アユは腹開き。サンマは背開き）。よく水を切ってから、表面や腹にたっぷりと塩をまぶし込み、これを桶に重なり乗せ、重石をし、20日以上塩漬けにする。

水に浸し塩抜き

塩漬けが終わったら塩抜きをする。アユなら2時間、サンマなら3時間程度水に漬けておく。時間は塩の浸かり具合によって異なるが、少し塩分が残っていると感じる程度にし、塩分の抜きすぎには注意する。

米は2倍の水で

米を炊く。炊く時の水は、普段のおよそ2倍入れる。米を1升炊く場合は、水を2升入れ、やわらかめに炊き上げる。焦げつかないように、よくかき混ぜる（岡前さんは隠し味として、水の中に塩と酒を少々入れて炊く）。

細長く握る

炊き上がったご飯を自然に冷ましてから、水で手を濡らしながら、魚の形に細長く握る。アユとサンマの数量分だけ作っておくと効率的。

ウラジロを敷く

今回は1升炊いたので、1升用の木箱を用意。木箱の底にウラジロの葉を敷き詰める。また、木箱の場合、水濡れ防止のため、四隅にご飯を塗る。木箱がない場合は、プラスチック容器でもよい。

木箱に詰める

握り終わったら、魚の下に山ミョウガの葉を合わせて木箱に詰めていく。こうすることで、ご飯がくっつかず、きれいにできあがる。

隙間なく詰める

木箱に隙間なく詰めていく。一段できあがると、その上にまたウラジロの葉を敷き詰め、また魚を詰めて幾重にもこれを繰り返す。



（写真4）木箱にウラジロを敷く



（写真5）山ミョウガの葉をひき巻きすで巻く



（写真6）隙間なく木箱に詰める



（写真7）5kgの重石をのせる



(写真 8) 毛布や新聞紙を掛けて 16 日程寝かせる



(写真 9) 逆さにし、5 ~ 6 時間かけて水抜き



(写真 10) なれずしのできあがり



(写真 11) 七味唐辛子醤油で 1 週間以内に食べる

ウラジロを敷く

木箱がいっぱいになったら、一番上に再度ウラジロの葉を敷き詰める。葉の表裏は関係なく、岡前さんは、葉の表面がきれいな方を、すしの方に向けるようにしている。

重石をのせる

落し蓋をして重石をのせる。岡前さんは、2 升なら 5 キロの重石を、1 升なら 3.5 キロの重石を使用している。この状態で、一晚寝かせ、翌朝、木箱の中に落し蓋が隠れるほど水を注ぎ込み、冷暗所で寝かせはじめる。

16 日程寝かせる

16 日から 18 日間程度寝かせる。16 日より早いとなれが甘く、20 日を越えるとなれ過ぎてしまうので、日数には気をつける。寝かせている間、寒さで凍ってしまわないように、毛布や新聞紙などで温度を調整する。

白カビが出てくる

5 日から 6 日ほど寝かせると、上部に薄い白カビが出てきはじめる。出てこない場合は、中が凍ってしまっている場合があるので注意すること。

白カビを流す

16 日から 18 日間ほど寝かせ終わったら、上部の白カビを木箱の中に入らないように気をつけながら、洗い流す。

逆さにし、水抜き

白カビを流し終えたら、木箱に蓋をしたまま逆さにし、中の水をゆっくりと 5 ~ 6 時間かけて抜き取る。木箱の上には、使っていた 3 倍の重石をのせる。

できあがり

中の水を抜き終わると、なれずしのできあがり。1 週間以内に食べないと、独特な風味が損なわれてしまう可能性が高いので、注意が必要。七味唐辛子醤油で食べる。
(2) サンマずしは、紀北と紀南で作り方がちがう

紀北(尾鷲より北)では「腹開き」、紀南(熊野より南)は「背開き」、紀北は木型を使う「押し寿司」だが、紀南は「巻きす」を使う「巻き寿司」である。紀南では、ミカン、ユズなどの柑橘酢や、果皮を刻んだり磨り下ろして使うが、紀北ではもっぱら練りカラシが用いられる。

浅里地区は、紀南であるが、巻きすの後に木箱を使って重石で押している。すしの断面はおにぎり型になる。

5. 食習等について

浅里地区では、なれずしは冬場の郷土料理で、もともと正月に食べられてきた。

6. 技術伝承について

現在でもほとんどの家庭が郷土料理として受け継ぎ作っているというが、どのぐらいの家庭数なのかは、定かではない。

〔広報きほう 2015 年 3 月号 より〕

湖魚のなれずし（ふなずし）



名称：湖魚のなれずし（ふなずし）
 よみがな：こぎよのなれずし（ふなずし）
 伝承地：琵琶湖沿岸地域
 調査地：滋賀県高島市勝野
 話者：喜多品老舗・北村 真一さんほか
 伝承者数：老舗はその家族、県内 5 軒ほど、
 通販商品用業者等は除く
 主な原材料：ニゴロブナ、米、塩ほか
 主な用途：行事食、贈答品ほか

1. 背景と特徴

琵琶湖および周辺地域のなれずしは、日常の暮らしを支えてきたものから、行事食、贈答品としての高級なものまでさまざまな種類がある。高級なものとしてはニゴロブナのなれずしで「ふなずし」と呼ばれている。さらに「コイずし」「ハスずし」「モロコずし」「コブナのなれずし」等がある。いずれも乳酸発酵による「なれずし」の代表的な食品であり、中でもふなずしは今日でも正月、祭り、大きな寄り合いなどのときには出されるめでたい高級食品である。かつては個人の家庭でもつくられ、自作のふなずしを披露していた。近年は、ある程度の数量をまとめてつくるので、専門店の商品となっている。専門店の製法はまだまだ門外不出である。

2. 技術伝承について

琵琶湖西岸（高島市勝野）にあった大溝城は、天正13年（1585）に解体されたが、城を中心に形成されていた大溝の城下町は、元和元年（1619）伊勢上野（三重県津市河芸町）から入部した分部氏に引き継がれ、整備されて湖西地区の中核的存在となった。

北村家の先祖は分部氏に随行した漁師であったが、分部公の食事の賄いを代々行ってきたという。

現在の当主は17代目で北村真一氏（昭和13年生）、先代16代は品次郎氏、その前は山形屋九右衛門で「山九」と呼ばれてきた。16代目からは北と品で「喜多品」という屋号となった。

3. 原材料（フナ漁）について

ニゴロブナは包卵したメスが高価なため、幾度も乱獲されてきた。ニゴロブナは4月に沖合で底引網の一種の沖曳き網で獲る。産卵は5～6月、産卵前の準備段階で、まだ沖の深みで群れている時期をねらって獲る。

フナを獲るのは沿岸の漁師であるが、沖島の漁師が中心である。沖島は昭和30年代には850名ほどが住んで



（写真1）店舗の外観



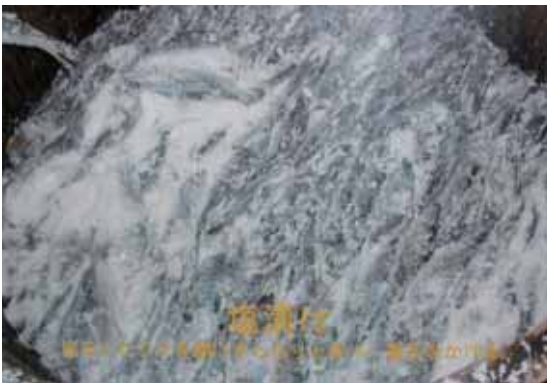
（写真2）店内の様子



（写真3）昭和20年代の店先とフナを洗う様子



(写真 4) マナバシでエラから内蔵と浮袋をつぼ抜きする



(写真 5) 塩漬け、腹の卵が潰れないように漬け込む



(写真 6) 作業場の塩漬け桶



(写真 7) イイツケの様子、塩水がはってある

いたが現在は 300 名となり、漁業組合員は 60 数名いる。フナはエラが赤い新鮮なものを選別し、25kg 入りのトロバコに入れて持って来る。漁を終えて仕分けてからなので、店（喜多品老舗）に持ち込まれるのは 15:00 になる。それから加工が始まる。

4. ふなずしの加工（調理など）について

ふなずしづくりは、漁獲したフナが持ち込まれる夕方から加工が始まるので、1 日に処理できるフナは 20 箱 500kg が限界であるという。完成までの加工の概要は、次のとおりである。

鱗を落とす

エラの下側の付け根を切断して、まずエラを取り去り、さらに内蔵浮き袋をマナバシで取り出す。その時に苦玉（にがたま）と呼ぶ胆嚢を潰さないように気をつける。

塩漬けにする

エラから腹いっぱい塩を詰め、百貫桶に漬ける。子が潰れないようにフナを立てて、1 桶に 1500 ~ 1600 尾漬ける。

塩漬けは 1 ~ 2 年で、漁の都合で 5 年位まで漬ける。

ケダシ

真水に浸けてササラで洗い、1 晩水を切る。

イイツケ（飯漬け）

米を食べるかたさで炊き、エラから段々にゴハンを詰めたフナを再び桶に漬ける。1 ~ 1.5 年漬け込み、骨までやわらかくする。イイツケは 7 ~ 9 月に行くと発酵しやすい。

漬け込む時には、最後に竹ノ皮を敷いて周囲にミツナワという縄を置いて落しブタを置き、重しを載せる。さらに隙間に塩水をはっておき空気と遮断する。現在は竹ノ皮の代わりにビニールシートを使用している。

再びイイツケする（漬け直し）

1 回取り出して臭みのあるゴハンは水洗いして取り除く。ゴハンは畑の肥料にする。

ふたたびご飯を詰めて、2 回目は 6 ヶ月ほど漬け込む。臭みがとれ、うま味がでる。ご飯も酸味が出る。味の好み調節できる。漬け直して 1 年以上置く場合は、上から 1 段目は空気に振れ腐って食べられない。

5. その他の魚の加工について

コイずし

コイは魚体が大きいので 3 枚におろしてから加工する。皮も引いて取り除き、6 ヶ月間塩に漬け込む。その後、イイツケにするがミリンや酒、麴を用いるのが特徴である。塩漬けから取り出したコイの身を味^{みりん}で

洗う。作業用の手水は酒と焼酎を混ぜたもので、漬け込みながら、味醂と手水を全部流し入れるのである。6ヶ月漬け込むと食べられるようになる。

ハスずし

ハスはエリアミで漁獲する。ハスは大小あり、大きなものはハラワタを抜き、小さなものは腹を切ってワタを出す。2ヶ月以上塩漬けし、イイツケは1.5から2ヶ月である。飯とともに塩を用い、手水は焼酎である。小さなハスは飯と一緒に混ぜて食べる。

モロコずし

モロコは8から12センチほどの小魚で、鱗を取らずに頭ごと背開きにして内蔵を取り出す。塩漬けは1ヶ月ほどである。取り出したら洗い、竹串で目玉を抜いておく。イイツケにするが、味醂と酢をふりかけ、1週間漬ける。取り出す時はすし飯をかるく握ってモロコをかぶせ、にぎりすしの形にする。

コブナずし

モロコと同じように漬け、にぎりすしのようにして食べる。ワタカずしもある。

6. 郷土食の変容について

なれずしの製造・販売は、佃煮屋など琵琶湖の魚を扱う会社が数社行っているが、古くからのやり方で漬けているところは減っている。

近年は、通販などの発達で、琵琶湖湖畔以外にも、県内各地に加工業者がいて、琵琶湖以外からもフナを取り寄せて製造しているという。その実態は定かでない。

また、さまざまな湖魚のなれずしは、個人や地域の祭りなどでつくる場合もあるので、他にも技術者はいるものと思われる。

7. 技術伝承について

ニゴロブナの問題点は、近年資源が減少していることである。特に大きな300gを越え、ふなずしに加工したとき高価な商品になるフナが漁獲の5%以下であるという。産卵期のメスを狙うため資源の保護が難しいという。四国等で養殖の試みもある。

資源の減少原因はいくつもあるが、近年いわれていることは外来魚の繁殖問題で、ブラックバスやブルーギルなどである。産卵期が5月前後と重なるためフナの稚魚が魚食魚の稚魚のえさになるようである。さらに大きな問題が人工環境の変化で、周辺の水田と琵琶湖がかつてのように水路で結ばれず、隔離されていることであるという。フナがアシ場や用水に入り込んで産卵することが困難になっているという。さらに高齢化・後継者不足も問題である。



(写真8)漬ける時は、最後に竹皮(現在はビニール)を敷き、ミツナワと呼ぶ三つ編みの藁縄で周囲を固定してから重しを載せる



(写真9)2回めのイイツケ、もうすぐ完成する



(写真10)子持ちのふなずしのお茶漬け



(写真11)ショウケースに並ぶ商品



名称：一休寺納豆

よみがな：いっきゅうじなっとう

伝承地：京都府京田辺市一休寺、京都市大徳寺
静岡県浜松市大福寺

調査地：京都府京田辺市一休寺

話者：住職・田邊 宗一さん

伝承者数：家族2名、手伝い2～3名

主な原材料：大豆、はったい粉、塩、麹菌など

主な用途：贈答品ほか、嗜好品の食べ方



(写真1) 庭園でも有名な一休寺



(写真2) 麹菌が住みつき、室となる土蔵



(写真3) 土蔵の中に積まれている麹蓋(こうじぶた)

1. 背景と特徴

一休寺納豆はもともと中国の豆豉^{とうち}のようなもので、僧侶により日本に持ち込まれたという。中国南部に見られる豆豉は、香辛料や隠し味、調味料として使われている。豆豉を納豆としてそのまま食べるのはおそらく日本だけであろう。豆豉は黒大豆を水で戻して蒸し、塩と麹と酵母を加え、発酵後に陰干ししたもので、製法は一休寺納豆に似通っている。

これらの納豆は、いわゆる糸引納豆ではなく、塩分と香りが強くぼろぼろとしたもので、「寺納豆」「唐納豆」「辛納豆(からなっとう)」ともいわれている。現存する寺納豆は、一休寺納豆、大徳寺納豆、大福寺納豆(浜名納豆)の3種類で、いずれも同様の製法であるが、大福寺納豆には山椒の皮が入っている。糸引納豆の登場は中世以降といわれている。

2. 技術伝承について

納豆が初めに日本に持ち込まれたのは奈良時代といわれ、僧侶により寺院に広まった。奈良の興福寺では興福寺納豆があったといわれているが、今は途絶えている。そして鎌倉時代に禅宗の僧侶が、中国南部の上海や広州などに行き、納豆を再び日本に持ち込んだといわれている。おそらく醤油、味噌、納豆が同時に入ってきたのではないかという。

醤油は和歌山の湯浅で、伝説では興国寺^{ほつとうこくし}の法燈国師(1207～1298)が中国から持ち帰ったといわれている。金山寺味噌も中国の金山寺^{だいおうこくし}という寺からといわれている。そして臨済宗の大応国師(1235～1309)という僧侶が中国から持って帰ってきたのが納豆ではないのだろうかといわれている。

その後、室町時代に入り、再び途絶えてしまった納豆を一休禅師(1394～1481)が復興したという。一休禅師は、尊敬する大応国師が晩年暮らしていた当地に63

歳で来られ、「国師の恩に報いる」として、この「報恩庵」を復興し、納豆も復興したと思われる。

その後、81歳で大徳寺の住職になられ、納豆の製法を広め、大徳寺納豆として、大徳寺と数力寺の塔頭寺院、周辺の商家などで作られてきた。

3. 周辺地域への伝承について

一休寺のある薪村に一休禅師が住まうようになったのは、63歳からである。薪村は、もともとは八幡の石清水八幡領で、八幡宮に薪を奉納していた村だという。村が貧しかったので、伝説では、一休禅師が村の人に納豆の作り方と藁のムシロの作り方を教えたとされている。昭和30年ぐらいまでは、この村の女性たちはムシロ織りを地場産業として行っていた。

またムシロは、現在でも納豆作りにおいて、蒸した豆を冷ましたり、発酵させたり、桶に保温のために巻いたり必需品である。納豆作りと関係してムシロ作りの伝説が生まれたのかもしれない。昭和戦前期までは京田辺の薪村だけでなく、旧田辺町域で納豆を作っているところがあったという。親が作っていたのを食べたことがあるという住人もいるという。現在、地域では味噌を作っている人はいるが、納豆を作る人はいなくなった。一休禅師は植物性蛋白質の保存方法として、納豆の製法を村人にも教えたのであろう。

4. 用途について

古くから一休寺では納豆を作っているが、折々の贈答品などとして信者に配られてきた。

一休寺の方丈は、慶安3年（1650）に加賀三代目藩主前田利常の寄進により再建されたもので、一休禅師への崇敬の念を起こすとともに寺の荒廃を嘆き酬恩庵再興に乗り出したという。その後も加賀から禄をもらっていたので、江戸期には加賀に納豆を送っていた。

納豆を売ようになったのは、昭和に入ってからといわれている。昭和初期の製造量などの記録はないが、昭和30年頃は12桶作っていた。

現在は毎年6桶作り、寺を訪れた希望者に有料で分けているが、広域的には知名度は低いという。近隣の人でも名前は知っているが食べたことがない、また糸引納豆と思っている人も多い。

もう一つの用途として、春日大社が正月に神前に供える供物に納豆を使っている。春日大社の宮司も理由は定かでないという。春日大社は藤原氏の氏神で、興福寺は氏寺であることから、神仏習合が進むにつれ、春日大社と興福寺は一体のものとなっていったという。奈良時代に伝来し、興福寺で作られていた興福寺納豆のなごりが



（写真4）作業場内の灯油ボイラー式の蒸し器とセイロ



（写真5）仕込みまでに使用するさまざまな道具類



（写真6）攪拌用の櫓はステンレススコップになった



(写真 7) 麹蓋から発酵して固まった納豆をはがす木ベラ



(写真 8) 中庭に並んだ 6 基の木桶、保温用ワラが巻いてある



(写真 9) 半年間たった納豆、水分が溜まっている



(写真 10) 同上、水分がなくなるまで攪拌する

春日大社の供物に見られるのかもしれない。12 月末になると春日大社から一袋の注文が来る。春日大社以外には納豆を供物にする例はない。一休寺でも納豆を供える行事はない。

5. 食習等について

7 月に仕込んで翌年の 5 月には、製品としてはできているが、塩辛いので、もう 1 年桶の中に置いておくと、塩気よりも酸味のきいたまったりとした味になる。太陽の光に当てることによって、アミノ酸が発酵し、旨味がでてくる。

一休寺納豆は薬膳のような食べ方も作法もない。

一休寺納豆は、お茶漬けや温かいごはんを食べる、茶がゆなどと食べる。酒のつまみ、もろきゅうのようにすることもある。一休禅師がお経の中の一節から名付けたという「ぜんざい」には塩昆布が付くが、一休寺では納豆を付けている。

さらに納豆を細かくして玉子焼きの中に混ぜたり、醤油の代わりに使うこともある。中国では肉の臭さを消すのに納豆を用いることがあるという。まさに隠し味のようにな豆豉として使われている。

現在は納豆の粒や粉が入った和菓子和菓子と洋菓子を寺で販売している。和菓子は鶴屋吉信（京都市上京区）に一休寺納豆を使って作ってもらっている「一休寺」という落雁で人気商品である。洋菓子はクッキーである。さらに実験的に、京田辺のフランス料理店でサラダドレッシングとかスパゲティーとか、いろいろな料理の中に納豆を使ってもらっている。いずれも一休寺納豆が入っているのが売りである。

6. 原材料について

一休寺納豆は 1 年に 1 回、7 月に仕込んで翌年の 5 月頃に仕上がるが、さらに 1～2 年寝かせ、旨味を引き出す。納豆は 6 つの木桶で作る。ひとつの桶に仕込む原材料は次のとおりである。

大豆が 60kg、はったい粉が 50kg、塩が 20kg、麹菌（約 1kg）水（約 125 ）、6 桶で大豆は 360kg、はったい粉が 300kg、塩が 120kg になる。

大豆は、京都の糸引納豆製造所を介して、粒の大きな滋賀県産の大豆を購入している。はったい粉（裸麦などを炒って挽いた粉）は京都の粉屋から購入している。材料は 7 月、作るときに注文している。

7. 加工（調理など）について

(1) 納豆の製作時期

作り始めるのは 7 月中頃だが、本当は完全に梅雨があ

けてからの方がよい。しかし、8月に入ると盆の行事で忙しくなるので、7月に終わるようにしている。

6桶の場合、7月13日に始めると7月末に桶に入れるまでが終了する。大豆を蒸すのは2日おきにすると、蒸してから4日目に桶に入る。4日で1桶を6桶繰り返すので24日かかることになる。7月末だと梅雨が完全にはあけてないが、ほぼ収まっていてカビが生えずに済む。

寺の男手は住職と息子の副住職（昭和55年生まれ）の2名で、納豆を作る時は、それぞれの家族が加わり、4～5名で作る。

(2) 具体的な作り方-1（1桶、4日間工程）

前日に大豆を水に漬けておく

ボイラーを点火する。朝5:30に、タンクの水を沸騰させるために点火し、7:50、9:30、11:10、12:50の4回に、大豆を蒸し始める。1桶60kgを4回に分けるので、1回は15kgで、セイロは6段なので1段に2.5kgずつ入れる。蒸し時間は1時間半ほどである。大豆は、蒸し上がるたびにムシロに広げて冷ます。夕方16:00ごろ、4回目の大豆が冷めほぼ常温になったら、全ての大豆を集めて蔵に運び、木桶に入れる。木桶（混合せ用:外径70cm、内法深さ34cm）に、はったい粉、麹菌を入れて混ぜ合わせる。

それを外寸19cmほどの木の枀（およそ1升）でひとすくい、麹蓋に移す。枀1杯で麹蓋1枚分になる。蔵の中で麹蓋を積み重ね、上にムシロをかけて発酵させる。冷夏の場合は、蔵の中でストーブを焚くこともある。発酵して一旦温度が上がれば、ストーブを焚かなくとも温度は下がらないし、ムシロは汗ばんでくる。麹蓋は2日間蔵の中で発酵させる。

2日後、麹蓋を蔵から出し、発酵を止めるために2日間、風通しのよいところに置く。

この2日の間に、仕込み用の桶に塩水を作っておく。20kgの塩をバケツ14杯（約125ℓ）の熱湯で溶かし、冷ましておく。

発酵が始まってから4日目、発酵して固まった大豆を麹蓋から木べらで掻き出し、粒をつぶさないように手で細かく砕く。砕いたものを集めて、準備しておいた塩水入りの木桶に入れる。

ここで1桶の工程が終り、翌日には再び大豆を蒸す。

(3) 具体的な作り方-2（6桶、約10ヶ月の工程）

仕上がるまでは、天日に当てながらひたすら攪拌する。始めはかなり水っぽい。

2～3ヶ月でたまり醤油のような状態になる。攪拌作業は、6桶を1日2桶ずつ行う。



（写真11）1年以上経過し、倉庫で寝かせてある納豆



（写真12）2014年に仕込み、仕上がっている納豆



（写真13）100g入の小袋で販売している



（写真14）納豆の粉入りのクッキー（左）と粒入りの落雁



(写真 15) 納豆をのせた芋粥

11 月以降は晴れる日も少なくなる。干し場には二重の屋根があり、上面のシートを開閉できるようにしてある。桶の搅拌は日差しのあるときに行う。また麹菌を使用しているので、頻繁に搅拌しないと長雨が降るとカビが生えてしまう。

翌年の 4 月ぐらいになると、麹蓋のような容器に、上から少しずつできあがった納豆をあげていって、塊から豆を潰さないように 1 粒ずつほぐしていく。ほぐした納豆は、天日に 3 ~ 4 日干すと完全に乾く。それを空の仕込み桶に移していく。5 月中に去年の 7 月に仕込んだ納豆を別の桶に移す。

できあがった納豆を入れた桶に製作年月を記載し、積み重ねて 1 ~ 2 年ほど寝かせる。長く寝かせたものから製品として包装する。

8. 郷土食の変容について

大豆を蒸す道具

昭和 40 年頃まではカマで薪で焚き、大豆を蒸していた。風呂桶のような釜に入れ、男手 2 人で焚くようにしていた。納豆作りは夏で、ちょうどいつも植木屋が入っていたので手伝ってもらっていたが、暑くて危ないので、まんじゅう屋を見習ってボイラーにした。

ボイラーはセイロを積み重ねて蒸すので、女性でも運べるようになり、蒸気も強く、蒸し時間も短縮できるようになった。

大豆を運ぶ、広げる、保温する道具・ムシロ

蒸した大豆はムシロに広げて冷ます。ムシロは周辺で古い小屋などが壊されると貰いに行っていた。同じムシロで 10 年ほどは使えるが、運ぶ時に持ち手となる部分が傷んでくる。蔵の中では麹菌の発酵時の保温材になる。積み上げた麹蓋に掛けるムシロは 15 ~ 16 枚あればまかなえる。発酵して温度が上がるとムシロが汗ばんでくる。現在のところ収集したムシロのストックがある。



(写真 16) 大徳寺納豆と松の実をギューヒに挟んだ福岡の菓子

大豆を洗うとき、麹蓋などから掻き出すときの受け具・運搬具として、マダケのアジロ編みの箕も用いている。箕もなかなか売っていないという。

木桶

原材料と麹菌を合わせる木桶は、外径 70cm、内法深さ 34cm。仕込み桶は、外径約 98cm、高さ 48cm の半切桶で、厚さ 7 分、保温用に藁が巻いてある。いずれも竹タガである。

桶は大阪の堺にある藤井製桶所に頼んでいるが、いずれどうなるかわからない状況である。昔は伏見などにも桶屋があったが廃業した。

搅拌用の櫓(かい)

搅拌の櫓は小と大がある。いずれもマキノキで作っている。去年からステンレスのスcoopとした。

土蔵について

作業場の一角にある土蔵は、日常は物置であるが、納豆作りでは室(むろ)となる。300 年ほど前の絵図に描かれている蔵で、長年の作業で土壁に麹菌が住みついている、内部は麹の香りがする。

25 年ほど前に建物を整備し、麹菌が住みついている蔵を 5 m ほど引き家した。すると柱が腐っている建物が持たなくなったが、麹菌が住みついている土壁を塗り直すわけにはいかないので、外側に新たな壁を造り、二重の壁にした。予想外の工事になったという。

9. 技術伝承について

夏の納豆作りは重労働であるのが、作務として行っている。技術伝承は、製法を書いたものがないので、やりながら口伝で覚えるしかない。製法は先代、先々代と受け継いできたので、息子の副住職、その家族と共に行いながら、あらかたは副住職に伝えた。1 年に 1 回しかしないので、長年やっても迷うことがある。



名称：道明寺糰

よみがな：どうみょうじほしい

伝承地：かつては道明寺のみであったが、江戸後期以降大坂に、現在はさらに広域

調査地：大阪府藤井寺市道明寺

話者：坂本 ^{しゅうこう} 宗光さん

伝承者数：道明寺では 5 名

主な原材料：糯米

主な用途：携帯食、非常食から和菓子をはじめとする食材料

1. 特徴

道明寺糰には、菅原道真に由来する口伝がある。古くから道明寺で作られてきた携帯食、非常食であり、わずかな手間で食べることができるのが特徴である。さらにその特徴を生かした食材として広く利用され、兵糧などになった。今日では和菓子材料に欠かせないものとなっている。「道明寺」名が使われ、「道明寺糰」と呼ばれ、さらに細かい挽割りには「道明寺粉」と呼ばれている。

2. 由来と技術伝承について

道明寺の坂本宗光さんは、寺に伝わる道明寺糰の由来を次のように伝えている。

菅原道真公が大宰府に左遷された際に、道真の伯母の覚寿尼が住職をしていて、大宰府は海の幸も山の幸も豊かであるが、遠流なので暮らし向きが心配で毎日、仏様の御膳と共に、道真公の陰膳を用意した。それをお下がりとしていただいたところ、病気が治ったり、元気が出たりと近在で評判になり、そのお下がり分けて欲しいということで、村人が寺に来るようになった。そこで少しでも多くの人にお下がり分けてあげましょうということで、一旦お供えしたご飯をもう一回乾燥して保存するようになったものが、現在の糰となったと伝えられている。

江戸時代以降は「藤井寺市史」に次のようにある。

「江戸時代には村内の字「上ノ堂田」で生産された糯米を蒸し、乾燥した後に石臼で粗挽きして作った。將軍家、諸大名家、朝廷、堂上公家などに献上する産物として道明寺で精製され、その残余のものを頒布していたという。」

宗光さんが伝え聞いたところでは、神仏分離までは道明寺の中に塔頭がたくさんあり、その中の松寿院という塔頭が道明寺を引き継いだが、それまでは、その他に一の室、二の室、三の室、梅香院があって、その中の三の



(写真1) 道明寺の庫裏の正面



(写真2) 昭和30年頃の糰づくりの写真-1



(写真3) 昭和30年頃の糰づくりの写真-2



(写真 4) 道明寺糯の和紙の包装、元結でしばる



(写真 5) 道明寺糯の和紙の包装



(写真 6) 寺で分けている道明寺粉

室が糯を作っていたという。二の室が天満宮になった。

「藤井寺市史」には、「明治期になると、門前町道明寺村での糯生産や販売を道明寺が認可している。」とあり、さらに明治 35 年には農商務省の特許出願の中で「星霜ノ久シキ世人糯ヲ目シテ単ニ道明寺ト称スルニ至ル 其ハ道明寺ニ限り製造セシモノナルヲ以テ 遂ニ世ノ方言トハナリシナリ 之二依テ見ルモ 我道明寺ノ特有物タルノミナラズ 河内ニ於ケルノ名産物タルヤ明ナリ 従来ハ売品にアラズ」とあり、明治 35 年の状況として「現時各所ニ売捌所三十余ヶ所ヲ有シ 年々平均式拾余石ヲ販売セリ」としている。1 石を米 150kg と仮定すると、20 石は 3t である。

道明寺における糯づくりは昭和 30 年代ごろに途絶えている。その最後の様子が 2 枚の写真に残されている。2 名の尼僧の作業風景で、写真の右側が泰龍さん（明治末年生まれ）で 103 歳で亡くなっている。左側が信龍さん（大正五年生まれ）95 歳で亡くなった。以後、京都から「道明寺粉」を購入し、寺で包装し頒布している。現在は別ルートで穀物商などによる「道明寺粉」が百貨店などでも販売されている。

なお、寺には道明寺糯にまつわる記録が残されている。古くは豊臣秀吉など諸大名の書状で、今日の包装の「ほしい」の文字は秀吉の書状からとっているという。さらに明治天皇のご聖母、中山二位の局からも御書状をいただいている。

明治には、フランスのパリで開催された博覧会に道明寺糯を出品し、1878 年、1889 年、1900 年の 3 回に渡り、メダルを授与された。そのメダルには秀河照環（ひでかわしょうけい）和上の名が刻まれている。今の御前の大叔母にあたる方である。

3. 加工について

資料からかつての糯づくりの一端を見る。

長野大学紀要『「ういろう」と「道明寺」』（昭和 53 年）長谷川鉦平著によると、「道明寺では、寒中の 30 日を限ってこれを作った。そして長期間の備蓄に耐え、幾年、幾十年経過しても、変色・変質をきたさないことを誇りとした。（中略）

（大正期以降は）「もう寒中の 30 日だけとは言っておられなくなり、今では夏でも作っているとか。昔は糯米を、冬ならば 2 昼夜、夏は約 1 昼夜、水に漬けたのち蒸し上げ、席に広げて数日間乾燥し、粗く挽いて篩にかけ、粒を揃えて貯蔵した。近頃は更にこれを粉末にし、布袋に入れて、湯水に浸すとすぐ餅のようになるものが需要せられ、これを「道明寺粉」と称している。つまり、あら挽きで粒を揃えたのと、細粒のと 2 種類あって、現在

道明寺付近で多くつくられている。」

昭和 30 年代頃の 2 枚の写真を見ると、1 枚目の写真では、蒸した糯米をムシロの上でエブリで均していて、一方では糯米の山の前で作業をしている。干しやすいように塊になった糯米を拍子木のような道具でつぶして、ほぐしているように見える。

もう 1 枚は石臼挽きの様子で、はんざり桶に石臼をすえ、干した糯米が石臼の上面からこぼれないように押さえながら、2 人がかりで石臼を反時計回りに挽いている様子である。以降、道明寺で糰は作られていない。

現在は粉類や豆類などの和菓子材料を扱っている京都市中京区の「株式会社ヤマグチ」より「道明寺粉 細びき（国産もち米 100%）」を取り寄せて包装している。国産のもち米を蒸して乾燥させ、5 分の 1 ほどの大きさに砕いた製品である。風味、もちり感、保水性、保存性に優れているという。

かつては和紙を仕入れ、袋作り、判を押してレッテルを貼り、糰を詰めていた。最近は印刷屋に袋作りを外注し、袋詰めと元結で閉じる作業を行っている。袋詰めの際は糰を縁で天日に半日ほど干す。袋詰めは、製品が真っ直ぐで固くむらがあってはならない。袋を破かずに均一に詰めるように、亡くなった方たちに、かなり厳しく指導されたという。

道明寺で必要な時に袋詰めするので、袋詰めの糰の在庫は数本程度であるという。日常は電話予約を受け、袋詰めして販売している。

4. 食習等について

携帯食、非常食としての食べ方

- ・ 水も火もない急場には口に含み、かなり時間はかかるが唾液で戻すこともできる。
- ・ 時間があれば水で戻せる。
- ・ 1.7 ～ 1.8 倍の熱湯をかけて置いておくと戻すことができる。

現在のインスタント食品以前の優れた即席食品でもある。阪神大震災の時には、被災地が近かったので、近場で被災地に親戚がある人は、こちらから糰を持って行きたいという人が多かった。その時はビニール袋に入れて、直ぐ使えるようにして渡した。

調理の事例

和菓子として

道明寺糰をまんじゅうの皮に使ったもの

・・・みぞれまんじゅう

寄せ物に加えたもの・・・みぞれ羹

蒸し上げたもの・・・道明寺餅（桜餅、椿餅など）



（写真 7）パリ万博に参加して授与されたメダル



（写真 8）寺で糰を販売していた時代の看板



（写真 9）椿餅（道明寺にて）



(写真 10) 和菓子専門店の桜餅



(写真 11) 東京のスーパーの「左:道明寺・右:さくら餅(焼)」
右は、特に区別して長命寺のさくら餅という



(写真 12) 信者に提供している糯入りチョコレート

蒸して丸めて餡をまぶしたもの……道明寺おはぎ(萩餅)
精進料理などの事例

蒸したものに銀杏やきくらげ等と丸め、あんかけに

……道明寺蒸しあんかけ

白身の魚の上のにのせて蒸す……道明寺蒸し

揚げ物の衣に混ぜたもの……みぞれ揚げ

袋に詰めて味噌に漬けたもの……道明寺漬

布で約 10 センチ幅の袋をつくり、道明寺糯を詰め、
味噌をミリン、または酒でやわらげた中へ漬け込み、1
か月ぐらい置いて出すと、見事に色づいて風味もなかなか
よい。

信者が糯を提供するために

関西では「桜餅」というと関東の「道明寺」で糯の粒
が付いたものである。多くの信者は道明寺が「桜餅」の
発祥地だと勘違いしている。行事日には近隣の和菓子屋・
明月堂に頼んで紅白の桜餅を少量作ってもらおう。ところ
が、4 月 18 日には国宝の観音様が御開帳になり、遠方
から多くの人を訪れる。餅にすると日持ちがしないので、
去年より炒ってこまかなあられにしてチョコレートに入れ、
高評を得ている。

毎月 17 日に写経の会があり、会員さんに必ずお斎（お
とき）を出す。あんかけ、椿餅を甘くしないで丸めたも
のなど、蒸しながら打ち塩をすると塩味。蒸しながら蜜
を入ると甘くなるなど。和三盆をかけてあっさりとな
す。桜餅も出す。秋はきのこを入れてあんかけにする。

5. 技術伝承について

現在は、糯作りの伝承は出来ないが、糯のこと、袋詰
めの作業などは伝承したいという。道明寺の尼僧は現在
5 名で、90 代が 2 名いる。実労 3 人で、毎日の行事の準
備と後片付けに追われている状態である。昭和 30 年代
生まれの尼僧が最も若い。

行事の準備など、当たり前のことは、日常の体験の中
で伝えていかなければならないので難しい。

例えば、3 月 25 日に黄色い菜種の団子をうるち米で
作るが、それも当たり前に作っていて記録を残していな
い。正月に本尊に供えるお重ね（餅）の上重ねには、お
屠蘇と同じ漢方薬の生薬を薬研で粉にして、餅に搗き込
んでいる。それを薄く切って信者に配るが、薬の配合と
か、作り方などどこにも書いていないし、口伝でやって
いる。糯も同じであるが伝承の機会がなかったという。



名称：イカナゴのくぎ煮

よみがな：いかなごのくぎに

伝承地：かつては神戸市、淡路島の一部

調査地：兵庫県神戸市垂水区平磯

話者：神戸市漁業協同組合

専務理事・河本 勝博さん

神戸市経済観光局農政部水産課

食都神戸担当・池本 夏子さん

伝承者数：多数

主な原材料：イカナゴ（当歳魚のシンコ）

主な用途：おかず、酒の肴

1. 背景と特徴

昔、垂水を訪れた旅人が、酒屋に立ち寄った際に、魚の名前を尋ねたところ、「いかなる魚の子かわからない」と答えられ、そこから「いかな子」となったといわれている。また、糸のように長い小魚からの命名という説もある。

イカナゴは、江戸から明治にかけてはカマスゴと呼ばれ、大量に獲った。魚油を採取し、かすを肥料にする利用が続いていたという。四艘張網で漁獲していた。

イカナゴはいつごろから食用となり、佃煮に加工されるようになったか定かでないが、かつてのイカナゴの加工は、「釜揚げ」とそれを天日で干した「かなぎちりめん」で、残りは全て漁業や養殖用の餌にする安い魚だった。かなぎちりめんは乾煎りして甘辛く煮て、げんごべえという佃煮にする。東須磨の春の料理である。

生のイカナゴから作るくぎ煮は、昭和10年代に垂水区塩屋町の鮮魚店が作り評判になったとか、淡路島でかつてから作られていたなどといわれているが、いずれにしろ、昭和に入ってから口伝である。

くぎ煮という名前は、1960年代に神戸漁協の組合長が、古い曲がった釘に似ているからということで付けたといわれている。

2. 技術伝承について

くぎ煮のブームは近年になってからである。神戸市漁業組合がくぎ煮の製造を始めたのは昭和57年からで、平成2年に加工場を建設し、女性部が魚食普及でくぎ煮を作り、精力的にコープや小学校に普及させた。年に3～4回講習会、出前講習を現在も行っている。

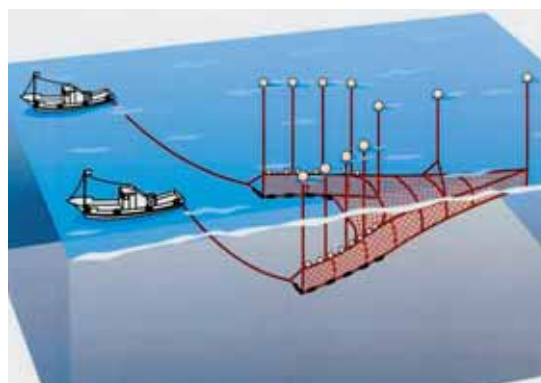
普及活動が始まる前の平成元年までは、生からくぎ煮を炊く地域は、神戸市と淡路島の一部だけだった。ところが平成20年には、岡山西部から奈良県、北は豊岡（日本海）まで普及し、各家庭が生から炊くようになった。



（写真1）大阪湾と播磨灘のイカナゴの生態



（写真2）イカナゴのシンコとフルセ



（写真3）2艘引網の模式、網の水深は調整できる



(写真 4) くぎ煮づくり、煮汁に生イカナゴを入れる



(写真 5) 煮立ってくるが、箸でまぜてはいけない



(写真 6) ショウガを入れる



(写真 7) 汁を切り、荒熱を素早くのぞく

平成 7 年の震災で、お世話になった方々へのお返しにくぎ煮が選ばれ、一気に全国的に広まったという。

今では水揚げが始まると、スーパーに行列ができる。製品を買うのではなく、好みの味で自分で作ることが広まっている。

イカナゴの季節になると、生イカナゴ、醤油、味^{みりん}酢、砂糖、ショウガが売れ、宅配便の配送数も急増した。漁業者も若手が雇えるようになった。イカナゴによる周辺地域の経済効果は大変大きい。

3. 原材料について

イカナゴは、大阪湾では須磨の瀬と淡路島東岸の沖の瀬、播磨灘では鹿の瀬という産卵場で産卵する。明石海峡の船の往来の激しい海域で漁業者は創業している。漁は運搬船 1 艘と網船 2 艘が 1 組で 25 か統が操業し、兵庫県内の漁獲量は年間 1 万トン台の漁獲をあげている。

イカナゴの産卵は 12 月下旬から 1 月初めで、そのシンコを 2 月下旬から 3 月末まで漁獲する。兵庫県の漁業技術センターが漁期までに調査操業を行う。大阪湾には 3 地区の漁協（大坂摂津、神戸、淡路東浦）があり、播磨灘にも 3 地区ある。午前中の調査結果をもとに、県が両海域を回り調整して、イカナゴが 3.5cm になる日を予測して網入れ日を決定し、これを広報する。

垂水区の住民は小さいイカナゴを好み、東側の長田区は大きなイカナゴを好み、播磨灘周辺ではさらに大きなイカナゴを好んでくぎ煮にする。大阪市民は小さなコウナゴで「かなぎちりめん」を作る。沿岸の住民は、その結果を見て、スーパーに並ぶ日を決めるという騒ぎになる。例年、生のイカナゴは 1 kg 当たり 800 ～ 1000 円で売られ、住民は平均 2 ～ 3kg を購入し、くぎ煮を作る。

イカナゴの運搬船が入港するとすぐに競りにかけられ、加工業者が買う。平成初年に比べ、現在は浜値で 5 倍になっている。漁期は 3 月中で、3 月 20 日を越えると 6 ～ 7 センチまで育ち、大きすぎて売れなくなる。住民は春の彼岸の手土産でくぎ煮の季節は終わるといふ。

4. 加工（調理など）について

(1) 組合の加工工場の場合

午前 10 時頃から午前中に競りがあり入荷してくる。

海水でごみ取りして、真水で洗う。

鍋に 20kg ずつ入れ、特性のタレで 1 時間煮る

糖度を測って火を消す

タレ切りしてから送風機で荒熱を取る

保管・梱包処理をする

シーズン中は 1 日に 2.5 t のイカナゴを入手し、1 t のくぎ煮を製造する。約 1 ヶ月の漁期で毎年 30 t のく

ぎ煮を製造し出荷している。

(2) 家庭での作り方

(材料)

生イカナゴ 1 kg、醤油 270cc、砂糖 380g、味醂 100cc、ショウガ 25g を準備する

(作り方)

イカナゴをザルで水洗いして水を切る。

鍋に調味料を入れ、蓋をして強火で沸騰させる。

煮汁が沸騰したら、2～3回に分けてイカナゴを入れる。

アク取りをする。

ショウガの千切りを入れ、そのまま強火で炊く。

約 40 分で、鍋を打ち返して中火にする。

煮汁がなくなったらザルに移して汁を切り、一気に冷ます。

コツとしては分厚い鍋で炊き、箸などでかき回さないことである。

くぎ煮を炊く香りは「春を告げる故郷の香り」といわれている。

5. 技術伝承について

数年に渡る漁獲量の減少が最大の問題点である。

昭和 30 年以降平均していたが、ここ数年は減少傾向にある。水温上昇が要因といわれている。イカナゴは水温が 15 度以上になると砂にもぐって動かなくなるという。

水揚げが始まれば、神戸の町は、調味料などの材料から作り方の情報であふれる。また毎年、漁協女性部による「くぎ煮講習会」「くぎ煮コンテスト」などは盛況である。



(写真 8) 神戸漁協の加工場、イカナゴを洗う機械



(写真 9) イカナゴ 20kg を炊く鍋が 12 基並んでいる



(写真 10) 漁協売店のくぎ煮



(写真 11) イカナゴのくぎ煮(左)と山椒入りちりめん佃煮



名称：ゆうべし

伝承地：奈良県吉野郡十津川村

同種のもは南信州、石川県輪島市、
愛媛県西条市、鹿児島県などに見られる

調査地：奈良県吉野郡十津川村大字内野

話者：中南 佐榮子さん

中南 太一さん

伝承者数：十津川村内に 20 名ほどか

主な原材料：柚、味噌、もち米、白ゴマほか

主な用途：現在は贈答品、嗜好品



(写真 1) 十津川流域の神納川、集落は台地の上に点在する



(写真 2) 原材料の柚、「ゆう」と呼ぶ



(写真 3) 作業用の切り出し、現在はステンレスになった

1. 背景と特徴

十津川村の「ゆうべし」は地域の住民により、古くからどの家庭でも作られてきたというものではなく、時代ごとに数名の伝承者により作られてきたもののようである。昭和 50 年台以降、観光客への土産として売られ、独特の製法と風味により注目されるようになり、近年には地域の特産品となり、数多く作られるようになった。

2. 各地の^{ゆうべし}柚餅子について

柚餅子は「柚の実の上部を切って中身をくり抜き、胡麻や生姜を混ぜ入れた味噌を詰め、切った皮を蓋にして蒸し、干したものだ」とある。現在では、求肥に柚のすりおろした皮や汁を加えたものなどという。(日本国語大辞典)」とある。古くは保存食、携帯食に近いものだったといわれ、日本の中部以西の柚が実る地域で作られてきた。米屋武文氏の「三遠南信地域における柚餅子(ゆべし)の生産と利用」で、柚餅子は「丸柚餅子」と「棒柚餅子」に分けられている。

「丸柚餅子」は十津川村の「ゆうべし」と同じで柚の皮を丸ごと利用するもので、他県にも数カ所の伝承地が見られる。石川県輪島市、南信州(長野県)と遠州(静岡県)、愛媛県西条市、宮崎県西米良村などである。一方「棒柚餅子」は「丸柚餅子」と原材料は似通っているが柚は皮をすりおろすなどして全体を餅状にして蒸して干したものである。鹿児島県のは竹皮に包まれている。後者が柚の代わりにクルミなどを入れ甘みを増したものが、東日本・東北で菓子として作られている「ゆべし」と思われる。

3. 分布と伝承について

十津川村では柚のことを「ゆう」「ゆうのき」と呼び、柚餅子は「ゆうべし」と呼ぶ。

「ゆうべし」は保存食といわれているが、柚の木を所有し、技術を伝承した者が作るもので、正月用のサンマのなれ寿司のように、皆が材料を買い揃えて作っていたものではないという。5つの大字がある神納川流域では、話者の中南家だけが作ってきた。

中南家の技術伝承は、現在の戸主、中南太一氏（昭和24年生まれ）の祖父の牟二（ますじ）氏（明治17年（1884）生まれ）からのものである。代々伝えられてきた技術ではなく、どこかで教わってきたらしいが定かでない。そして牟二氏は近隣の二村地区風屋の親族などに技術を伝承したようである。

話者、中南佐榮子氏の「ゆうべし」づくりは、姑（トシ子氏、大正11年生まれ）から昭和末年に教わった技術である。姑、トシ子氏は二村に嫁に行った妹さんから教わったもので、その技術は先々代の牟二氏が二村に教えたものであるから、親族の中を技術が行き来している。

戸主の太一氏も子供の頃は、「ゆうべし」はあまり食べたこともなかったし、家では作っていなかったという。

昭和30～40年台、十津川村の「ゆうべし」の伝承地は、中南家のある神納川地区の内野、牟二氏が教えた二村地区の風屋、中野村地区の上野地、西川地区重里などでそれぞれ1～2名と思われる。「作り方を広めるな」という年寄りもいたという。

十津川村の古い家には、柚とナシの木が必ず植わっている。ナシは屋敷よりも1段外して植えている。柚は屋敷近くで少し離れたところにある。保存食としての柚の加工技術である「ゆうべし」は、山深い地域で人々にとって大切な技術として受け継がれてきたのであろう。

4. 「ゆうべし」の商品化

「ゆうべし」が商品化したのは西川地区の重里集落の深瀬氏が手がけた藁に包んで売った「ゆうべし」で、昭和50年台から販売されているという。その後、山村留学や農家民宿の事業、道の駅の設置などにより、伝統的な食べ物が注目されるようになり、道の駅を中心に「ゆうべし」が販売されるようになった。現在、十津川村の「ゆうべし」は、神納川流域で300個（道の駅へ）、二村で200個（専属ホテルへ）、中野村地区の谷瀬で2000～3000個（道の駅へ）が毎年作られている。

5. 原材料について（中南トシ子氏の材料表より）

「ゆうべし」づくりは、教えてもらったのが30個分だったので、自家用だが毎年30個ずつ作っている。

柚 30個（霜や雪がかかると傷むので、それまでに収穫する。）

味噌 1kg（赤味噌または麹味噌）



（写真4）刃物で蓋部分をえぐり取る



（写真5）蓋の裏の果実を取り取り使用する



（写真6）スプーンで果実部分をえぐり出す



（写真7）皮だけにする



(写真 8) 材料を粉末にしてそろえる



(写真 9) 具 (写真は味噌のみ) を俵型にして柚に押し込む



(写真 10) 蓋を入れる、へこんでいるが蒸すと具がふくらむ



(写真 11) 家庭用の蒸し器、薪をくべて使う

もち米 3合
 白ゴマ 1合
 椎茸 乾燥シイタケを2～3枚
 落花生 3袋 (粉にしても粒が残り、脂っこくなるし、アレルギーも心配なので使用していない)
 削り節 小パック5gを4袋ほど
 フレーク缶 味付きまぐろフレーク大缶、1缶
 味の素 少々
 唐辛子 一味を3分の1本 (好みで調整、入れない場合もある)
 砂糖 300～400g

6. 加工 (調理など) について

前日の晩までに柚を空にしたのを並べておく。
 柚に穴を開けて中身をスプーンでえぐり出す。取り出した実は、使えないので廃棄する。

穴はできるだけ小さいほうがよく、直径2cmぐらいで、コマ状 (すり鉢状) に小さくえぐる。

材料を全て粉にする。作り方を教わったのは昭和末年なので、初めからミキサーなどを使用していた。

材料を混ぜて練る。うどんのようによく練り、耳たぶほどの柔らかさにする。

具を柚と同数の30個に分け、ユズの穴に入りやすいように細長く俵型にしておく。

材料が約2kgなので、ひとつの具は約70gほどになる。

具を柚に詰める。

俵状に整えユズの中に入れ、指で奥に詰め、底と側に広げると、7分目ほどまで詰まる。

材料にもち米が入っていて、ふくらんでくるので、中にフタが落ち込んでいる状態にする。

7分目ほどだとちょうどよく蓋が止まる。多すぎるとろくろ首のように具が出てくる。

柚を蒸す

2時間以上蒸す。自家用は、屋外のカマドで薪で蒸す。商品は、1回に50個ほど入る3段の蒸し器で蒸す。

どこで蒸しても2時間以上蒸す。

2時間で蓋がほどよく盛り上がってくる。冷めても減る (戻る) ことはない。

少し噴出すぐらいのほうがいい。はみ出した分を中に押し込んで補修し、蓋をしなおす。

蒸しあがった時は、若干透明度のある濃い黄色になる。置いておくと、徐々に味噌がにじんできて、茶色い色になる。蒸す時間が問題、真ん中まで蒸せると、見た目に透明度がでてくる。あまり蒸しすぎるとぐちゃぐちゃになってしまう。

蒸して補修したものは柔らかいので、外に2～3日干す。

触れるようになったら、ミカンのネットに入れて寒風に晒す。

1ヶ月近く干す。天気によって乾き具合は異なる。一番寒い時期に晒すとカビなくなる。

軒下に吊るしているが、かつては稲を干す小屋根の付いたハゼの屋根下に吊るした。

干し終えたものは真空パックにし、神納川物産で作ったものは十津川の道の駅に出している。

寒風に晒しておくとも1年は持つ。自家用は冷凍庫にいらてしまう。



(写真12) 軒下に干した「ゆうべし」(道の駅への出荷用)

7. 食習等について

「ゆうべし」は祭りなどの行事食ではないという。日本酒に合うので酒の肴、茶うけ、来客時に珍しいから出すなどで、家によってさまざまである。

自家用として作っている家では、兄弟や親戚への贈答用も多い。古くは保存食、携帯食としての食べ方もあったかもしれないが、由来を含め、食べ方や慣習は伝えられていない。

食味は作り手によって異なるが、酒の肴のように小片を口にする食べ方で、ぱくぱく食べるものではない。食べる時はまず半分に切って、それを伏せて三日月形にスライスする。小片が大きすぎると食べづらい。

現在の商品としての保存期間(賞味期限)は3カ月とされているが、かつては霜がかかる前の12月中旬に作り、翌年の梅雨前までもつといわれていた。



(写真13) 同上

8. 技術伝承について

「ゆうべし」が道の駅の商品となってから、神納川流域、二村、中野村地区の谷瀬で盛んに作られるようになった。神納川流域では、8年前から神納川物産という5名のグループで「ゆうべし」を製作している。50～60歳代であるが、話者、中南佐榮子氏以外は、活動を始めて製法を習得したという。現在は各自が好みの味を調整できるようになったという。柚の実が入手でき、商品として販売できれば、技術は伝承するという。



(写真14) 道の駅で売られている十津川村産の「ゆうべし」



名称：金山寺味噌

よみがな：きんざんじみそ

伝承地：紀伊半島西部から瀬戸内海沿岸

調査地：有田郡湯浅町田

話者：湯浅町生活改善友の会、生活研究グループ

榎原 光代さん、他会員の皆さん

伝承者数：会員は10～11名、湯浅では100戸弱

主な原材料：米麹、麦豆麹と野菜類

主な用途：日常食（朝食に茶がゆと食べる）



（写真1）湯浅町田地区はみかん畑に囲まれた谷にある



（写真2）金山寺味噌とキュウリ

1. 特徴

湯浅町は金山寺味噌発祥の地といわれ、現在でも多くの家で作られている。金山寺味噌づくりは米麹と麦豆麹の2種類の麹づくりを同時に行い、合わせて発酵させるのが特徴である。

2. 技術伝承の由来など

由来については、建長6年（1254）に宋の修行から帰国した鎌倉時代の僧、心地覚心（法燈国師）が、紀州由良（現：日高郡由良町）の鷲峰山興国寺の開山となった。そして近傍の湯浅（現：有田郡湯浅町）に伝えた「径山寺（きんざんじ）味噌」が起源であるとする説が有力だが、空海（弘法大師：774～835）が唐の金山寺から持ち帰ったとする説もあるという。

平成14年（2002）には、和歌山県岩出市の根来寺旧境内から、豊臣秀吉の紀州攻め（1585年）の際に焼けた土蔵の地下室の桶に残っていた金山寺味噌（大麦主体で米が混ざった発酵品）が発見されている。

3. 分布について

茶ガユとともに金山寺味噌を食べる範囲は広い。話者たちの知る範囲では、日高・有田地方など紀伊半島西部から山中の清水町まで、南紀地方は茶ガユは食べるが金山寺味噌は添えていないという。なお、茶ガユ域は四国から瀬戸内海東部一円と思われる。地域によっては金山寺味噌が大徳寺納豆に変わるようである。

4. 製作時期について

金山寺味噌は9月上旬からづくり始める。始めに4日かけて米麹、麦豆麹をそれぞれづくり、7日目に野菜類などすべての材料を合わせて重しをする。1ヶ月後の10月中旬にでき上がるが、10月はミカンの作業が忙しくなるので、コウジバナが好きな人は20日で食べ始める。

5. 原材料について

各家庭でつくる量は「3升ひとくち」といわれ、主材料の豆（大豆）麦（大麦の丸麦）米（古米）を各1升、合計3升になる。かつては3くち（約1斗）つくる家が多く、1軒1斗といわれていた。

現在、豆は北海道産、米屋から丸麦という国内産大麦を購入している。米は自作するが、古米がよい。新米だと加工すると砕けやすい。また、製作期が9月上旬なので古米しかなかったのである。



（写真3）米と麦・豆を蒸す

6. 加工 -1 [米麹づくり]

4日かけて米麹をつくる。

第1日目

22:00 白米(古米)を水に浸ける。1回水替えをする。

第2日目

08:00 白米の水をザルで切り、セイロで1時間半蒸す。

10:00 蒸し米をゴザにあげ、短時間で38度まで冷ます。

種麹をすり込み、モロブタに移してから室に入れる。

17:00 32度、ゴザに再び広げて傷つけるように強くもむ。再びモロブタに移して室へ入れる。

3日目

08:00 29度、ゴザにあげ、手で切り混ぜてから再びモロブタに移して室へ入れる。

14:00 38度、表面が白くなり、これ以上の温度上昇を防ぐため、室の中央にまっすぐ棒積みにする。

17:00 40.5度、蒸し米の中央に窪みをつける。棒積みにする。

19:00 43度、白くなる。モロブタ1枚ごとに5勺の水をまき、濡れフキンを掛け、棧積みにする。止め仕事となる。

4日目

11:00 29度、やや固まって白毛ができる。室から取り出して冷却する。



（写真4）蒸し米をさまして麹を付ける



（写真5）蒸した麦・豆をさまして麹を付ける

7. 加工 -2 [麦豆麹づくり]

4日かけて麦豆麹をつくる。

第1日目

大豆の皮を取るためにハウラク（ハウロク）で煎り、扇風機で皮を飛ばす。豆は2～3つに石臼で割る。石臼がないときは櫛の底ですり潰す。

第2日目

06:00 麦と豆をともに水に浸ける。

09:00 水をきる。

11:00 麦豆をセイロで40～60分間蒸す。

12:00 ゴザにあげ充分さます。種麹を振り混ぜ、モロブタに1.5cmの厚さで広げ棒積みにする。



（写真6）モロブタには屋号を書いた札がはられている



(写真7) 金山寺味噌のパッケージ

15:00 38度、X形に積み替え、空気の通りをよくする。室温は29度。

第3日目

08:00 攪拌して十字に積み替える。

14:00 固まりを杓子で起こして空気を入れる。
モロブタは1枚並べにする。

第4日目

06:00 1枚並べにしてから14～15時間で白く固まって香りがする。広げて冷却する。冷却法として一握りの塩を入れ、風通しのよいところに置く。

8. 加工-3 [混ぜ合わせ・発酵]

モロブタの米麹と麦豆麹は別々につくり、4～5日目に米麹と麦豆麹、さらにナス・青ウリ・赤ジソ・ショウガなど、細かく切った野菜類をハンギリで混ぜ合わせて漬物樽などに入れる。昔は、焼物のツボに入れていた。

ナスは生で良いが、青ウリは崩れにくい若いウリを採取して、塩漬けにしたものを塩抜きして使う。赤ジソは春に塩付けにしておく。ショウガは細かく切って塩もみにして使う。

ツボに入れる時は空気が入らないように、具を叩きつけるように詰める。さらに落とし蓋をして、1.5～2kgの重しを置いて、米袋の紙や新聞紙など2～3枚をかぶせ、口をしぼって暗いところに置く。そのまま約1ヶ月でできあがる。

豆はねやすいが、米はねにくい、つまり発酵に時差があるので合わせる時期の調整に気をを使う。

9. 技術伝承について

グループに集まるのは田村(地区)の人である。田村は330～350戸でこの内10～11軒が共同でつ



(写真8) 湯浅漁港、シラス漁の水揚げ

くっている。発足当時は5～6名であったが、一時期30名ほどになったこともある。

モロブタ1枚は5合入りである。モロブタは個人持ちで、製作期になるとびっしり並ぶ。金山寺味噌は1年で使いきるが、自家用のみの人は1くち(3升)前後、おつかいもの(贈答品)もつくる人は2～3くちつくる。

メンバーの大浦ひろ子さんの納屋がグループの作業場になっている。

湯浅は周辺でも金山寺味噌をつくる家が多い。田村は300数十戸の内、100戸弱は金山寺味噌を製作しているという。

また、醤油醸造元だったが、約60年前に金山寺味噌醸造へ切り替えた専門店もある。

【詳細調査報告】

中国・四国地方



名称：とうふちくわ

伝承地：鳥取県鳥取市を中心とした因幡地方

調査地：鳥取県鳥取市

話者：とうふちくわ製造・加路屋

代表取締役・井口 善博さん

鳥取とうふちくわ総研・鳥取情報文化研究所

所長・植田 英樹さん

伝承者数：鳥取市内業者数社

主な原材料：豆腐、白身魚のすり身

主な用途：日常食、間食



鳥取県地図

1. 背景と特徴

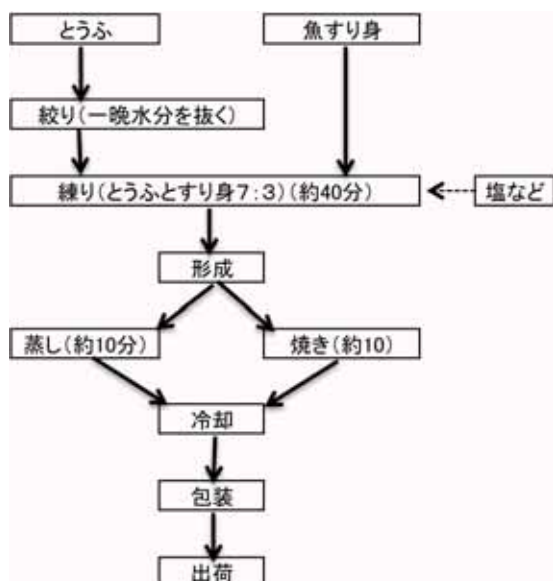
とうふちくわは、豆腐と白身魚を主原料とする。鳥取県鳥取市のみで製造され、県東部（因幡地方）で一年中、日常的に食される。鳥取市は総務省「家計調査」において都道府県庁所在地別「他の練製品」（魚が主原料の竹輪やかまぼことは別になる）において平成24（2012）年は全国1位、平成28（2016）年は全国3位になるなど、練り物消費が多い地域である。とうふちくわは、その中でも特に地域に根ざし親しまれている。鳥取県外、また鳥取県の東部以外ではとうふちくわは一般的ではなく、知らない方も多い。

食味としては、原料からも想像できるように非常に淡泊であり、癖がない。食感が魚を主原料とし焼いて調理される一般的な竹輪と異なり、主流は蒸して調理されるため表面が滑らかで、肉厚なこともありもっちりした歯ごたえ、滑らかな食感、白く美しい姿も特徴である。

とうふちくわの起こりは、岡山城主であった池田光仲が慶安元年（1648）に鳥取藩主に転封になった時、質素倹約のため領民に豆腐食を奨励し、竹輪に関しても魚を贅沢としたためとうふちくわが普及したと、広く俗説として普及している。しかし長く農村では豆腐自体は祝い事に合わせて作られ食されるハレの食材、贅沢な食品であり、製造も安易ではない。そのハレの食材である豆腐をさらに加工するととうふちくわは、本来贅沢な食品であり、江戸時代、幕府からの巡検使に出されるようなおもてなしのための食品であった（後述）。

2. 技術伝承の由来など

前述のように、とうふちくわの発祥は一般に池田光仲と関連づけて語られるが、文献で確認できる初出は宝暦11（1761）年3月「御巡見様御用書留控」（倉吉博物館蔵：『新鳥取県史 資料編 近世1 東伯耆』（鳥取県、2012）759頁）である。倉吉（現鳥取県倉吉市）の町年



とうふちくわ製造工程

寄等をつとめた中村家に残された文書である。「御巡見様」とは、幕府が將軍の代替わりごとに諸国に送った巡見使のことで、在地の民衆を監察し、政治の善悪や物価、治安などの調査を行った。宝暦 11 年（1761）には阿部内記、杉原七十郎、弓気多源七郎の 3 名が訪れた。倉吉に到着した巡見使の中で阿部内記の 3 月 28 日晚の献立には以下とある。

敷あん		御平皿		すゝの子		ふくさ	
御腰高		うと		切麩		御汁	
御香の物		山のいも		ちさ		豆腐竹わ	
大こんあさつけ		みそつけ瓜		ふき		ちさ	
ならつけうり		御飯		ちさ		ちさ	
御茶		御くわし		大鳥居柿		大鳥居柿	

以上のようにとうふちくわが、味噌汁（ふくさ）の具として使われている。この時、阿部内記の分だけ精進料理とするよう申し入れがあったため、このような献立となったとあり、おそらくこのとうふちくわは豆腐だけで白身魚のすり身は入っていないと思われる（渡邊仁美『幕府の役人も食べた『とうふちくわ』』第 17 回県史だより』2012 年、鳥取県立公文書館県史編さん室）。

おもてなしに食されるようなとうふちくわ製造技術は、容易でなない。現在も一般家庭で製造されることはほとんど無く、ちくわ業者が製造している。

このように江戸時代から鳥取で食されてきたとうふちくわは、今日でも日常的に総菜、おやつとしても食されている。

3. 分布について

現在、鳥取市内でのみ製造され、消費も鳥取県東部（因幡地方）が中心となっている。魚肉が主原料で焼いて調理される一般的なちくわに比較して、とうふちくわは賞味期間が短い。常温で 1 日、冷蔵保存でも 3 日が限度とされる。このことから山陰地方では一般的なアゴ（トビウオ）を原材料としたアゴ竹輪が、島根県から鳥取県全



（写真 1）写真 3 大豆を加工し豆乳とオカラに分ける様子
加路屋（鳥取市元魚町）にて撮影（以下同様）



（写真 2）にがりを入れた豆乳を豆腐の型に入れる様子



（写真 3）かたまった豆腐を切り分ける様子



（写真 4）とうふちくわ用に豆腐の水分を絞る様子



(写真 5) 機械で白身魚のすり身と水分を絞った豆腐を混ぜる様子



(写真 6) 白身魚のすり身と豆腐がある程度練り上がった時点で塩分を入れる様子



(写真 7) 原料の攪拌と練りが進む様子



(写真 8) 練り上がった原料を形成する機械に入れる容姿

域に広く知られ製造、消費される状況とは異なり、とうふちくわは製造が県東部の鳥取市に限定され、消費もそれに準じ近隣となる。県東部のスーパー、個人商店では練り物コーナーに必ずとうふちくわが見られるが、県内でも西部米子地方では近年まで存在を知らない人もいたほどであり、郷土食、お土産として注目されるようになり流通のスピード化が進み、県西部でも若干販売されるようになって、消費もある程度広がった。

4. 原材料について

原材料は「豆腐」と「魚肉のすり身」である。それに味付けと弾力性の強化のために塩が使用される。

豆腐は木綿豆腐を使用し、とうふちくわの中心である豆腐の味がとうふちくわの味を大きく左右するために、とうふちくわ製造者が自ら木綿豆腐も製造していることもある。魚肉のすり身は、特定の魚種はなく、かつては地元山陰沖の魚を使用し、とうふちくわの製造者が魚をさばいてすり身にしていたが、近年はすり身に加工済みの国内産の魚を使用し、相場によっては輸入白身魚のすり身も使用している。

5. 加工について

大まかには原材料の豆腐と魚のすり身、塩を混ぜて細い竹（現在はアルミの棒）にちくわ状につけて蒸す。

豆腐と魚肉の割合は、製造者によって7対3、4対3、1対1など様々である。まちまちである。

特徴としてちくわは通常、焼くことによって製造するが、とうふちくわの主流は蒸すことで製造する（焼きとうふちくわも存在する）。

50年くらい前までは手作業による製造であったが、現在は機械で行っている。工程は以下となる。

通常の木綿豆腐を製造する。

木綿豆腐を布で巻き、一晩以上圧力を加えることで水分を絞る。

水分を絞った木綿豆腐と魚のすり身を合わせて練る。さらに塩を加えて練りの硬さを確かめながら水分調整をする。40分くらい練り込むと、ツヤと粘りがでてくる。

機械でアルミ棒に巻き付けてちくわに成形し、15分程度蒸す。また蒸す前に軽く火であぶる場合もある。

以上のように「練り」「ちくわの成形」「蒸す（焼く）」の大きな行程にある。

6. 食習等について

今日でも日常的に一般家庭で食されている。1本に約豆腐1丁が使用され、1本100～150円程度で販売され

ているが、1日3食、どの時季にも食される。家族で1本ではなく、1人1本という感覚も普通である。食す方法は様々であるが、竹輪の輪切りにして醤油などを付けずそのまま白い色で食べるべきという人もいるが、わさび醤油で食することが定番である。普通の竹輪のように炒め物やサラダに入れるなど様々利用されるが、高度経済成長以前に幼少期を過ごし、肉がまだ貴重であった時にはカレーの具として肉の代わりにとうふちくわが入っていたという記憶を持つ方もいる。また酒のつまみにしたり、今日でも小腹が空いたときにそのままとうふちくわ1本をおやつとして丸かじりしたりすることも珍しくない。

鳥取県東部であればスーパーマーケットの練り物コーナーで購入できる。

7. 郷土食の変容について

豆腐と白身魚を原料とした練り物であり、製造が機械化しても方法や形状などに大きな変容はない。しかし近年、広く一般的な食品であるが故にとうふちくわに様々な変わり種が誕生している。ネギ、ショウガなどの薬味を練り込んだもの、カレーの消費量が多い鳥取ならではのカレー風味なども存在する。

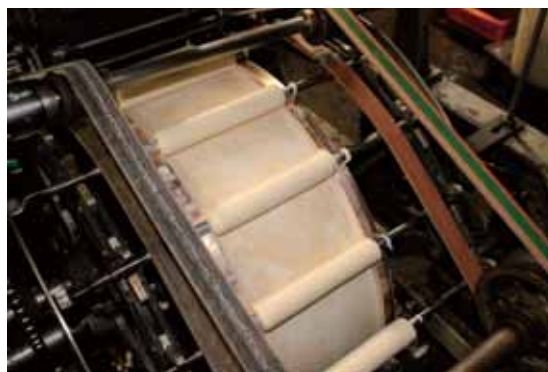
そのまま食すことが基本とされながらも、とうふちくわを素材として、揚げ物や炒め物、煮物などさまざまな料理が家庭や飲食店で考案されている状況がある。

8. 技術伝承について

とうふちくわは広く一般的な食べ物として地域に根付いており、現状では深刻な技術伝承の問題点や文化財として保護されるべき状況には至っていない。

製造は一般家庭ではなく、大小はさまざまなが食品会社が担っており、機械化されているものの基本的な製造方法は継承されている。しかし豆腐と白身魚のすり身をちくわ状に形成加工した練り物という以外、しっかりした定義があるわけではなく、緩やかな定義の中で継承されている。また一年中、鳥取県東部を中心とした各種スーパーマーケットにも行き届いており、文化財という認識を持っている方は少ないと思われる。

以上のように技術伝承についてはすぐさま危機感をいだく状況ではないが、鳥取県内の製造事業者は平成15年には7社存在したが、平成28年には5社になってきており、決して安泰というわけではない。また実際は原料の確保や製造は安易でないにもかかわらず、庶民のファーストフードという感覚が安い価格のイメージを定着させ、製造事業者の経営を圧迫している現状も見られる。



(写真9) ちくわに形成された様子



(写真10) 形成されたとうふちくわを軽く火にあぶり、蒸し器の枠に重ねる様子



(写真11) とうふちくわを蒸し器に入れる様子



(写真12) 焼きとうふちくわを製造する様子。焼きは蒸しよりも生産量が少ない



(写真 13) 蒸し上がったとうふちくわの串を機械で抜く様子



(写真 14) まだ熱いうとうふちくわの荒熱を冷ます様子



(写真 15) 荒熱を取ったとうふちくわを冷蔵庫に入れる様子。いち早く冷却することによりおいしいまま長持ちするようになるという。



(写真 16) 冷却されたとうふちくわを包装し、出荷する

ただし、とうふちくわを広報し、研究する市民グループ「鳥取とうふちくわ総研」(平成 15 年 2 月設立)もあり、「ご当地グルメでまち おこしの祭典! B 1 グランプリ」に参加するなど、とうふちくわをめぐる積極的な普及活動もみられ、一般的な食品から鳥取の「特産品」として認識を変化させようという努力がなされている。鳥取県東部にとって、とうふちくわは伝統的食品であり極めて身近であるが故に、文化的価値を地域がしっかり認識するのは、これからであろう。



(写真 17) スーパーマーケットの練り物売り場にあるとうふちくわ



名称：奥出雲蕎麦
 よみがな：おくいずもそば
 伝承地：島根県奥出雲町の在来「小そば」
 調査地：島根県仁多郡奥出雲町上阿井
 可部屋集成館の清聴庵（蕎麦店）
 話者：奥出雲町教育委員会・穴戸 俊悟さん
 奥出雲町農業振興課・谷山 貴宣さん
 佐々木 聡志さん
 NPO 法人・奥出雲青山グループ
 蕎麦打ち担当・西村 昇さん
 栽培・製粉担当・藤原 清信さん
 伝承者数：栽培・製粉・蕎麦打ちで 5 ～ 6 名
 主な原材料：猿政小そば（在来品種）
 主な用途：祝い事や法事などの行事食が多い

1. 背景と特徴

古くからの在来品種である「小そば」を用いた切蕎麦の食べ方である。寛永 15 年（1638 年）、信濃松本藩の越前松平家が国替えとなり出雲を領した時に、信濃より持ち込まれた調理法や食べ方が、奥出雲の「3 段割り」に受け継がれている。

蕎麦の製粉には、搗き臼や挽き臼などを用い、割子と呼ぶ器に小割りに入れて積み、蕎麦汁をかける食べ方である。一般家庭では塗り物の蕎麦碗を揃え、行事や冠婚葬祭、特に法事などの食膳に出されることが多いという。

2. 栽培について

奥出雲町の山間の集落では、傾斜地などを利用して蕎麦を植え、正月や祭り、冠婚葬祭などに蕎麦を打って食べたていた。

また出雲の主要な産業であったたたら製鉄で、薪炭林として伐採された山地を次の薪炭材が育つまで、焼き畑などに利用し、ここで蕎麦も栽培していた。砂鉄を採るカンナ流しの周辺の広大な土地は、養分の少ない真砂土のため、一般作物には不向きで、やせ土に強い蕎麦が植えられた。

3. 在来品種の分布について

奥出雲地方には、現在 4 種類の蕎麦が栽培されていて、その内の 2 種類が在来品種である。それらは総称して「小そば」と呼ばれる粒の小さな蕎麦である。収穫が早いので、凶作のときにも植える救荒作物でもあり、水田が少ない山間部では、日常的にも麦・蕎麦は重要であった。

2 種類の在来品種は「猿政小そば」と「横田小そば」である。平成 28 年の状況を見ると、奥出雲町全体の蕎麦の栽培面積は 110ha である。一般品種の 2 種を除くと、在来品種は 30ha で、「猿政小そば」が 5ha で「横田小そば」は 25ha である。



（写真 1）可部屋集成館の清聴庵（蕎麦店）



（写真 2）信州 1 号（左）と猿政小そば（右）



（写真 3）猿政山麓の猿政小そばの畑



(写真 4) 粉に水を打つ



(写真 5) まず丸くのしていく



(写真 6) 四角形にのす、長辺 1.2m



(写真 7) 蕎麦切り

「猿政小そば」は、阿井川流域から猿政山の山麓が栽培地で、細々と栽培されてきたものを、2ha は集約し、残りの 3ha は点在したままで、14 世帯で栽培している。栽培地域では、古くから交配を助けるミツバチが飼われ、巣箱が置かれている。連作障害があるため、3 年作ると 3 年休ませ、5ha で年間 1t ほどの蕎麦を収穫している。

一方「横田小そば」は、横田地区を中心に徐々に増やしたもので、平成 13 年頃から横田一円で作られるようになった。「横田小そば」25ha では、企業を含み 30 軒で栽培している。

在来品種である「小そば」の収穫量は、反当 40 ～ 50kg ほどであるが、一般品種である「信濃」などは反当 80kg 前後である。

今日の蕎麦の実は、いずれの品種も脱穀後にみがきをかけ、角を取る。精米機などで、抵抗をかけずに回すと角が取れツヤが出る。「石抜き」と「みがき」と呼ぶ工程である。昭和 50 年頃から横田で行われるようになった。

以下、製粉、蕎麦打ち、食べ方に関しては、「猿政小そば」による蕎麦を提供している「清聴庵」で取材したものである。

4. 原材料（製粉）について

奥出雲地方の蕎麦は、石臼で挽いたり、搗き臼で搗く。蕎麦粉は基本的に殻まで搗いて入れている。「猿政小そば」は NPO 法人により管理され、ほぼ全量が水車で搗かれている。使用している水車は、重要文化財・櫻井家住宅内にある水車（県指定文化財）で、200 年ほどのものである。

石臼の場合、回して挽くので粉の形状が丸いが、水車で搗いた粉には角があり、細かくよく伸び、蕎麦が打ちやすくなるという。

水車には、1 回に 4kg ほど蕎麦の実を入れて、1.5 ～ 2 時間搗く。1 日 4 回、16kg を搗く。

一般の家庭では、石臼や「ソンジ」という水力を利用した小さな臼で製粉していた。「ソンジ」での製粉は一晚中かかっていたという。

5. 加工（調理など）について

蕎麦の打ち方は個人差はあるが、出雲地方独特のやり方などはないという。実演者は蕎麦をのす時に四角くするが、それは蕎麦が同じ長さで仕上がり、人数分に分けやすくするための東京風の打ち方であり、地元の年寄りには丸く打つという。

粉に水をまわして練る（7 分間の作業）

蕎麦粉 1kg に対し水は 430cc ほど入れてよく練り、鉢の中でまとめる。

蕎麦打ち台でのす（14 分間の作業）

蕎麦打ち台の上で形を整えてから、押しつぶすようにしながら丸くのす。

さらに四隅ができるように角を押し出し、四角くのしていく。四角形が長くなるようにのし棒に巻きながら延ばしていく。粉の湿り具合や天候により日々、仕上がりが異なるという。

折りたたむ（1 分以内の作業）

打ち粉を打ちながら、のし棒を使ってまず 2 つに折り、さらに目分量で 4 つに、続いて 8 つに折る。

切り（10 分間の作業）

定規を当てて折りたたんだ蕎麦を切る。蕎麦の長さは約 1.2m になる。10 人前に切る。合計 32 分であった。包丁は、元は刀鍛冶といわれている地元の鍛冶屋（雲州忠善）の製品である。

茹上げ

茹で時間は 1 分 20 秒～30 秒を目安に調整、冷水に充分浸してから、水を切る。



（写真 8）切り終えた蕎麦



（写真 9）蕎麦切り包丁

6. 食習等について

(1) 盛り付けと器

蕎麦汁はかつお、椎茸などで、担当者が決まっていて、基本的な出汁で作っている。出汁は蕎麦の味を強調するために薄くしている。出雲蕎麦の出汁は一般に少し辛いといわれる。かつて、家で食べる時は鳥やうさぎの骨などで入手できるもので出汁を取っていた。

薬味はからみ大根を添えることもある。

蕎麦を盛り付ける器は、「割子」（わりご）と呼び 3 段重ねで、それぞれの段に冷たい蕎麦をいれ、その上にもう 1 段（もしくは蓋状の器）のせ、薬味を入れる。薬味はネギ、鰹節、刻み海苔などである。割子とは別に御膳に「御蛸壺」という器におろし大根を入れて添えると、より上等な膳になる。

櫻井家文書を見ると、天保期から大正期までの献立表があり、「蕎麦 御蛸壺 のり ねぎ」などと書かれている。江戸時代からこういう食べ方もあったようである。

文書の献立では「蕎麦」「御蕎麦」「椀蕎麦」「蕎麦切」などと書かれている。

松江藩 7 代藩主・松平治郷は不昧（ふまい）と号し、茶道にも傾倒し、「そば御膳」と呼ばれる膳椀の揃いも不昧公が考案したものであるといわれている。

今日でも、出雲では行事の献立に蕎麦が見られる。行事では祝い事より法事の献立に出てくることが多い。一般家庭でも来客時には客用の蕎麦椀を出す。



（写真 10）3 段割子の膳



（写真 11）3 段を広げてみる



(写真 12) 櫻井家の主屋



(写真 13) 櫻井家の水車小屋 (県指定文化財)



(写真 14) 水車小屋の内部

(2) 蕎麦の食べ方

出雲では行事食を中心に「割子そば」が改まった食べ方で、この器を「割子」という。普通は一人3段「3段割子」(わりご)というのが多い。

「3段割子」の食べ方は、まず一番上の割子に薬味をのせ、汁をかけて食べる。次に残った汁を2段目に移して食べていく。3枚目でも蕎麦の味が変わらないのが割子の特徴という。

一方、山里の暮らしでは、蕎麦切りを食べるのは来客時や年越し、冠婚葬祭で、日頃はイロリに鍋をかけ、汁の中に蕎麦がきをちぎって入れ、煮て食べていた。汁は味噌味が多かったという。

奥出雲町は人口 13,000 人、4,800 世帯であるが、蕎麦屋が 13 軒ほどある蕎麦処である。

7. 技術伝承について

NPO 法人の拠点は、可部屋集成館 (鉄山師頭取の屋敷である重要文化財・櫻井家住宅) 内にある清聴庵である。3月中旬から12月初旬まで営業している。山菜採り、山登り、蕎麦打ち、蕎麦の栽培とグループで活動している。現在 13 名で 60 ~ 70 代である。栽培に関しては「猿政小そば」という銘柄を町に認定してもらい活動の後押しになっている。体験学習の参加者などから蕎麦打ちの後継者も育ちつつあるという。



生の酢漬け

名称：ママカリの酢漬け

よみがな：ままかりのすづけ

伝承地：岡山県の瀬戸内海沿岸一帯

調査地：岡山県玉野市胸上

話者：木村 佑子さん

伝承者数：多数

主な原材料：タラ（真鱈） 大根、ネギが基本、
味付けは味噌または醤油

主な用途：年取り料理、冬のご馳走

1. 特徴と由来

瀬戸内海の沿岸の河口汽水域には、さまざまな魚が生息し、季節ごとに魚が大量に群れたり回遊してくることがある。ママカリ（サッパ）もそのひとつで、毎年秋になると旭川と吉井川、さらに高梁川などの河口から沿岸に湧き、周辺の漁民の大切な食料として酢漬けで保存されていた。

かつての漁師は獲った魚をさばいてから岡山市場に出荷した。ママカリも酢漬けで出荷され、市街地で人気商品となり、岡山県を代表的する郷土食のひとつになった。

ママカリの名は、うまくてご飯が足りなくなって、隣にママ（メシ）を借りに行ったから、ママカリというようになったといわれている。

2. 技術伝承の背景

大きな河川の河口域は、さまざまな生き物の棲家となっている。ママカリは餌であるアミを求めて河口域に集まり、秋の台風、長雨などにより河口から押し出されるアミを追って沿岸を回遊する。この季節が漁期で、網漁でママカリを漁獲するのである。現在は河川や河口調整池などの改修工事が進み、大水が起こらなくなり、ママカリの漁獲量は減っている。上流のダムに放水を依頼することもあるという。

3. 漁法について

ママカリは1年に2回沿岸に来る。5～6月頃と9～11月で、特に秋は脂が乗り、波止の内側にまで入ってくる。

ママカリは漁師の賄い用の魚であったため、専門の漁法がなく、かつては沿岸に多数設置されていた簡易な小型定置網（ツボ網）でまかなえた。数名の流し網漁師はママカリ専門の目の細かい流し網を持ち漁獲した。

昭和40年台に小型底曳網が許可されると、ツボ網を



(写真1) 玉野市胸上漁港



(写真2) 加工前のママカリ(13～16cm)



(写真3) 胸上地区の5種類のママカリ料理



(写真 4) 下ごしらえ、頭を落として、腹も切り取る



(写真 5) 下ごしらえ、スプーンの柄で血合を掻き取る



(写真 6) 刺身用に 3 枚におろして、頭側から皮を引く



(写真 7) 刺し身

行っていた漁師が小型底曳網に転向したため、ママカリの漁獲が減少した。

4. 食習等について

調査地(玉野市胸上)のママカリの食べ方は 5 種ある。捕れたてのママカリは「刺し身」で食べる。

酒の肴としては「生のママカリの酢漬け」である。

中骨を取って酢に漬け、握り寿司にした「ママカリズシ」を来客時につくる。

おかずとしては「焼いたママカリの酢漬け」が好まれる。

最近開発され、人気のある食べ方は圧力鍋で炊く「ママカリのらっきょう酢漬け」

いずれの酢漬けも常温でも 10 日は保つ。冷蔵庫では 1 ヶ月近く保つ。刺し身以外は保存食である。

ママカリはほとんどが日常食べるもので、祭りなどの行事食には「祭り寿司」があり、ママカリは使わない。

また、ママカリは干物や焼き魚にはしないし、岡山周辺では「アズマズシ」も作らない。「アズマズシ」はママカリの握りで、酢飯の代わりに酢で味付けしたオカラを使ったもので、広島県にみられる。

5. 加工(調理など)について

ママカリは 12 ~ 15cm ほどの魚で、腹の回りに鱗が多く、中骨も固い魚である。1 尾ずつ丁寧に調理する魚ではなく、手際よくまとめて処理し、酢漬けなどで中骨を柔らかくして食べる小魚である。ママカリは下ごしらえしてから調理する。

(ママカリの下ごしらえ)

- ・ペットボトルの蓋で鱗を落とす。
- ・頭を切り落とす。
- ・腹を切り落とす。
- ・血合とそのまわりに残った腸を掻き取る。

刺し身

- ・3 枚におろす。
- ・腹骨の残りを切り取って形を整える。
- ・頭側から皮を引く。
- ・柑橘類の絞汁をかけて食べる。醤油は使わない。

生のママカリの酢漬け

- ・下ごしらえしたママカリに塩をすり込み 1 時間放置する。
- ・キッチンペーパーなどで出てきた汁気を拭き取る。
- ・ママカリを器に入れて浸るまで米酢を入れる。酢に砂糖などは入れない。
- ・ほどなく中骨が柔らかくなり食べられる。

ママカリズシ

- ・生のママカリの酢漬けを開きにする。
- ・尾びれを残して中骨を取り去る。
(岡山県漁連にここまで処理した製品がある。通常はそれを購入する。)
- ・酢飯をにぎる。この時、生の酢漬けの酢をつけながら握る。出汁が出ているからまろやかになる。
- ・そのまま食べる。

焼いたママカリの酢漬け

- ・下ごしらえせずに鱗だけを取る。かつては鱗を取らなかったが、鱗が口に残るので、現在は取っている。
- ・頭と腹は取り去らずに、軽く焦げ目が付くまで両面を焼く。
- ・酢に砂糖(酢の2分の1の量)と醤油、出汁を少々入れ、焼いたママカリを浸ける。
- ・1日置くと骨が柔らかくなるので食べる。

ママカリのらっきょう酢漬け

- ・下ごしらえしたママカリを圧力鍋に並べ、酒かみりんを適量入れる。
- ・らっきょう酢をママカリが浸るまで入れる。
- ・生姜の千切りをママカリの上にちらす。
- ・圧力鍋で15分ぐらい中火で炊く。普通の鍋の場合は1時間ほど煮詰める。
- ・冷めたら食べる。

6. 郷土食の変容と伝承について

ママカリの酢漬けに関する変容は、まず材料であるママカリの入手法にある。「3. ママカリの漁法」で述べたように、地元での入手が困難になっていることである。

一方、岡山のママカリ需要は知れ渡っているため、各地から岡山に原材料のママカリが入荷するようになり、県漁連の冷蔵庫には1年中生のママカリが保管されている。調査地の玉名市胸上漁協でも、イベントでママカリズシを作る時は、県漁連から購入している。話者の奥野家では、博之さんが一般遊魚者と同様のサビキ釣りで、自家用分を確保している。

料理に関しても問題がある。かつては漁師でない家庭でもママカリの酢漬けを作っていたが、現在、40歳代以下の住民は、漁師を含めて酢漬けを作らなくなった。若い漁師は、販売できる魚だけを漁獲するため雑魚を持ち帰ることが少なく、料理の経験がないためという。

話者の奥野ミエ子氏は、岡山県漁連婦人部の会長で、地元の胸上漁協婦人部長である。婦人部の活動として、料理法を配ったり、イベントでママカリズシなどの販売を年に3～4回行っている。地元で獲れるさまざまな魚の料理法の伝承方法を模索しているという。



(写真8) ママカリの生の酢漬け



(写真9) 酢漬けの開き(中骨なし)が県漁協で購入できる



(写真10) 酢飯にかぶせてママカリズシを作る



(写真11) 焼いたママカリの酢漬け(頭、腹あり)



名称：さつま

伝承地：広島県安芸郡海田町

調査地：広島県安芸郡海田町上市 4-14
海田町教育委員会

話者：丹羽 邦子さん

佐々木 有紀子さん（上級食品表示診断士・
フードコーディネーター）

伝承者数：保存会「さつまの会」は会員 11 名
（話者は会員）

主な原材料：魚（コノシロ・ボラなど）・味噌・出し汁・
コンニャク・ネギほか

主な用途：日常食

全ての写真提供：佐々木 有紀子さん



（写真 1）骨とだし汁



（写真 2）焼いた味噌

1. 背景と特徴

海田町は、日の浦山などの山に囲まれ、中央を流れる瀬野川は海田湾に注ぐ地形にあり、西国街道には本陣に転用された「御茶屋」や脇本陣があった。

地形の恩恵から豊富に獲れた魚介類を日常食として利用する工夫から生まれた調理法として普及したもののようであり、同様の地形にある瀬戸内海沿岸部には伝承がみられるという。

2. 技術伝承の由来など

江戸時代に始まったといい、郷土史家によると「参勤交代で宿泊する大名のために用意した食材の残ったものを活用するための工夫」ともいうが、話者は後付けであろうとされる。また、「さつま」の呼称についても「最後に十文字に切る」ことから薩摩藩の意であろうという説もある。ただ、十文字に切るのはご飯であり、味をなじませるためであろう。安芸郡には「参勤交代の薩摩藩の武士の自炊から伝わる」「簡単な料理で主婦の負担を軽くする」などとも伝わる（『下蒲刈町史』）という。

丹羽氏によると、生家は瀬野川上流の旧東海田町石原地区で、「魚は行商で購入していたが、父が好きでよく食べていた」といい、行商は、女性ではリヤカー、男性では自転車で行われていたという。現状では、50～60代の男性には記憶されているが、女性は町外から嫁いってくるためか伝承されていないという。また、男性にも「母ではなく、祖母が作っていた」という記憶があるという。昭和30年代までは伝承されたものの、その後の食生活の変化、河川の汚染による漁獲の減少などで消えたのであろう。

3. 分布について

海田町は、昭和31年（1956）瀬野川上流の東海田町と沿岸部の海田市町の合併で生まれた町であるが、その

どちらにも分布していたようである。コノシロやボラは瀬野川河口付近ではタチアミ（立ち網）を立てておけば幾らでも獲れたといい、購入するにも安価であり、手軽な日常食とされたようである。

4. 原材料について

瀬野川河口や海田湾で獲れるコノシロ・ボラが主材料であり、味付け用の味噌、濃度調節の出し汁や冷水が基本材料。多くはネギとコンニャクを混ぜる。家庭によってはゴマを加えることもあった。現在はコノシロは入手困難で、タイ・アジ・イワシ・トラハゼなどを利用している。

ほぼ自家製といえる材料であるが、コンニャクは海田町内では作られていない。丹羽氏の記憶では、生家でもコンニャクを入れていたという。

5. 加工（調理など）について

食材の量は「さつまの会」によるレシピで、5～6人分。

(1) 下ごしらえ

魚3尾（18～20センチ位）は焼いて骨と身に分ける。コノシロは骨がましいので骨切りをしておく。骨から出し汁を取る場合は、ひたひたの水と味醂・酒を加えて煮る。

味噌100グラム位は、皿や搥り鉢の内側に塗って、焼いておく。

コンニャク200グラムはアク抜きをして3センチの短冊切りにし、＜出し大2・醤油小1・味醂小1・酒小1（大小は各大さじ・小さじ）＞で水分がなくなるまで火にかけて、その後冷ましておく。

ネギは小口切りにしておく。

(2) 調理

イリゴマ120グラムを入れる場合は、最初に搥り鉢に入れて搥る。かつてはゴマは入れないのが一般的だったかもしれない。

イリゴマを搥った後、あるいは、ゴマなしで、焼いた魚の身をほぐして搥り鉢にいれしっかり搥る。搥るのは約10分位。

家庭では主婦が調理したが、搥りこぎで搥る作業は、「父が自分がすると手伝っていた」（丹羽氏）と、時に男性の手も加わったようである。

焼いた味噌を加えて混ぜ、骨から取った出し汁を加えて延ばす。

出し汁ではなく、冷たい水でもよい。昔は冷水のほうが一般的ではなかったかと思われる。延ばす濃度は各家庭の好みで加減された。

コンニャクとネギを加える。熱が残っている場合は冷



（写真3）ゴマをする



（写真4）すり鉢でする



（写真5）すった身とネギ



(写真 6) すった身にコンニャクを (写真 7) すった身にネギを

(写真 8) 出来上がり 2 種 (右はゴマなし)

めてからにする。

器にご飯を盛り、その上に「さつま」をのせる。

器は普通のご飯茶碗だった。

6. 食習等について

地域で多く獲れ安価であるが小骨が多く食し難い素材を活用した日常食である。手軽に食べる「汁かけご飯」であり、かつては「濃いお茶漬け」程度にゆるめ、それも出し汁より冷水（井戸水）を利用することが多かったのであろう。家庭による調理の違いの出る点だったようである。イリゴマを入れるか否かも家庭により、男性の記憶では「入っていなかった」そうだ。一回分の量で作り、作りおきはしなかったという。

丹羽氏の生家では、三度の食事毎にご飯を炊いていたといい、「さつま」も冷たいものを暖かいご飯にのせたという。基本的には、冷えたご飯に冷たい「さつま」をのせたようである。コノシロは春から秋に多く獲れ、麦の収穫に重なるが、麦飯を食べ易くということはなく、夏の暑さで食欲がなくなる頃に食べ易くするためだったように思うということである。「さつま」は魚に火を通して作るが、出来上がったものにコノシロの糸きり（生食）をのせて食べることもある。

7. 郷土食の変容について

コノシロやボラは瀬戸内の河口地域では多くみられた魚種であったが、河川や海の汚染で減少するとともに食用に適さなくなり、食卓から消えたようである。家庭料理の変化とも重なり、「手軽に」ととされた「さつま」も「手のかかる調理」として姿を消したようである。

コノシロがイワシ・タイ・アジなどに変わったことで、季節感のある食べ方ではなくなっている。丹羽氏に

よると、生家では味噌は自家製（麦麹・大豆）でゴマも栽培していたというが、現在は購入品となっている。また、臭味を取ったり季節感を出すためにショウガやユズの千切りを添えたりする工夫もあるようで、手軽ではなく、ちょっと手を掛けた懐かしい日常食として食されているようである。

魚を焼くのは七輪に炭火をおこしており、皿や摺り鉢の内側に塗った味噌もこの火で焼いた。今は魚はグリルで焼き、味噌はアルミホイルに包んでグリルかトースターで焼く。煮炊きはクド（竈）でしていた。当時、箆は竹製と金属製があった。摺り鉢と摺りこぎは変わらないが、今はフードプロセッサーなどを使うことも多い。摺り鉢と摺りこぎには特にこだわりはなかったが、摺りこぎにはブイブイ（グミ）の木がいいと聞くという。

8. 技術伝承について

伝承と保存のために、平成 27 年（2015）1 月に「さつまの会」（所在地：海田町窪町 2-10-1002）が設立されており、会員数は 11 名（設立時 8 名）である。

活動としては、海田町・町周辺住民対象の「さつま講座」や親子料理教室の開催、高校への出前講座などを通して調理法の周知を計り、町内に残るレシピの収集を行っている。また、学校給食への採用への取組として家庭科教員・栄養教諭への講習会実施、食材や調理法の工夫による新しいレシピの開発などで、若い世代への普及をはかっている。商工会との連携で、商品化して道の駅で販売する方向で検討を重ねているところでもある。

平成 28 年の海田町町制 60 周年記念行事参加や 29 年度の海田市祭りへの参加予定などにも取り組んでいる。行政からの補助はまだ少なく、減免団体への申請を行っている。



名称：茶粥

よみがな：ちゃがゆ

伝承地：

山口県周防大島町、岩国市、柳井市など山口県東部
瀬戸内海地域一帯が主であるが、西部地域でも長門
内陸部、萩にも伝承がある。

調査地：山口県周防大島町

話者：食生活改善推進協議会会長・中元 みどりさん

伝承者数：多数

主な原材料：白米、茶（マメ茶・ガラ茶・ほうじ茶）

主な用途：日常食

1. 背景と特徴

島部や山間地域といった稲作栽培をおこなうことが比較的難しい地域、米の収量が少ない地域によっておこなわれ、節米のためにおこなわれた食物である。

周防大島地域では四季を通じて、日常食として朝、昼、晩に作って食されていた。現在でも朝に茶粥を作って食する家もある。また、長門内陸部では冬の寒い時期と季節を限定して食していたところもある。特に米が食べられず、イモ（唐芋：サツマイモ）を蒸したもののばかりを食していた戦中後時代には、茶粥は腹持ちが良くご馳走だったという。

2. 技術伝承の由来など

山口県東部地域である岩国や柳井市では慶長年間に起こった関ヶ原の戦い以後、毛利氏一族の吉川氏が岩国に移封され、領地が減少し、節米のために少量の米で満腹になる茶粥がおこったとされる。周防大島にも、この伝承が伝わるとされるが、その発祥の地や時期、どのようにして伝わったのか、その由来についての伝承は不明である。ただ、昔からあったといわれ、各家で代々、嫁に来たらその家の味を覚えるといわれ、女性の手によって、継承されている。

3. 分布について

茶粥の分布については、「滋賀県に残る茶がゆ習俗」大正7年調査には、茶粥が主食として「愛知県都市部の一部、滋賀県村落の一部、京都府都市部および市街部、大阪都市部および村落の一部、和歌山全県、島根県都市部の一部、山口県市部および村落の一部、佐賀県村落部」、昭和18年『郷土食慣行調査報告書』では、昭和初期には、三重・滋賀・京都・大阪・和歌山・香川・岡山・島根・山口・佐賀県の山間僻地や海岸沿いの耕地の少ない地域とされ、山口県では、古くから伝承されており、現在で



（写真1）ハブ茶（豆茶）にする豆

（写真提供：周防大島文化交流センター）



（写真2）焙烙とハブ茶（写真提供：周防大島文化交流センター）



（写真3）左：カンス（茶釜）／右：チャキン（茶袋）

（写真提供：周防大島文化交流センター）



(写真 4) 茶袋(ほうじ茶のバック)を煮出している状況)
IHを使用して茶を沸かす



(写真 5) 米(洗わないまま)を鍋に入れる



(写真 6) 鍋をオタマでかき混ぜている様子



(写真 7) 茶粥が煮立って混ぜている状態

も周防大島町、岩国市、柳井市など山口県東部瀬戸内海地域一帯に濃厚にのこる。また西部地域でも長門内陸部、萩にも茶粥を食するという報告がある。各家の主婦の手によって家の味が守られており、茶の原料や煮出す茶の濃さ等の調理方法があり、若干異なる。

4. 原材料について

白米と茶でつくるが、周防大島地域内の旧大島町では、煎茶は用いず、ハブ茶(豆を乾燥させて炒ったもの)を使用。旧橘町安下庄では粉茶を使用するところ、あるいは長門西部地域では柴茶(自家製の茶)を使用するところもあり、地域によって材料が異なる。いずれも自家製を使用する。現在ではほうじ茶(パックに入ったもの)を利用して作る場合もある。

白米と茶のほかに、イモ(サツマイモ)を入れた「イモジャ」や団子(小麦粉)を入れた「ダンゴジャ」、あるいはそら豆(青そらず 生のもの、干しそらず 干したもの)を入れた「マメジャ」といった米以外のものを一緒に入れて作る場合もあるとの報告もある。

材料であるハブ茶は秋頃に収穫し、乾燥させて半缶(一斗缶の半分の缶)に入れて保存する。

5. 加工(調理)について

通常家族分を作る。通常の割合は家によって異なるが、米 1 合に対し、水がその 5 倍程度。米 2 合 に対し水 2.5 程度。ほうじ茶(粉茶)又はハブ茶(豆茶) 5 人前以上はできるという。

昔はカンス(茶釜。口が小さい鉄製のもの)をクド(竈)にかけて作っていた。クドは三つ穴があり、真ん中にはカンス用の口があり、それにかけて作る。現在ではクドもなくなり、ガスや IH 調理に鍋をかけて作る。

調理方法

水 10 カップを鍋 昔はカンス に入れる。

チャキン:茶袋(晒:13cm×10cm)に入れたハブ茶 パックに入ったほうじ茶 を、 の鍋に入れ、強火で沸騰させる。

茶を煮出して、茶の色が出て、適度な色濃さ、香りになったら茶袋を取り出す。

煮出した茶のなかに、米をそのまま洗わずに煮たった鍋に入れ白米(洗わない)を入れ、強火で煮る。

時々オタマ(現在は玉杓子、カンスを使用していた時は木柄杓を使用)でかき混ぜながら、煮こぼれないように炊く(20 分ほど)。途中で鍋の蓋をして、少しだけ口を開けて炊き、白米がノビル(米の芯がないようになる)と完成する。

鍋で作る場合は、煮こぼさないように口を少しあけて

煮る。また途中で灰汁をとったりすることはなく、米の状態をみながら煮炊く。少しどろっとした、粘りがあるような状態まで煮る。

イモ（サツマイモ）を入れる場合は、イモを大きく小口切にして蒸かしたものを用意し、白米を入れた後に入れる。

6. 食習等について

かつては日常食として朝、昼、晩に家族で食しており、茶粥にはたくわんや大根葉などの漬物と一緒に食する。別に決まった作法はなかったが、昔は父親が仕事から帰って来て、一番最初に口をつけないと、食べることはできなかったという。明治時代までは、朝食と昼食の間の午前 10 時頃にも「茶を飲む」といい、食していたといわれる。

周防大島町久賀では農繁期の作業の合間、コビル（小屋）子どものおやつ、近所が集まって話合いをする際など、「オビイジャ（お茶がわりの茶がゆ）」といい、いつもつくるといったり、田植が終了した後のドロオトシの時に作って食していたという報告もあるが、外で茶粥を出したということや近所が集まって茶粥を食するなどの伝承については今回確認できなかった。

島四国八十八ヶ所霊場を有し、弘法大師信仰が盛んな周防大島では、旧暦 3 月 21 日春巡礼の際に旧東和町沖家室の泊清寺では茶粥を巡礼者の接待に出すという報告もあり、信仰や年中行事とも密接に結びついている事例もある。

また、柳井市ではお店で伝統的な郷土料理として茶粥を出す店もあり、観光産業の一つとして位置づけられる。なお、茶を入れないだけで、作り方は茶粥と同じ白粥（シラグユ）は病人や離乳食の場合に出すものとして、茶粥とは、区別される。

7. 郷土食の変容について

朝炊いて、昼には麦飯を炊き、足りない場合は、それに茶粥をかけて食べ、夜にも茶粥を食していたといわれる。戦後に朝食だけを茶粥にする家が増えていく。昔は家の女性（主婦）が一人でつくり、家族で食するという慣例も、高齢化・過疎化により一度に多くを作ることが難しくなってきたが、高齢者がいる家では現在でも朝には茶粥という家もある。その場合は、一度に食べきれぬ量の茶粥をつくり、それでも残ったものは熱いご飯に冷たい茶粥をかけて食することもあるという。

また一方で、秋には収穫した芋を入れた芋茶粥、冬季には正月用や寒の餅を焼いたものを入れた餅茶粥というように季節に合わせたものを茶粥に入れたものがあった



（写真 8）煮立っている状態 茶粥の場合はそのまま煮て完成



（写真 9）芋粥の場合は、煮立った後に入れる



（写真 10）煮こぼれそうになったら蓋を少しだけ開けて煮る



（写真 11）出来上がった状態



(写真 12) 茶粥と副食(漬物)



(写真 13) イモ(芋)粥が煮立っているところ



(写真 14) イモ(芋)粥をよそう



(写真 15) 出来上がったイモ(芋)粥

が、かつての白米を食べることが希少であった戦中後の食料難時代から、高度経済成長期を経て、白米を日常的に食べることができるような豊食生活を迎え、さらには食の多様化、飽食化に伴い、現在では茶粥を炊く家が少なくなったという。

道具についても、かつてはクド(竈)にカンス(茶釜)をかけて作っていたものが、昭和30年代頃にガスコンロが出始めて、カンスをかけることができなくなって、次第にカンスを使用しなくなり、捨て去られ、代わりに鉄鍋やホーロー鍋で作るようになった。カンスを使用していた時期は、クドにかけていたので、そのまま保温ができていたという。

現在ではガスやIH電気調理機器になり、それに合わせて真鍮、ステンレス製やIH対応の鍋をかけて作る。

8. 技術伝承について

周防大島町では三年前よりロングライド(サイクリング大会)が年1回(10月)実施されており、そこで郷土食として参加者に茶粥を出すようになり、島内外的に郷土の伝統食としてアピールし、愛着が生まれるような取り組みがなされている。

また食生活改善推進協議会では、小学校5年生を対象に茶がゆの作り方を実際に教えるなど、技術伝承の育成を行っている。

調理も比較的容易に実施でき、技術伝承についても問題はないと思われるが、昔はカンス(茶釜)を使用していたが、カンスを使う家はほとんどない状況であり、現在は鍋を使用で行う。材料についても現在ではパックに入ったお茶で代用することもあり、材料や道具の変容が認められる。カンスを使用するための竈、あるいはハブ茶の原料である豆を乾燥させ、炒るといった一作業をともし面倒さが今後継続していくことができるかが、少し課題であろうと思う。

【参考および引用文献】

「日本の食生活全集 山口」編集委員会代表中山清次編

『聞き書 山口の食事』日本の食生活全集 35

1989年3月発行 社団法人農山漁村文化協会

印南敏秀『島の生活誌 暮らし・交流・環境』東和町誌 別編

2004年8月東和町発行



(写真 16) 周防大島



(写真 17) 松村家 (久賀上津原) の芋粥



(写真 18) 高田浩宅 (東和長崎) の夕飯：茶粥とごはん



(写真 19) 高田浩宅 (東和長崎) の夕飯：芋粥とごはん



(写真 20) 佐野家 (東和平野) の芋粥



(写真 21) 戸田家 (安下庄ショウブ) の朝食：茶粥



(写真 22) 戸田家 (安下庄ショウブ) の朝食：餅



(写真 23) 戸田家 (安下庄ショウブ) の朝食：餅茶粥



名称：阿波和三盆、和三盆糖

よみがな：あわわさんぼん、わさんぼんとう

伝承地：徳島県板野郡上板町、阿波市吉野町、
阿波市土成町

調査地：板野郡上板町泉谷原中筋

話者：岡田製糖所ほか

伝承者数：岡田家とは別に 3 名

主な原材料：サトウキビ

主な用途：甘味料、和菓子の材料など



(写真 1) 岡田家の主屋は茅葺き



(写真 2) できあがった白下糖（和三盆糖の原料となる）

1. 背景と特徴

江戸後期から続く北限の甘蔗栽培と和三盆糖の加工技術である。沖縄などの南方とは甘蔗の成育が異なり独特の濃厚な味わいを丁寧な製法でつくり出しているところが特徴である。和菓子や和食の食材としてなくてはならないものであるが、手間ひまかかる甘蔗の栽培ばなれに苦慮しているのが現状である。

2. 技術伝承の由来など

阿波の甘蔗は安政 5 年（1776）に栽培が始まり、白下糖づくりは寛政年間（1789～1801）に始まったといわれている。

最盛期は天保～文久年間（1830～1863）で、作付け面積が 2000 町歩を越え、甘蔗で 2000 万貫（75,000 トン）収穫したという。ところが、明治 10 年頃より、輸入糖におされ衰え、わずかに上板地方に残ったという。また、白下糖を和三盆糖に精製する技術は、いつ導入されたかなど不明である。

3. 栽培と加工の概要

(1) 甘蔗（サトウキビ）の栽培

栽培農家の仕事であるが、岡田家も 2 反作付けしている。4 月上旬に苗を植え、11 月中～下旬に収穫する。

(2) 白下糖（しろしたとう）づくり

荒づくり段階で黒砂糖と同様な成分である。12 月の上旬から中旬に搾り始めて翌年の 2 月中旬に終了する。

(3) 和三盆糖づくり

荒づくりした白下糖を精製して仕上げる工程。12 月下旬より始まり、翌年の 5 月末までに終了する。現在は 6 月末に終了する。

(4) 製品の保管

栽培と製造は、農家と雇用した職人の仕事であり、岡田家は製品の保管と販売の経営が仕事である。

4. 原材料（甘蔗の栽培）について

甘蔗は、周辺の農家が栽培したものを一定の値段で買い取っている。価格を変動させると量が集まらなくなる。岡田製糖でも自家で2反分の作付けを行い、頼まれれば種も分けている。

栽培農家は約40軒で、いずれも2反平均で多い家で3～4反分である。約2mの背丈まで育て、葉を取り1.5mに仕立てたものを買い取っている。

5. 加工について

(1) 白下糖の工程

モーターによるローラーで甘蔗を搾り、タンクに貯蔵する。

荒釜

搾り汁を炊き込むことで、ゴミ・アワ・アクが上部に浮かぶので杓ですくい、かき灰（石灰）を入れて中和させる。さらに沸騰させアワを取り、3分の1位に煮つめ、澄まし桶で不純物を沈殿させる。

中釜

上澄みとアワを杓で取りながら、さらに2分の1まで煮つめる。

揚釜

さらに煮つめ、黄金色の液をカイで混ぜながら仕上げる。

冷やし釜

攪拌しながら冷却し結晶させ、冷やしカメに移すと白下糖が出来上がる。

(2) 和三盆糖の工程

和三盆糖は、白下糖を精製し始めて6日目に作業を終え乾燥に入る。

〔1日目〕荒がけ

白下糖を麻袋に入れ、押棒を掛け、40kgの石を数個吊して搾る。糖蜜は蜜ガメに流れ出る。袋に残った方が製品になる。

〔2日目〕つぶり

搾った砂糖を手のひらで押し摺り、練り上げ、再び袋に戻して押棒に掛ける。

〔3日目〕とぶとぎ

8袋分を1つにまとめて練り、また8等分してそれぞれを練り、押棒に掛ける。

〔4日目〕中とぎ

3日目と同じ作業を繰り返す。

〔5日目〕8袋全部を集めて練り、また8つに分ける。これを「かため」という。再び1つずつ押棒に掛ける。

〔6日目〕上がり



（写真3）白下糖づくり：サトウキビをしぼる機械



（写真4）サトウキビの汁を煮詰めて白下糖をつくる釜



（写真5）和三盆糖の製作棟



（写真6）締め機（作業中）



(写真 7) 締めた残りを練る、「とぐ」という



(写真 8) とぎの作業



(写真 9) かなり柔らかくなる



(写真 10) 再び締め機にかける、これを繰り返す

袋の中を手で碎き、フルイ掛けしてから乾燥棚に薄く広げ、1週間乾燥させると、和三盆糖が完成する。

6. 食習等について

製品は和三盆糖とその加工菓子で、白下糖の販売もある。製菓材料の卸しとしては「とらや」や鎌倉の「としまや」が大手で、中小の卸しもある。

7. 甘蔗栽培の問題点

当技術では、甘蔗の確保が最大の問題点である。生産者が高齢化し、世代交代するとサラリーマンと兼業で、甘蔗栽培には手が回らなくなる。平成初年から製品の生産量は増加しているが、栽培量は変わらない。

甘蔗は水はけのよい南向きの畑でなければならないが、台風の影響を受けやすい。風で倒れたら1本ずつ起していき、2回目までは大丈夫だが、3回倒れると根が折れることが多い。さらに栽培期間中に畝間に溝を掘り、乾季には水を流すなど手間がかかる。また、夏場には数日の除草も必要である。

原料の甘蔗 100kg から 15kg 前後の白下糖が採れ、8 ~ 9 kg の和三盆になる。搾りカスは土壌改良材、牛の飼料などになる。1シーズンで 8 t の搾りカスがでる。

8. 技術者について

作業場は白下糖づくりと精製の場に分かれ、前者を締め場・釜場せいほうばといい、後者を製法場みかもという。

会社所属の(常用に近い)職人は3名いるが、締め場・釜場の作業は大量処理であるため、「締め子」という季節労働者が8名ほど加わる。締め子は、甘蔗の収穫期の12月から搾りが終わる2月末まで住込みで作業を行う。締め子は徳島県西部山間部の剣山周辺の三加茂みかもというところから集団で来る。70代の棟梁が皆を連れて来る。いずれも70代以上で、長年作業を行っているので勝手はわかっている。高齢化も問題であるが、彼らのなかで対応して継承してくれている。

一方社内の3名の職人は、1名は大正10年生まれ、もうすぐ90歳になる。もう1人は昭和25年生まれ、4年目になる。さらに昭和39年生まれの職人は近隣の農家の息子であるが20年近く働いている。

9. 技術伝承について

(1) 甘蔗栽培者の高齢化

高齢者も次世代も手間のかかる甘蔗栽培をやりたがらない。かつては買い手市場だったが、今は頼んでつくってもらっている。

(2) 出稼ぎ締め子の高齢化

締め子は一地域からの集団であるため、代表の棟梁に任せておけばよいが、それでも近年人数が減っている。農閑期がある専業農家の減少が背景にある。

(3) 道具類

特に釜場の木製桶類の新調が難しくなっている。

阿波和三盆糖の現状と資料

徳島県教育委員会 教育文化課作成（平成 28 年度）

1	技術者	技術者または製造所	岡田製糖所
		所在地	徳島県板野郡上板町泉谷字原中筋 12-1
		従業員数（作業ごと）	締場 2 人，釜場 5 人，出荷 3 人，製法人（研ぎ）2 人
	材料	材料名	竹糖
		栽培状況	委託農家 4 3 戸，5 3 0 a（平成 2 7 年度）
		委託農家の所在地	上板町，阿波市土成町，阿波市吉野町
2	技術者	技術者または製造所	影山製糖所
		所在地	徳島県板野郡上板町引野字寺野東 16
		従業員数（作業ごと）	締場 5 人（うち 3 人パート）釜場 4 人（うち 2 人パート）
	材料	材料名	農林 8 号（サトウキビ）
		栽培状況	1 戸（影山製糖所と同じ），3 5 0 a（平成 2 7 年度）
		委託農家の所在地	上板町
3	技術者	技術者または製造所	服部製糖所
		所在地	徳島県阿波市吉野町西条字東姥御前 2 7 0
		従業員数（作業ごと）	釜場 7 人，研ぎ 3 人
	材料	材料名	竹糖
		栽培状況	委託農家 1 0 戸，2 0 0 a（平成 2 7 年度）
		委託農家の所在地	阿波市
4	技術者	技術者または製造所	友江製糖所
		所在地	徳島県阿波市土成町吉田字川久保 1 7 3
		従業員数（作業ごと）	釜場 3 人，分密（機械作業）1 人
	材料	材料名	砂糖黍
		栽培状況	委託農家 7 戸，3 0 0 a（平成 2 7 年度）
		委託農家の所在地	阿波市
県全体の栽培量			委託農家 6 1 戸，1 3 8 0 a（平成 2 7 年度）

行政による支援の状況

1. 徳島県伝統的特産品として指定 岡田製糖所の阿波和三盆糖
2. とくしま特選ブランドに認定 服部製糖所の大無類印阿波和三盆糖
（展示会等で展示したり，ふるさと納税のお礼の品として活用）
3. 4K 映像による徳島県の観光 PR ビデオ（和三盆）

記録事業

行政 下の歴史資料・参考文献以外では，上板町立歴史民俗資料館に作業時の写真を保管・展示（上板町）
製糖所 DVD（製造工程をまとめたもの，約 12 分，岡田製糖所）

歴史資料，参考文献

- 『上板町史』下巻（上板町史編纂委員会編纂）昭和 60 年 1 月 1 日
- 『徳島県の諸職 - 諸職関係民俗文化財調査報告書 - 』（徳島県教育委員会発行）昭和 62 年 3 月 25 日
- 『阿波和三盆糖』（徳島県教育委員会発行）昭和 58 年 3 月 31 日
- 『上板町阿波和三盆糖の研究 - 黍栽培から三盆糖製法まで - 』（上板町阿波和三盆糖研究会 上板町教育委員会発行）昭和 58 年度
- 『糖価安定事業団 月報 11・12』昭和 51 年
- 『阿波和三盆糖考』（岡田廣一）昭和 17 年 11 月



「盛り込み」で原料を筵に広げる

名称：醤油（むしろ麹）
 よみがな：しょうゆ（むしろこうじ）
 伝承地：香川県東かがわ市引田（ひけた）
 調査地：香川県東かがわ市引田
 話者：株式会社かめびし（資料提供）
 伝承者数：3～5名ほど
 主な原材料：大豆、小麦ほか
 主な用途：食材料ほか



（写真 1）原料の大豆と小麦



（写真 2）麹室内部、むしろ麹法、
筵棚は 14 段まで使用できる



（写真 3）筵の上で麹菌が増殖している

1. 背景と特徴

(1) 引田の醤油醸造の始まりと地域性

讃岐の引田は、寛文 12 年 (1672) に整備された西回り航路の船が立ち寄る港の一つである。

大消費地大阪に比較的近く、天然の良港であり古くから瀬戸内海の近距離海運路上の交易で利用されていた。引田周辺では、重要産品として「和三盆糖」や「藍」が生産され引田港から移出した。引田の町は交易で発展し、資金力のある資産家を多数輩出した。資本が要る醸造業が発達する素地ができていた。

(2) 伝統的な麹づくり...むしろ麹法と麹蓋法

醤油づくりのための麹づくりには、木箱を使う「麹蓋法」と筵を使う「むしろ麹法」があった。むしろ麹法は、天保 13 年 (1842) 刊行の「公益国産考」にも描かれており、江戸後期からあった作り方である。「むしろ蓋法」は、全国的にみて、普及し、一般的になった。

また、他に木箱を使う「麹蓋法」がある。筵の変わりに木箱をつかう、全国的には、「麹蓋法」の方が普及した。「麹蓋法」は、大川郡引田町引田の山本醤油で行われていた。

(3) むしろ麹法は、瀬戸内海の製塩業がその背景にある

小豆島周辺の瀬戸内海では入浜式製塩が盛んで、包装資材である^{かます}の需要により藁加工も盛んであった。そうした地域性を背景に「むしろ麹法」の製法が残ったと考えられる。

また、製塩業が成り立つ、瀬戸内海の比較的乾燥した気候条件が「むしろ麹法」を伝承させてきた要因であると考えられる。つまり、それが筵を使用しても湿気による雑菌の混入の問題が解決できた利点である。

(4) むしろ麹法の特徴

土蔵造りの麹室

筵を使って麹を作る「むしろ麹法」によって醤油製造するには、蒸し大豆と炒った小麦に種麹を交えて、筵に広げて麹を作る。この最初の醤油麹を作る工程では、雑菌を生やさずに、麹菌を優勢に生育する環境をいかにして整えるかが、量産の課題となる。筵を地面や床に広げるだけの方法では、温度、湿度の変動にさらされ、また、室の床面積の制約から量産ができない事も問題となる。そこで、考案され、活用されたのが、土蔵造りの麹室であった。

断熱、防湿の壁

筵で麹をつくる室は、土蔵造りである。室の内側は、山土の漆喰を利用した^{よどや}淀屋壁である。普通の漆喰では、麹菌の活動で湿気を帯びるため剥離してしまう。また、モルタルでは、結露が問題となり使えない。

筵麹が作られる土蔵の1階の天井は、ヤマト天井と呼ばれる。ヤマト天井とは、簀立竹、藁、山土、細土（直径2ミリ以下の土粒）、寸沙入土を重ねて作る。ヤマト天井は、断熱性に優れているが、重量があるので、土蔵の小屋組の梁から吊す構造にする。小屋組は、ヤマト天井の重量に対応し、在来工法と異なったトラス構造になっている。

*寸沙：壁土に亀裂が入らないようにするつなぎ。

荒壁には、刻んだ藁を、上塗りには刻んだ麻や紙などを海藻の煮汁に交えて使用した。

空気還流システムを利用する

・天窓つくる

麹室のヤマト天井は、通気のための大中小の開閉できる蓋がついていた天窓を備えている。麹菌は活動とともに放熱し、室の温度を上昇させる。室の温度の上がり具合と外気の温度を考慮し、大中小の天窓の蓋を開閉して麹育成の最適温度に調節する仕組みを作る。

天窓の総面積は、原料元 180 に対して 0.184m^2 、あるいは室の平面 3.3m^2 に対して 0.275m^2 になるように、経験的に造られてる。

・麹室と天井裏の一体構造

麹室の天井までは、7.1 尺 (2.13 m)、筵に広げた麹の容積に対して室の容積を極力少なくして、室と同容積あるいは、1.5 倍の容積の天井裏を設け、麹室と天井裏を一帯構造にして、温度調整を行えるようにしている。麹が成長して、温度が上昇すると、天井裏の天窓と壁の窓を開け、天井裏を外気と室の緩衝帯としながら暖気と冷気が還流する仕掛けになっている。

・入口と棟の方向

入口は人の出入りで室の温度が変動しないように、戸は板戸の二重構造にし、開閉がそれぞれ左右逆になる



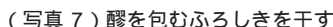
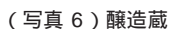
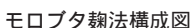
(写真4) 大豆を蒸す釜



(写真5) 小麦を炒る釜



麹室、空調システム



麹室は、人口のエネルギー源を使わない優れた空調システムである。経験則で構築されてきた物が、科学的にも合理的であった。

醤油製造販売は順調に進み三代目次助にかけて倉庫、釜屋、室屋などの施設をつぎつぎに増設、天保15年(1844)には長屋門が完成している。製造した醤油は高松城下の醤油卸店で販売したほか、生産の増加に伴って徳島、阪神、泉州へと販路を拡大した。歴代の当主は伝統の蔵を利用して創業以来の古法をかたくなに踏襲し岡田家独自の味と風味を伝えてきた。

(3) 引田醤油の最盛期

醤油醸造企業の成立から見ると、明治初期から製造企業を成立させていた小豆島に比べ、東かがわ市引田が企業化するのには、明治末期から大正期にかけてである。小豆島が早くから機械化して行く中、引田では、従来からのむしろ麹法や麹蓋法が残っていたことになる。引田醤油の最盛期は、大正から昭和にかけてである。

(4) 昭和初期の年間生産量

山本醤油を例にすると、昭和初期の年間生産量は、約5000石、昭和末には、年間165石になった。

3. 原材料について

(1) 原料（かめびし屋 2008 のデータ）

原料の安全性へのこだわり

こいくち醤油

国産丸大豆……みちのく生産組合の「ナンブシロメ」

（岩手県） 杉原産業

国産小麦……JA 香川の「さぬきの夢」（香川県産）

みちのく勇気共同農場の有機小麦「ナンブ」

（岩手県産）、杉原産業「シラネ小麦」

（長野県産）

塩水……メキシコ天日塩（メキシコ産）、国産に

がり、水（浄水器）

原料（かめびし屋 2011 のデータ）

食品に大切なのは美味しさと安全性。

無添加であることは言うまでもなく、遺伝子組み替え大豆や脱脂大豆などは使用していない。

大豆：国産丸大豆 100%（遺伝子組み換えは使用していません）

小麦：国産小麦 100%（地元香川県産の小麦が主。）

塩：天日干原塩に国産天然にがりを加えて使用。

（にがりを使うことでミネラル分を補い、本来の昔の海水塩に出来る限り近づけている）

原料（かめびし屋 2015 のデータ）

醤油の主原料である大豆は、佐賀県産と大分県産を原料として使用している。遺伝子組み換えの大豆は、100%使用しない。

醤油に2番目に多く使われる原料である小麦は、香川県産を原料として使用している。

放射能汚染が気になる塩に関しては、オーストラリア産を原料として使用している。

大豆や小麦の育成につかわれる肥料の汚染リスクと産地偽装リスクも考慮し、商品自体を高性能の放射能検査器できびしく検査している。



（写真9）原料の大豆と小麦



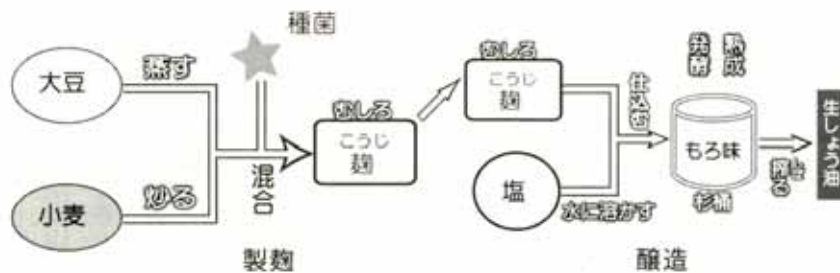
（写真10）醪を包み、圧搾機にかける



（写真11）かめびし屋外観



（写真12）かめびし屋蔵



筵麹法醤油づくり工程



公益国産考 1 1842 年 (天保 13 年)



公益国産考 2 1842 年 (天保 13 年)

味にこだわる

むしろ麹で仕込んだ醤油には、機械には出せない味がある。数字には表せないが、確かな味の違いを感じる。「むしろ」は水分を調節してくれるから、麹はいつも適度な湿度の中でいられる。

「むしろ麹法」で愛情をかけて育てていると・・・機械で造った麹とは全く異なり、麹が生き生きとしてくる。麹は生き物、生き物は生き物として育ててこそ本来の持ち味が出せる。

4. 加工（むしろ麹法）について

(1) 醤油麹の原料

蒸した大豆（大豆を 17 時間水につけてから蒸し、さましたもの）と炒って粉碎した麦と麹菌である。

(2) 盛り込み

筵を利用する醤油麹づくりは、原料を筵に広げる。

大豆と小麦と麹をまんべんなく交ぜる事を盛り込むという。

原料の品温が、30℃以下にならないうちに行わなければならない。全て終わりきるまでに、品温が 20℃以下にはならないようにする。熟練工 3 人で 1.5 時間程でやりきる必要がある。

麹室には、棚をつくり、12 段から 13 段を適当とする。標準的な筵棚は、中央通路を挟んで、両側に配列する。筵の大きさは、90cm × 1.80m である。12 段から 13 段積みと 1.75 ~ 1.90 m 程の高さになる。かめびし屋の場合は、14 段で、168 枚を収容している。

（注：2015 年には、10 段程しか積まなくなっている。）

棚の下方は、温度が低くなるため、厚めに入れる。上段になるにしたがって、薄く盛り込む（厚く盛り込むと薄い場合より発酵による温度が上がる）

室温を 25 ~ 30℃に保温する。昔は、炭や練炭を使用したけど、現在は、石油ストーブを利用する。

(3) 手入れ (2 日目) - 窓の開閉で温度調節

盛り込み後、24 時間経過すると、麹菌の成長、増殖

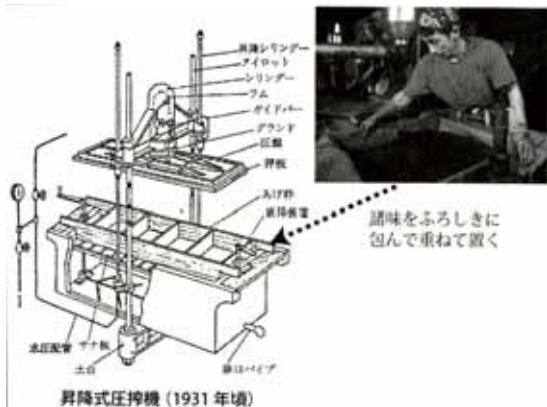
再び盛り込む。こうする事によって、38℃までに上昇した温度は、30℃以下になり、麹菌は、その後じっくりと繁殖し、うまみが引き出せる。

醤油を搾る技術は、油、酒、砂糖製造の時の圧搾と同様の仕掛けである。この原理は装置が時代とともに





(写真 14) 圧搾機



昇降式圧搾機



(写真 15) 醪を包むふるしきと圧搾機

変遷し、天秤式から水圧や油圧に変わったただけである。機械化が進んだ近代工業においても、醪に圧を加えて搾るということに変わりはない。

圧搾機の変遷 機械化も在来の延長

天秤式圧搾機

醪を木綿の袋に入れ、オシフネと呼ばれる槽に積み重ね、石などの重しをかけて醤油分を分離し桶に溜めた。

昇降式圧搾機 (1931 年頃に使われていた)

醪をフロシキと呼ぶ布に包み、一列 100 枚前後まで重ねていき 4 列作る。連続して積み重ねられる仕組みに改良され、効率が格段にあがった。水圧機で上から力を加え、1 週間かけてじっくりと醤油汁が出るのを待つ。圧縮されて 1 枚 1 枚の厚さが薄くなるので、4 列を 3 列、2 列、1 列と減らして、積み重ねながら搾って行く。一回の作業で、1 升瓶 1400 本分の醤油をしぼる。

油圧式圧搾機

1955 ~ 1960 年頃になると石油化学工業が盛んになり、木綿より、耐久性と強度に優れた化学繊維を生産するようになり、木綿式のフロシキや袋は化繊製に変わった。

油圧式圧搾機は、高圧で圧縮可能になり、生産力が飛躍的に上がった。

(9) 火入れ...パスツールに先行した日本の伝統技術

70 °の低めの温度で火を入れる。醤油の低温殺菌は、味、風味とともによくなる。沸騰しない程度に熱をくわえ、瞬間殺菌する。

蔵元では、「醤油は、一に麹、二に糶、三に火入れ」と言われている。

日本では、室町時代末期に、酒の「火入れ」という「低温殺菌法」が確立していた。奈良興福寺「多門院日記」には、永禄 3 年 (1560)、酒の低温殺菌をしていた記録がある。火入れの温度は、推定で、50 ~ 60 °、5 ~ 10 分であったという。(小泉武夫著『発酵』中央公論者より)

5. 製品と売り方

(1) 製品の種類

二年から十年熟成させた醤油を売るが単価はかなり割高である。代表的な商品は下記のようなものである。

こいくち醤油

国産大豆 (一部有機無農薬) を二年間熟成させた、普通の煮炊きに手軽に使える醤油で、当店で最も人気のある定番の一本。

製造過程でにがりを入れるのは、より自然な塩に近づくため、にがりにより醤油の奥深い味がでる。

煮物、焼物、刺身・・・と用途を選ばないので、そのまま、かけ醤油としても使える。

うすくち醤油

うすくちは最初から淡い色にするための原料配合で1年3ヶ月以上熟成させる。昔ながらの木桶の中で、長時間自然な温度に包まれて発酵させるため、バランスのよい旨味と深い味わいが生まれる。筑前煮などの和食の煮物や、塩味をきかせたいかけつゆ等にも使える。

三年醤油

国産丸大豆を三年かけてじっくり熟成させているので、自然のとうりと塩辛くないマイルドな口あたりが特徴である。

塩分は14.5%と控えめでありながら、醤油本来の持つ旨味がある。また、醸造期間が長く、たんぱく質が完全に分解されているためアトピー体質の方でも使える。

もろみ醤油

辛口の濃口醤油に醪の粒が浮いた珍しい醤油。長く置くと醪が徐々とけ、ワインのような香りとコクが出るのも楽しみなお醤油。砥部焼の窯元で焼いていた徳利壺入りでギフトとしても人気がある。

「くみかけ方式」というざるのような道具でわざと醪を残すようゆっくり絞る。

熟成させた醤油を原料としてソイソルトやドレッシング、チョコレートなどを開発して販路を広げている。

(2) 店頭販売、空港、道の駅、百貨店での販売、ネット販売を行う。

6. 技術伝承について

(1) 若い職人を3～5人前後抱えている。商品開発、メディアを使った宣伝も多くしている。しかし、技術を習得した技術者が、今後続けてくれるかは疑問である。

(2) むしろ麹法で、醤油を作っている事を売りにして商売している。商品は割高である。

〔DVD「むしろ麹」 香川県引田のしょう油づくり・解説冊子 株式会社かめびし提供〕



(写真16) 商品 濃口



(写真17) 商品 薄口



(写真18) 三年醸造



(写真19) 十年醸造



名称：石鎚黒茶
 よみがな：いしづちくろちゃ
 伝承地：愛媛県西条市
 調査地：愛媛県西条市
 話者：石鎚黒茶振興協議会・白石 義岳さん
 伝承者数：西条市生活研究グループさつき会 10 名
 障害者事業所ピース 38 名
 旧石鎚地区出身者 1 名
 主な原材料：茶葉
 主な用途：出荷、販売用・自家消費用



（写真 1）山茶摘み（昭和 60 年）



（写真 2）竈で蒸す（平成 10 年）

1. 背景と特徴

「石鎚黒茶」は、西日本最高峰の霊峰・石鎚山（いしづちさん、標高 1982 メートル）の中腹に位置する石鎚地区（旧千足山村・せんぞくやまむら・明治 22 年に千足山村成立。昭和 26 年に石鎚村に改名。現在は西条市小松町石鎚地区）にて伝承された食文化である。

石鎚黒茶は高知県の「碁石茶」や徳島県の「阿波番（晩）茶」と同じく、後発酵茶の一種である。後発酵茶は、摘んだ茶葉を加熱した後に微生物により発酵させたお茶で、石鎚黒茶は、糸状菌により好気発酵させた後、乳酸菌により嫌気発酵を行うことによって製造される二段発酵茶である。この二段発酵により生じる黒い茶葉と独特の香り・酸味が特徴である。

石鎚地区中村に住んでいた曾我部正喜氏（大正 14 年生まれ）が永年継承してきたが、現在は地区を離れ、平成 16 年以降は現地では製造されていない。ただしその製法を受け継ぐ形で、西条市内にて保護、継承活動が活発化している。なお、曾我部氏の旧宅は中村にあり、標高 600 メートルの比較的緩やかな斜面である。天保 5 年（1834）の建築であり、建物や生活用具は現存している。曾我部氏宅までは自動車道が通じていないため、山道を約 40 分徒歩で登らなければならない。この曾我部氏が継承した石鎚地区での古くからの製法については、松山市在住の渡辺裕二氏がその曾我部氏から聞き取り調査を行い、その成果が冊子『千足山物語 愛媛県西条市 ㍿私家版、平成 27 年）として刊行され、紹介されている。

2. 技術伝承の由来など

曾我部氏は、先祖代々、千足山の中村で暮らしてきた。千足山村には 20 近くの集落があったが、戦後、次第に消滅し中村だけが残った。中村には明治時代から 7 軒があり、昭和 40 年代から次第に減った。平成 16 年に 1 軒が出て行ったあとは、曾我部氏夫妻だけになった。しか

し、平成 26 年に曾我部氏夫婦も山を降りて、現在は廃村状態となっている。なお、千足山村には、加茂川流域の「本村」と中山川流域の「前川」があり、「本村」には中村、兼藪、谷ヶ内、大平、折掛、成藪、土居、石貝、虎杖、正路藪、老ノ川、堂藪、有永、黒川、郷、槌ノ川、河口の 17 集落があり、「前川」には古坊、戸石、途中ノ川、湯浪の 4 集落があった。石鎚登山道沿いにある黒川には登山客のための民宿が約 30 軒あり、石鎚山ロープウェーが開通する昭和 40 年頃までは黒川はじめ千足山は賑わっていた。特に毎年 7 月 1 日から 10 日の石鎚山「お山開き」には信者の登山客が多く、精進潔斎しながら、宿に泊まっていた。

石鎚地区の生業は、常畑では、ムギ、ダイズ、アズキ、コキビ、タカキビ、サツマイモ、バレイショなどを栽培し、焼畑ではトウモロコシ、アズキ、アワ、ヒエ、ソバを作っていた。特に焼畑のトウモロコシは収量も多かったが、昭和 30 年代半ばに人手が足りなくなり、焼畑は止め、その後に杉などの植林が進んだ。なお救荒作物としてシロイ（彼岸花の根）を食べることもあり、戦後間もなくの昭和 21、22 年頃に作っていた。江戸時代の飢饉のときでもシロイのおかげでこの辺では餓死者はいなかったという伝承もある。このように米食は一般的ではなく、米の飯は盆正月など特別な日や病気の時のみ食べることができた。石鎚黒茶のことは単に「オチャ」といったが、そのお茶を販売して、米代にしていた。江戸時代からかなりの出荷量だったといわれている。

石鎚黒茶の由来には諸説あるが、讃岐国で生まれ中国（唐）で密教を学び、四国（石鎚山含む）で修行し四国八十八ヶ所霊場を開いたとされる弘法大師空海が、日本に伝えた茶の一つではないかという説もあり、刊行物やホームページ等にはよくこの解説が紹介される。遍路への接待として用いられ、その生産地や茶葉の色から「石鎚黒茶」と呼ばれるようになったと解説されることもある（西条市ホームページなど）が、これらは文献的裏付けや、確たる伝承も確認できず定かではない。千足山村の起源伝説として、平家の落人伝説があるが、石鎚地区出身の曾我部氏によれば弘法大師空海ではなく、平家落人に由来するものだと聞いているとのことである。

3. 分布について

石鎚黒茶のような後発酵茶は高知県、徳島県山間部に類例が見られるが、石鎚地区（現在は西条市内）以外ではかつては大保木、加茂地区といった石鎚山麓の集落で作られていたという伝承もある。しかし愛媛県内では現在のところ類例が確認できない。石鎚黒茶の製造は石鎚地区内でも状況が異なっており、中村、兼藪、谷ヶ内、



（写真 3）一次発酵（平成 10 年）



（写真 4）二次発酵（平成 10 年）



（写真 5）天日干し（平成 10 年）

写真 1～5 提供・曾我部正喜氏



(写真 6) 茶葉の収穫 (平成 28 年)



(写真 7) 枝の切り揃え (平成 28 年)



(写真 8) 洗浄 (平成 28 年)



(写真 9) 蒸す (平成 28 年)

土居、成藪、正路藪、堂藪、石貝、郷など比較的標高の高い場所 (500 ～ 600 メートル) で製造されたが、湯浪など標高が低く、比較的暖かい所では品質の良い物はできなかった。

4. 原材料・加工について

石鎚黒茶の製造方法については、平成 15 年まで製造していた曾我部正喜氏の製法を紹介する。まずは「山茶摘み」である。お茶の木は村内の各地に自生しており、7 月下旬 (新暦・土用) にその茶の木の葉 (新芽だけではなく去年の古葉も) を摘む。新芽だけでは発酵しないためである。摘んだ茶の葉は「茶摘みかご」に入れる。次に「生茶蒸し」である。摘んできた葉を蒸し桶に入れ、曾我部氏宅の土間のかまどで 1 時間ほど蒸す。これで茶葉が緑から黄色に変色する。桶は高さ約 60 センチ、直径約 40 センチで、約 10 キログラムの生茶を蒸すことができる。蒸した後は、冷まして別の桶に入れる。それで「一次発酵」をさせる。桶の中で自然に発酵して、1 週間ほど経つと真っ白い麹 (カビ) が着く。暗く温湿度の一定した土間で発酵させる。この桶の大きさは高さ 55 センチ、直径 50 センチである。次に、桶から取り出して手で揉むが、この時、葉の形が崩れる。それを一次発酵とはまた別の桶に隙間なく入れて、蓋を載せ重しをして潰けこむ。これで「二次発酵」となる。蓋の上へ水が上がって来て、その状態を 3 週間くらい置く。発酵させる場所は土間である。蓋の上にあがってきた濁った水は掬って捨てる。そして、桶から取り出して庭に広げて、天日で乾燥させて出来上がりとなる。天気が良いと 3 日で乾燥することができる。

5. 食習等について

出来上がった石鎚黒茶は、かつて基本は換金作物、出荷用であり、石鎚地区に仲買人が来て問屋に卸したが、どこまで流通していたかは今後の調査課題である。瀬戸内海沿岸部の漁師にまで流通していたとも聞く。また、日常的に自家用でも消費した。自宅で、罐子 (かんす・薬缶) を囲炉裏の自在鉤に掛け、煮て飲むのが一般的で、黒茶自体の保管方法は、茶箱に入れて保管した。2 尺 5 寸 × 3 尺と 2 尺 5 寸 × 6 尺の寸法の杉板の箱で、内側に防湿のため薄い錫の板を張ったものである。なお「オチャ」の語彙については、1 日の食事時間で、早朝のアサメシ、午前 10 時頃のおメシ、午後 2 時頃「オチャ」といって弁当にご飯三杯、漬物、味噌を食べた。そして夕食と 1 日 4 食が通常であったが、「オチャ」では黒茶も飲んでいて、もしくはお茶づけにして食べていた。また、石鎚山登山者のための季節宿が石鎚地区にはあった

が、そこでの接待としても黒茶は用いられた。なお、江戸時代から明治時代にかけて、1軒で300キログラム程生産して出荷していたという。生の茶の葉500貫（約1875キログラム）あればその2割の100貫（375キログラム）の製品はできた。

6. 郷土食の変容について

石鎚黒茶の生産については以下の要因で減少してきた。第一には、ミツマタ栽培の普及がある。明治時代後期以降、紙幣の原料として四国山間部の焼畑地帯ではミツマタが奨励さるが、石鎚黒茶を生産していたところがミツマタ畑に変わり、作業も楽で現金収入も多いため、お茶の世話をしなくなったことが挙げられる。第二には、近代以降や戦後の木材需要の波により、山の木が高く売れて、石鎚黒茶を大量に生産していた農家は黒茶を作らなくなったことも要因である。第三には、地区内で緑茶の消費が伸びて黒茶のような発酵茶を飲まなくなったことも要因であり、昭和7年に千足山村が緑茶の機械工場を作ったことで、黒茶離れが進んだという。黒茶の変容はこの緑茶工場の影響が一番の要因だと地元では言われている。

そのような中、曾我部氏は、平成15年まで自家消費用として石鎚黒茶を作った。翌16年は茶の葉がダメで作ることができなかったが、17年に愛媛新聞の特別企画で製造を依頼されたので作ったが、それ以後は作っていない。石鎚黒茶は次第に生産者が減少し、曾我部氏の個人的努力によって継承されてきたが、地域の食文化の火を消すまいと、平成9年から地元西条市小松町の生活研究グループ（西条市生活研究グループさつき会）福祉施設（障害者事業所ピース）により、生産の継承が行われ、現在では愛媛大学とも協力しながら、西条市の特産茶として生産技術の研究・伝承の取り組みが続けられている。その活動で生産された「石鎚黒茶」は現在、西条市観光交流センター、石鎚山ハイウェイオアシス館、J A周桑直販所「周ちゃん広場」、J A東予園芸直販所「おいでんやとうえん」等で販売されている。

7. 技術伝承について

石鎚黒茶に関する製造技術ならびに石鎚地区で使われた製造用具は、現在のところ、国、県、市ともに文化財保護の対象になっていない。また、県、市の博物館等施設でも資料収集も進んでいない状況である。石鎚地区での経験者が曾我部正喜氏一人であり、県や地元西条市が技術の後継をめざして取り組みをはじめている。平成9年から生産者から製法を学び「天狗黒茶」として商品化したが、平成28年から「石鎚黒茶振興協議会」から



（写真10）枝の取り除き（平成28年）



（写真11）糸状菌による発酵1（平成28年）



（写真12）糸状菌による発酵2（平成28年）



（写真13）揉む（平成28年）



(写真 14) 乳酸菌による発酵 (平成 28 年)



(写真 15) 天日乾燥 (平成 28 年)

提言を受けて「石鎚黒茶」の名称を使うようになった。「石鎚黒茶振興協議会」は平成 27 年に「石鎚黒茶の正当な保存・伝承をするとともに、地域の特産品として産地化・ブランド化を図るため」設置されて、研究、継承、広報普及活動を行っている。構成は西条市生活研究グループさつき会・障害者事業所ピース・愛媛大学・産業技術総合研究所・(株)西条産業情報支援センター・西条市・愛媛県産業技術研究所・愛媛県東予地方局となっている。その活動の一環で、平成 28 年には、石鎚黒茶研究を長年続ける大森正司氏(大妻女子大学名誉教授・食品微生物学)が曽我部氏の協力のもと保管していた「白カビ」の提供を受け、通常作業とは別に、「白カビ」を用いた発酵作業を試験的に実施し、石鎚黒茶の本格的な継承活動を行っているところである。

参考文献

渡辺裕二氏『千足山物語 愛媛県西条市』(私家版) 2016 年

パンフレット『まぼろしの石鎚黒茶 愛媛西条』愛媛大学、2016 年



カビがついた本節

名称：土佐節

よみがな：とさぶし

伝承地：高知県土佐市宇佐町

話者：竹内 昌作さん・竹内 太一さん

伝承者数：4社

(竹内商店・浜吉ヤ・吉永鯉節店・吉野商店)

主な原材料：カツオ

主な用途：出汁、生節など

1. 背景と特徴

土佐のカツオ節、すなわち土佐節の原材料のカツオは、熱帯海域から高緯度海域へ、また、高緯度海域から熱帯海域へと回遊する魚である。近世から土佐の浦々では、沖をとるカツオを一本釣りなどでとり、カツオ節を作る納屋を営んできた。

特に、初夏の頃に土佐沖を北上してくるカツオは脂ののり方がカツオ節に最適といわれ、土佐節は品質の良さで知られている。文政5年(1822)の『諸国鯉節番付表』には、土佐の17ヶ所のカツオ節が上位に名前を連ねている。そこには、土佐の浦々で作られてきたカツオ節が、清水節や須崎節など浦名を冠した名前で記されている。伝承地の宇佐町も、カツオの一本釣り漁が盛んなところであり、あわせてカツオ節製造が行われてきた。前述の『諸国鯉節番付表』には、関脇として「宇佐節」、小結に同町の「福島節」が並んでいる。

しかし、近年では、カツオの漁獲量の減少や鮮魚販売への転換、カツオ節納屋(カツオ節工場)の静岡や鹿児島への移転、カツオ節を家で削る家庭が少なくなったことなどから、土佐の津々浦々にあったカツオ節製造工場の減少がみられる。

伝承地の宇佐町も、2007年に7社あったカツオ節製造工場が、2017年現在で4社になっている。伝承地の特徴のひとつとしてあげられるのは、他所同様に生節などの新しいカツオ製品に活路を見出しながら、その一方で、伝統的なカツオ節の製法を受け継いだカツオ節製造工場が存続していることである。

2. 技術伝承の由来など

土佐節の製造工程にある「焙乾」は、紀州印南浦(現・和歌山県日高郡印南町)の甚太郎が寛文～延宝年間(1661～1681)頃、宇佐浦(現・土佐市宇佐)や清水七浦の越浦(現・土佐清水市)に伝えたといわれている。甚太郎は、カツオ漁のために土佐沖に進出していた紀州漁民

写真提供：写真提供：高知県立歴史民俗資料館



(写真1) 竹内商店カツオ節製造工場

写真2～16は、竹内商店の本節製造関連



(写真2) 解凍



(写真3) 生切り



(写真 4) 土佐切り



(写真 5) 籠立て



(写真 6) 煮熟



(写真 7) 放冷

であった。それまではカツオを煮た後、焙乾せずに天日や火で乾かしていたが、煙で燻して水分を蒸発させることで腐りにくくした。さらに2代目甚太郎が宇佐浦の播磨屋佐之助とともに延宝年間(1673～1681)頃、「カビ付け」を工程に加えたという。これによって腐敗カビを防ぎ、さらに質のよい製品ができた。

土佐節の最盛期は、その名声によって長きにわたっている。正徳3年(1712)に『和漢三才図会』で熊野節を越えて最上品とされ、寛政11年(1799)に『日本山海名産図会』で薩摩とともに名産とされ、前述の文政5年(1822)の『諸国鯉節番付表』に土佐の17ヶ所のカツオ節が上位に名前を連ねている。また、生産高は、明治40年(1907)に全国1位となっている。

3. 分布について

土佐で作るカツオ節を広義の土佐節というが、狭義の土佐節は、焙乾やカビ付けの工程を経て製造されるカツオ本節のことである。本枯れ節とも呼ばれ、カツオ節削り器で削り、料理の出汁などにする。

伝承地の宇佐町では、カツオ節を削って出汁をとる文化はないと、竹内昌作さん(有限会社「竹内商店」社長)は述べている。近海においしい魚がいくらでもあり、それで出汁をとって食べるという。竹内太一さん(竹内昌作さんご子息)に本節の販売先を聞いたところ、高知市中央卸売市場のある高知市弘化台の株式会社「海訪屋」、高知市本町に本社がある有限会社「福辰」(ふくたつ)、東京日本橋の株式会社「にんべん」などとのことである。

このように狭義の土佐節については、産地と消費地、販売先が異なっている。ただし、竹内太一さんは、出汁用の荒節削りを宇佐町の人買いに来てくれることがあるとも述べている。また、カツオ節の他にウルメイワシの干物なども製造しており、それらも宇佐町の人買いしてくれるという。

広義の土佐節は、何度も焙乾をくり返す本節だけでなく、1回のみ焙乾する生節(なまり節)や2回焙乾する新節、削り節などを含む。伝承地では、昔から生節を食べる習慣があったという。生節をほぐしてそのまま食べたり、サラダに入れたり、薄く切って酒のつまみにしたりして現在もよく食べているという。

広義の土佐節については、産地と消費地、販売地が伝承地という一致がみられる。ただし、消費地と販売地は宇佐町に留まらず、生節や新節をはじめ、かつお飯や酒盗などカツオ節関連商品は、土佐土産として駅や空港で販売されている他、スーパーやショッピングモールなどの量販店などでも販売されている。

本節を作っている竹内商店でも、近年では生節や新節

が出荷の6、7割を占めているという。味付け生節などの新商品も出来ており、本節以外は県内の土産センターに卸しているという。

なお、ネットを利用した通販を各社が行っており、全国に土佐節の消費地、販売地が拡大している。竹内商店の製品は、高知市中央市場の丸一横山商店で取り扱われていることが、ホームページに掲載されている。

4. 原材料について

原材料のカツオは、かつては土佐沖で獲れたものを用いていたが、近年は静岡県焼津や鹿児島県枕崎に揚がったカツオを用いることが多い。これらは、陸送された冷凍のカツオである。本節に用いる5kg以上のカツオは土佐沖ではなかなか揚がらず、また、土佐沖で獲れたカツオは基本的に鮮魚の方へ流れていくためである。

なお、本節以外のカツオ節用には、1kg級前後の小さいカツオなども使われる。

5. 加工（調理など）について

竹内昌作さんの本節作りの方法、手順である。

(1) 必要とする食材：

カツオ 分量：1本あたり5～7kg、1日の作業用として100本5kgのカツオで背節約250kgと腹節約200kgが各2本、計4本約900kgの本節ができる。

(2) 調理器具や道具：カツオ包丁、まな板、ヘッドカッター、煮籠、釜、毛抜き、セイロ、グラインダーなど。

(3) 調理を行う人数：4～8人

(4) 調理に必要とする時間：3、4ヶ月

(5) 保存期間：本節に賞味期限はない。保管に気をつければ数年持つとされる。

(6) 製造工程

解凍 1) 冷凍庫からカツオ（1本あたり5～7kg）を出す。

2) タンク（水槽）にカツオを入れる。

3) タンクに地下水を溜めて、カツオを一昼夜漬けて解凍する。

生切り まな板の上でカツオを解体し、形の良い節を作る。切れ味の良い包丁を使い、カツオの身に負担を掛けないことが肝心で、約100本を小一時間でさばく。

1) 頭切り ヘッドカッターを使い頭と胴体を切り分ける。

2) ハランボや背ビレを切りとる。

3) 内臓をとり除く。



（写真8） パラ抜き



（写真9） 水抜き



（写真10） そくい



（写真11） 焙乾



(写真 12) 削り



(写真 13) カビ付け



(写真 14) 日乾



(写真 15) カツオ包丁：高知県立歴史民俗資料館蔵

- 4) 中突き 三枚に卸すとき背骨に身が残らないように骨まで包丁を入れる。
- 5) 土佐切り カツオのハナ(頭側)を傷付けないよう、まな板につくか、つかないくらいに吊り下げて卸す。
- 6) 片身を2つに割る。雌雄2対、合計4本の節が出来る。

籠立て 節を煮籠に並べる。煮たら身が縮むので、まっすぐになるよう身を反らせておく。

煮熟 9枚の煮籠を釜に入れ90 ほどで2時間煮る。

放冷 風通しの良い涼しいところで冷ます。

バラ抜き 毛抜きでバラ(小骨)を抜き、皮などを除く。

水抜き セイロに節を並べ、焚き納屋の1階に入れ、薪の煙と熱で水分を抜く。

そくい 傷や凸凹にモミ(すり身)をすり込み、身割れを防ぐ。

焙乾 焚き納屋で20～25日焙乾して水分を抜く。

焙乾した節は順に上の階へ上げる。

削り 焙乾で節に付いたタール等をグラインダーで削り、節の形を整える。

カビ付け 優良カビ菌を節に吹き付け、室(むろ)に入れる。

日乾 カビを落とし、日に干して節を乾燥させる。
日乾とカビ付けは4回くり返す。

6. 食習等について

(1) 郷土食の用途

本節は主に販売用。生節も主に販売用だが、日常食でもあった。

なお、鰹節ではなく、鰹についてであるが、伝承地の文献『真覚寺日記』には、祇園祭の用意として鰹の片身を真覚寺の住職、静照が買ったという元治元年(1864)6月6日の記述がある。また、同日記には、同年6月22日には、6月丑の日に魚を食べれば病気になるということで橋田地区の清之丞の船が6月20日に26本カツオを釣って帰ったという記述がある。

食べ方に特に規制はない。食べる時の習慣も行事食ではないので、特に慣習はない。また、売り方も商品として売るときの慣習、決まりごとなどは特にない。

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

作る時期の変化

本節は、かつては製造に約半年かかっていたが、現

在では3、4ヶ月で出来る。

原材料の変化

かつては、土佐沖のカツオであったが、現在は静岡県焼津や鹿児島県枕崎に水揚げされたカツオを本節に使用している。

道具と設備の変化

生切りについては、『高知県の諸職』には、納屋番が「かま切り包丁」でカツオの頭部を落とすとあるが、現在はヘッドカッターが導入されて労力が軽減されている。

煮熟については、現在は金属製のセイロだが、『高知県の諸職』によると昔は丸い竹籠が使われていた。また、煮釜は明治時代までは大きい鉄釜で、大正から昭和初期にかけては、鉄釜のうえに水を入れた蒸桶状のものを乗せ、続いて鉄板製の角釜に変わり、ステンレス製の角釜に変わった。

削りには現在はグラインダーが導入されているが、かつては熟練の節作りが引出刃や突出刃で削った。

カビ付けの室は、かつては土壁で、長持ちの中に節を入れて行った。

作り方の変化

かつては「パラ抜き」のあとに、焚き納屋で薪の煙と熱で水分を抜く「水抜き」をせずに「そくい」をするところがほとんどで節が割れやすかったが、竹内昌作さんは焼津での研修で見た「水抜き」をアレンジして取り入れた。それによって節も割れにくくなり、「そくい」でもミの付きも良くなったという。

(2) 食べ方の変化

伝承地では、もともと本節を削って出汁をとる習慣はなく、もっぱら販売用であったと竹内昌作さんは語っている。

本節の販売については、家庭でカツオ節削り器を使ってカツオ節を削り、出汁をとる習慣が廃れていったという食生活の変化が、状況を厳しくしている一因である。

生節（なまり節）については、かつて「わかし」というものがあつたと竹内昌作さんは語った。漁師が釣ったカツオを船の上でさばいて、身を煮て食べたり、家へ持ち帰って食べたものだったという。『土佐の味ふるさとの台所』にも「かつおわかし（土佐市）」として、

「材料 かつお1本・味噌少々・酒少々

作り方

かつおは3枚におろして、1節ずつ4つに割る。

鍋に水を入れ沸騰させる。

の鍋に、味噌・酒を少々入れる。

のかつおを の鍋に入れ、15～20分間位沸騰させる。



(写真16) ヘッドカッター



(写真17) 節作りの道具：高知県立歴史民俗資料館蔵



(写真18) 新節の節作り



(写真 19) カツオ製品 吉永鯉節店



(写真 20) 本節の天日干し 吉野商店



(写真 21) カツオ製品 浜吉ヤ

かつおを湯でわかすから、かつおわかし。湯でわかし
たかつおをわかしと呼ぶが、これはなまり（生節）のこ
とである。

この料理は漁師の船上食で、昔の漁師は、捕った魚を
おかずに御飯を食べた。かつおを釣って、それをさばき、
味噌入の湯でわかす。節のまま煮えたかつおを、手でほ
ぐしながら食べる。残った汁はかつおのだしがたっぷり
効いた最上の味噌汁で、これをおつゆ代わりに飲んだ。
味噌で煮こむと、かつおの生臭味がとれる。船の上で作
る時は、中骨もぶち込んで作った。豪快な男の料理であ
る。

またかつおをわかした後の残ったおき（火）で、かつ
おをあぶり、そうすると日持ちがするので、それを家族
への土産にした。室戸では船上食は家庭では作らないが、
この料理は家庭でも作られていて、家庭で作る時は酒を
ちょっと入れる」

とある。

また、近年では、なまり節を食材とした煮物をはじめ
として、ピザやパスタなど多彩な料理のレシピが、クッ
クパッドなどネットのレシピ検索サイトで紹介されてい
る。

(3) 売り方

竹内商店は、戦後まもなく創業し、本節作りを続けて
いた。東京のカツオ節問屋から「土佐節が欲しい」と言
われ、大変だからと最初は断ったが、結局は請け負って、
さらに良いものを作ろうと焼津に研修に行った。それ以
降、カビを付ける工程を増やすなど製品の質の向上に努
め、東京などの都市部での販売拡大につなげてきたとい
う。

2012 年 11 月には、竹内商店の本節「土佐節」が、社
団法人・日本鯉節協会が主催する「全国鯉節類品評会」
で、最高賞の農林水産賞を受賞している。東京などへの
販路拡大を図っての本節作りが軌道に乗り、土佐節の存
在をアピールしようとして初めて出品しての快挙であっ
た。品質向上の地道な努力に裏付けられた土佐節の宣伝
や販路拡大は、現代の売り方の好事例といえよう。

8. 技術伝承について

(1) 伝承問題

技術伝承の人数については、工場により異なっている
が、1 社あたり 10 人前後がカツオ節製造に携わってい
る。高齢化は否めないが、30 代から 70 代といった幅広
い年齢層の方が従事し、女性が若干多いように見受けら
れる。「納屋番」と称する最高責任者は男性であるし、
焙燻やカビ付けは男性であり、バラ抜きや節作りはおお

むね女性であるなど、役割分担がある工程もみられる。

カツオ節製造の保存会はない。また、組合についても、2007 年にあった宇佐鰹節水産加工業協同組合が 2017 年現在になくなった。

(2) 保護の現状

情報発信には、ネットがよく利用されている。竹内商店と有限会社「浜吉や」がホームページを開いている他、株式会社ファクトデザイン事務所の「土佐うまいもの 100 選」などに有限会社「吉永鰹節店」の頁があり、いずれも多様な製品の通販が紹介されている。

行政や地域自治体からの助成は特にないが、土佐市の市政要覧には「黒潮の海」と題して「私たちの海は、潮風とともに豊かな恵みをもたらします。カツオ、マグロ、ウルメイワシ、アサリ...、四季を通じて獲れる新鮮な魚介類。沿岸のまちでは、鰹節やウルメ干しなどの加工が盛んに行われてきました。どれもニッポンの食卓に欠かせない海の幸です」と紹介するなど、市のアイデンティティーとしてうたい、広報につとめている。

技術の記録保存としては、1991 年に高知県教育委員会から刊行された『高知県の諸職 諸職関係民俗文化財調査報告書』のなかで土佐市宇佐町東新町と宇佐町福島の中村敏男さんと吉村春太郎さんの「かつお節（本節）」が報告されている。また、伝承地以外では、土佐清水市市場の播磨義明さんの「かつお節（本節）」が掲載されている。なお、土佐清水市では近年、ソウダカツオを原材料とする宗田節の製造が盛んになっている。

また、「高知カツオ県民会議」が、2017 年 4 月に発足する。これは、高知県など日本周辺でのカツオの水揚げ量の回復を目指す組織で、県内の企業経営者が発起人となって飲食、流通、小売、観光、教育、政治などから参加を幅広く呼びかけた実行委員をメンバーとして、「情報発信」「消費・漁業」「資源調査・保全」「食文化」の 4 分科会を設置し、継続的に活動する（高知新聞 2017 年 2 月 3 日）。

この高知カツオ県民会議には、カツオ節製造技術の保護にとって深刻な問題である原材料のカツオの水揚げ量の減少について、その回復を目指す組織である点や、食文化などの分科会が設置されている点から、発足と活動に期待がかかる。なお、話者の竹内太一さんもこの会に参加するとのことであった。

(3) 技術伝承の問題点

従事している方々の高齢化やカツオの水揚げ量の減少などが、土佐節の技術を伝承していくうえでの問題点としてあげられるだろう。土佐節製造が会社として経営され、それぞれの裁量に任されているなかで、また、組合がなくなり、各社の横のつながりも薄れているなかで、技術伝承をどのように保護していくかは、大きな問題点としてあげられよう。

広義の土佐節である生節（なまり節）などは伝承地の工場で盛んに作られているが、狭義の土佐節である本節を製造する工場が少ないことも問題点であろう（2007 年に本節を製造していたのは、竹内商店と吉野商店の 2 社であったが、2017 年現在、吉野商店に連絡がとれず、本節製造を続けているかは未確認）。

竹内昌作さんは、「本節は時間もかかるし、設備も老朽化していくのを直しながら続けていくのはお金もかかって大変」と述べた。その一方で、本節ほどは時間もお金もかからない「生節は残っていくだろう」と竹内昌作さんは語った。

しかし、その後で竹内さんは、「本節もウチが頑張っている以上は残っていく」と続けた。後継者の竹内太一さんは 31 歳、伝承地のカツオ節製造の未来を担うひとりである。

【詳細調査報告】

九州・沖縄地方



左列：祝い事

右列：仏事

名称：だぶ（らぶ）

宗像市では「らぶ」とよぶ

伝承地：福岡県北西部～佐賀県唐津市東部周辺

調査地：福岡県宗像市池田

話者：花田 加代子さん

伝承者数：多数

主な原材料：にんじん、里芋、レンコン、ゴボウ、
コンニャク、厚揚げ、シイタケほか

主な用途：行事食、日常も食べる



（写真 1）昆布出汁をとる、仏事・祝い事共用



（写真 2）鰹出汁を入れる、祝い事用



（写真 3）仏事用の 7 品と祝い事用として 7 品に追加されるカシワ（鶏肉：右端）

1. 由来と特徴

名称の由来は、片栗粉を入れる汁物のため、汁が「だぶだぶ」になり「だぶ」と呼ぶようになったという。さらに訛って「らぶ」とも呼ばれるようになった。

分布域は福岡県北西部から佐賀県唐津市東部の地域で、「だぶ」と呼ぶところが多いが、調査を行った宗像市では「らぶ」と呼ぶため、以下「らぶ」と記述する。

「らぶ」は仏事と祝い事のお膳の汁物として出されてきたもので、特にお斎には必ず出された。

宗像の葬儀は親族が集まり、お斎として、お別れのお膳をとともに食べてから午後に式が始まる。そのお膳の汁物が「らぶ」であった。「らぶ」には精進料理として食材の決まりや食べ方のいわれなどがある。さらに祝いの席や日常でも食べられているところが特徴である。

2. 行事食としての慣習について

精進料理なので出汁は昆布とシイタケでとる。鰹出汁は使ってはいけない。

主に野菜が具として使われるが、カシワ（鶏肉）を使ってはいけない。

主な具の数は奇数でなくてはならない。麸（花麸）を入れる場合は 1 つと数えない。

青味（ミツバなど）をのせてはいけない。

具は小さく角切りにする。食べるときには「しゅるしゅるっと涙をそそる（さそう）ように食べる」ためである。

一方、祝い事になると決まりがなく、味に旨味が出るように鰹出汁、具にカシワを加え、仕上げにミツバを添える。野菜の切り方はお斎と同じく細かくする。なお、いずれの場合も呼び方は「らぶ」で同じである。

3. お斎の料理について

お斎の料理は黒塗りのお膳に出した。準備は隣組の「かせ」（手伝い）が行う。30 ～ 40 膳のお膳を準備したり、

借りたりし、役割を分担して調理する。若いものは経験者から手順や作り方を習う。話者の花田加代子さんも「かせ」で郷土料理を覚えたという。

花田加代子さんが結婚して宗像市に来たのは昭和44年で、その頃すでにお斎の準備は公民館で行われ、料理を家まで運んでいたという。古くはその家に隣組が集まって調理していたようである。

お斎の黒塗りのお膳の献立は5品で、ご飯、お汁、お刺身、オニシメ、煮豆であった。精進料理なので本物の刺し身は出せないのので、カンテンで作った。白いカンテンの四角い塊をサクに見立て、刺し身のように斜めに切った。

汁は「らぶ」でオニシメの7種の材料と同じであった。

4. 原材料について

(4人分)

干しシイタケ	2枚
ゴボウ	20g
厚揚げ	1/2
ニンジン	30g
コンニャク	1/2
里芋	60g
レンコン	50g
カシワ(鶏肉)	50g
ミツバ	少々
ショウガ	少々(両者に入れる)

出汁汁	600cc
薄口醤油	大さじ 1.5
みりん 味醂	大さじ 0.5
塩	味をみて
片栗粉	大さじ 1

材料の ~ で7種(奇数)になり仏事用の具となる。この7種はオニシメと同じ材料で、量的にはオニシメより少ないため、日常では、オニシメを作った残りで「らぶ」を作ることが多いようである。「らぶ」はクズの野菜でつくるなどいわれる。野菜の種類は各自あるもので調整している。農家の場合、材料の2~3種類が自家製になる。

5. 加工(調理など)について

出汁を準備して、干しシイタケを刻んでおく。

各材料を細かく角切りにする。

厚揚げは湯通しして油抜きしてから使う。

里芋は「塩とぎ」してぬめりを取っておく。



(写真4) 最良を細かく角切りにする



(写真5) 中火で煮立てる、仏事用



(写真6) 煮詰まってきたら灰汁をとる、仏事用



(写真7) 祝い事用の材料を刻む



(写真 8) 醤油を入れる、両鍋とも



(写真 9) 味醂を入れる、両鍋とも



(写真 10) 解き片栗粉を入れる、両鍋とも



(写真 11) 祝い事用(左) 仏事用(右)の「らぶ」

ゴボウは、日常はササガキにすることが多い。
里芋は他より大きめに切る、煮崩れるので遅めに入れる。

ニンジンが一番硬くて煮えにくい。

調理時間

- ・鍋に具を入れ初めてから、中火で 20 ～ 25 分で火が通る。
- ・醤油、味醂、(塩：味をしめる場合) 片栗粉を入れて完成

合計約 30 分

6. 郷土食の変容について

話者の花田加代子さんが嫁に来た頃は、お斎の準備は隣組が黒塗りのお膳で行っていた。平成になると、黒塗りの椀を熱湯(あつゆ)にくぐらせて拭く片付けが大変で、使い捨ての黒い折を購入し、お斎の料理とした。その後、葬式を自宅ではなく、斎場で行うようになると、お斎は仕出し弁当になり、お斎で「らぶ」を作ることがなくなった。

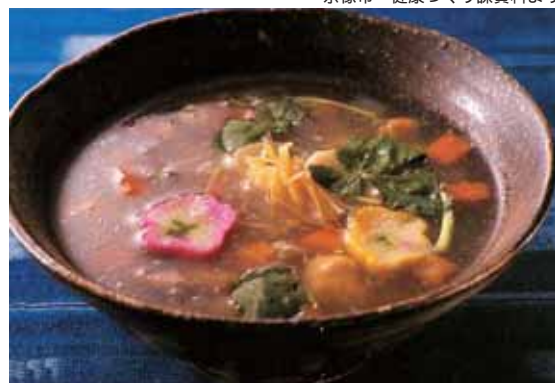
それ以来「らぶ」を作るのは何かしらの行事の時と日常の食事になった。しかし「今日は寒いから「らぶ」を食べようか」というのは高齢者で、若い人にはあまり聞けないという。

7. 技術伝承について

花田加代子さんは長年、食生活改善推進会(全国組織)で活動し、毎年近くの玄海中学校の2年生に郷土料理を教える実習を行っている。他校にも通っている。

学校で子どもに郷土料理を教えると、「おいしいからお母さんに教えて欲しい」といわれる。機会があると、母親世代にも伝統の味を伝えているという。

宗像市 健康づくり課資料より



(写真 12) 花麩とショウガがはいった「だぶ」



名称：フナンコグイ

伝承地：佐賀県鹿島市船

調査地：佐賀県鹿島市船浜町

話者：NPO法人 肥前浜宿水とまちなみの会

事務局長・中村 雄一郎さん

小笠原商店・藤田 栄一さん

伝承者数：不明

主な原材料：フナ、昆布

主な用途：二十日恵比須（行事食）

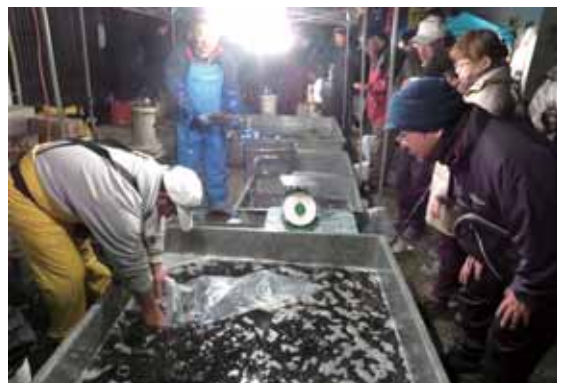
1. 由来と特徴

佐賀県鹿島市船浜町は、有明海に面した町で、酒造業や商店のある町部と漁村で構成されている。フナンコグイは二十日恵比須（二十日正月）の時にまず恵比須神に供えられる。酒蔵や網元が従業員をフナンコグイでもてなしたことが始まりであるという。浜町は江戸末期から酒造業が盛んになった。現在も酒蔵が5軒あり、3軒は独自銘柄の清酒を醸造し、2軒は委託醸造をしており、戦前には13軒の酒蔵があったという。フナンコグイがいつ頃から作られていたかは分からないが、遅くても江戸末期には作られていただろう。

恵比須神に供える魚には鯛がふさわしいが、有明海ではタイは獲れず、タイに形が似ているフナを用いるようになったのだそう。フナンコグイのコグイとは、煮凝りのコグリが訛ったものだという。

2. 原材料について（フナ市）

1月19日早朝、浜町の中町通りでフナ市が立つ。昭和初年には60軒ほどのフナ屋が露店を開いていたというが、昭和30年頃にはフナ屋は10軒ほどになり、昭和40年頃は7、8軒となっていた。平成になって次第に衰微したため、危機感をもった地元有志が神事や餅搗きなどを始めて活性化を図り、平成29年は3軒のフナ屋が出店していた。フナ屋は福岡県筑後地方からも来ていたというが、現在は佐賀県川副町や大川市などから来る。有明海沿岸はクリークが多く、そのクリークで獲れるフナを持ってくるのだという。午前5時、まだ夜も明け切らないうちにフナ市が始まる。昔は道路片側にある幅50cmほどの用水路を囲って、フナを泳がせていたというが、現在はFRPの水槽などに入れて売っている。午後9時頃に入出は最高となり、中通りの恵比須さまの前で盛大に神事が行われる。フナ市では、50cmほどの大きなフナから10cm前後の小フナまで売られ、フナンコグイ



（写真1）1月19日、フナ市は夜明け前から始まる（平成29年）



（写真2）大きなフナもいる

（平成29年）



（写真3）水槽のフナ

（平成29年）



(写真 4) フナンコグイ作り 昆布でフナを巻く(平成 26 年)



(写真 5) フナンコグイ作り：敷いたゴボウの上に昆布で巻いたフナを並べる (平成 26 年)



(写真 6) フナンコグイ作り：大鍋でフナンコグイを煮る (平成 26 年)



(写真 7) 造り酒屋の二十日恵比寿で、恵比寿神と大黒神にそれぞれフナンコグイを供える (平成 27 年)

の材料となる昆布やカンピョウなども商っている。

3. 加工(調理など)について

フナンコグイは昆布を巻いたフナの煮物のことで、マブナやヘラブナを用いる。小ブナ 20 匹でフナンコグイを作る場合、昆布 20 枚、里芋 3 個、大根 2 本、ゴボウ 2 本、蓮根一連、コンニャク、アメガタ(飴形) 2 枚、ショウガ、唐辛子、それにスメ 3 ほどを用意する。大根やゴボウ、蓮根は大きめに輪切りにする。スメは、古い麦味噌をぬるま湯で溶かして木綿袋などで漉して、酒やショウガなどで味を調えた煮汁である。水で戻しておいた昆布でフナを丁寧に巻いてカンピョウや細い昆布で縛る。焦げ付かないように、大鍋の底に稲ワラや竹の皮、割り箸を敷く。その上に大根や蓮根、ゴボウ、コンニャクなどを並べ、その上に大根の葉を敷いて昆布巻きのフナを並べ、その上にまた大根の葉を敷いてフナを並べ、フナの上に大根の葉を載せ、スメを注いでアメガタを入れる。砂糖を用いる人もいる。煮ている途中、煮汁が少なくなるとスメを足す。フナの鱗を取ると早く煮え、12 時間で煮上がるという。また、鱗を取らずに一昼夜 24 時間煮ると、鱗も軟らかくなる。アメガタや水飴を用いると、フナンコグイに照りが出る。砂糖では照りが出ないというが、最後に砂糖で甘みを調整するという。

アメガタは JR 肥前鹿島駅前の新天町の小笠原菓子店で売っている。長さ 24cm、幅 10cm、厚さ 1cm ほどの大きさがあったという。餅米と麦芽で作る飴で、お乳飴とも呼ばれ、これを食べると母乳が出るという、子どもの生まれた家にアメガタをお祝いに贈る習俗が残っている。

4. 食習等について

できあがったフナンコグイは、20 日の朝に床の間に祀った恵比須さまと大黒さまに各 1 膳ずつ供えて商売繁盛、家内安全を祈願し、家族で食べる。

5. 技術伝承について

現在、季節になると、スーパーマーケットでフナ自体やフナンコグイを売っており、遠隔地の地元出身者に通信販売で送る業者もあり、この地方独特の郷土料理として今でも多くの人たちに愛されている。



名称：カンコロモチ

伝承地：長崎県壱岐、長五島列島、島原、
熊本県天草、鹿児島県甑島等

調査地と話者：

長崎県五島市浜町

広山 まち子さん、宮崎 りつ子さん、
御手洗 ちや子さん、亀山 三代子さん

長崎県五島市富江町土取 田橋 栄子さん

長崎県五島市富江町太田 平 武春さん

伝承者数：具体的な数は把握できない

主な原材料：甘藷、糯米、砂糖、水飴

主な用途：本来は、日常食、現在は特産品、土産品

1. 背景と特徴

カンコロモチは、平地の少なく山の斜面を利用する畑作という農業が生み出した食文化の一つである。その特徴は、甘藷を薄く削り、茹でて干し保存し、蒸して柔らかく戻して、搗き捏ねて調理するところにある。それは、主食の生薯のない時代の食を支えるものであった。

2. 技術伝承の由来など

カンコロモチが、いつの時期、どこで、どのようにして生まれたのかは不明である。しかし、五島市富江町にある五島市農協富江支所の前庭に、昭和43年に建てられた「記念碑」は、江戸末期に富江に寄留していた薩摩の商人田原傳吉が、薩摩から甘藷の苗を持ち伝えて、富江村の村人で農業の改良に勤めていた田中庄三郎に与えて、その苗を一般の村人に配って繁殖させたことを記している。そして、これが現在の村民の幸福につながっていると二人の功績を顕彰している。勿論、幕末に甘藷がこの地に伝播した諸元を示すものではないが、これを契機に甘藷栽培が発展したことが考えられる。カンコロモチもこうした甘藷栽培の発展と弧を一にしてきたことは間違いなくであろう。

また、イデカンコロ（茹でカンコロ）とは別に、甘藷を薄く削ったコップのまま生干しした、シロカンコロの存在を無視することはできない。これは、製粉してカンコロダンゴとして自家消費もされたが、そのほとんどは農協が集荷し、芋焼酎の原料として島外に輸出されていたという。明確ではないが、その輸出先が薩摩であったことが類推され、生芋の不足する時期の焼酎原料として利用されたことが考えられる。昭和30年代半ばの時期が最盛期で、一戸当たりシロカンコロを18,000kg位を作って、農協に出していたという。今に残る富江町の大型のカンコロダナ（乾燥棚）は、そのことを物語る。

甘藷を干して保存し利用する技術として、イデカンコ



（写真1）カンコロガナとボツ（富江町土取）



（写真2）楔でコップの厚みを調整する（富江町土取）



（写真3）カンコロガナの裏面、右端は留め木（富江町土取）



(写真 4) カンコロガナで生の甘藷を切る (富江町土取)



(写真 5) 同上ボツで吊り穴を空ける (富江町土取)



(写真 6) カンコロダナに椎茸も干してある (富江町太田)



(写真 7) 大規模のカンコロダナ (富江町土取)

ロとシロカンコロの二つの技術が、並行して伝承されてきたというべきである。

3. 分布について

カンコロモチは、長崎県壱岐、長崎県五島列島、長崎県島原、熊本県天草、鹿児島県甑島等に、色濃く分布する。こうした地域は、平地の少ない急峻な斜面を持つ島嶼部である。しかも、これらの地域には、江戸時代中期に南の地域から甘藷が伝播した地域で、畑作的生業条件を生かして、栽培が盛んになった地域である。また、その保存として有効な東シナ海からの乾燥した冬の風が、共通した自然環境にある地域である。

4. 原材料について

カンコロモチの原料は、甘藷を薄く削って茹でて乾燥させたイデカンコロと糯米と砂糖である。その割合は、ヒトセロ (蒸し箱一つ) あたり、乾燥しているイデカンコロ 3 kg、糯米 1 升、砂糖 1.5 kg である。甘味を好む人は、3, 1, 2 の割合にするととも言う。五島市浜町の宮崎さんたちのグループは、材料のイデカンコロを福江島の生産者から調達しているという。それに対して、富江町土取の田橋栄子さんや富江町太田の平武春さんなどは、イデカンコロを手作りしている。

特に、主原料である甘藷は、昭和初期ごろ、スオウイモという細長く生で食べてもリンゴのように甘い水分の多い品種や、オキナワと呼ばれた大きな薯で水分の多い品種、ゲンチと呼ばれる品種、中身が黄色のゴコクと言われる品種等が用いられていた。現在は、甘みが強いアンノウイモ (安納芋) やでんぷん質の多いタマユタカや中身が黄色い紅はるかななどが好まれている。

ちなみに、シロカンコロには、水分の少ない農林 1 号が利用されている。

5. 加工 (調理など) について

(1) カンコロ作り

イモホリ

10 月から 11 月に畑の芋を掘る。この時期を外すと芋に糖分が出て、カンコロモチが出来上がった時に色が黒ずんできたなくなる。

カンコロ切り

掘った藷を水できれいに洗い、陰干しする。それを皮むきで皮を剥く。この時に表面のへこんだ部分まできれいに取り除かないと、カンコロモチの色が黒ずんできたなくなる。

皮を剥いた藷を薄く切る (削ること)。北風の吹く晴れた日に、庭先で火を焚き、暖をとりながら、カンコロ

ガナ（カンコロ匏）で芋を切る。富江町土取の田橋栄子さんは、姑の田橋ソワさん（明治 42 年生）が使っていたというカンコロガナを現在も使用している。それは、長さ 59cm、幅 16.5cm、厚み 1.3cm の杉の板の中央部に、包丁を挟んで匏の刃としたもので、楔で刃の出具合を調整して削る厚みを決めている。切る厚みは、9 mm から 1 cm 内外で、厚いと乾燥しにくくなる。切った薄い諸のことをコッパともいう。干すためにカンコロダナが不足するときは、夜なべ仕事でイデカンコロに、ボツと呼ばれる取っ手の付いた半円状の錐で 1.2cm 程度の穴を空け、槌で叩いて柔らかくした藁に通して、軒先に吊るして乾燥させた。これを、ツルシカンコロ（吊るしカンコロ）と呼んだ。

カンコロイデ（カンコロ茹で）

切ったカンコロは、竈に仕掛けたヒラガマ（直径 90cm、深さ 37cm の鉄鍋）で茹でる。茹で具合は、爪を立ててみて形が残るぐらいがちょうど適当で、それ以上茹でたら形が崩れてしまうので、茹であがるころはそばで慎重に見守る必要がある。

カンコロ干し

茹で上がったら、乾燥させるためにカンコロダナに干す。カンコロダナ（カンコロ棚）は、屋根付きで壁のない吹き抜けの小屋で、その中に傾斜 20 度くらいに、北風を受けるために北の方角を高く南側を低くして、横に竹（現在は円管）を簀の子に編んで敷いた施設である。北風でないと乾かない。北風の吹く日が続いたら、大概 3 日で乾く。なるべく乾燥に掛ける時間は短い方がきれいに仕上がる。そのため、コッパの重なりを離したり、表裏を返したりする。

富江町太田では、北向きの浜にカンコロダナがずらっと並んでいたと言い、カンコロの他に切干大根、椎茸を干したりもする。

歩留まりは、生芋 10kg に対して、カンコロ 3 kg となる。

カンコロの保存

乾燥したイデカンコロ（ツルシカンコロも）は、カマゲ（呟）に入れて保存した。時々カマゲから出して、ネコダ（細縄で編んだ分厚い蓆）の上に干していた。

(2) カンコロモチ作り

カンコロモチは、前もって搗いておいた餅とイデカンコロを蒸して一緒に蒸して、蒸し上がったら砂糖を加えて搗き捏ねて、棒状に成形する。以下、五島市浜町の宮崎りつ子さんたちの「農産加工はまなすグループ」（昭和 59 年設立）が、2017 年 2 月 24 日に行ったカンコロモチ作りの過程を中心に述べてみる。



（写真 8）乾燥したカンコロは袋に保存される（富江町土取）



（写真 9）カンコロのコッパ（富江町土取）



（写真 10）カンコロを水に浸す（浜町はまなすグループ）



（写真 11）イモアライボウでカンコロを洗う（浜町はまなすグループ）



(写真 12) カンコロを湯で戻す (浜町はまなすグループ)



(写真 13) カンコロの黒い部分を取り除く (浜町はまなすグループ)



(写真 14) セイロの底に簀の子を敷く (浜町はまなすグループ)



(写真 15) 竈にセイロを仕掛ける (浜町はまなすグループ)

糯米浸し

カンコロモチを作る前の晩に、糯米を洗い水に浸しておく。翌朝、笹に移して水切りをする。

湯沸かし

翌朝、加工場の庭に作られた二つの竈の平鍋に水を入れ、蒸し器の底となる中央に穴の開いた蓋を被せて、火を焚きつける。

カンコロ戻し

乾燥保存したカンコロのコップを 40 分間ほど水に浸し、イモアライボウ（諸洗い棒）と呼ばれる直径 3 cm、長さ 135cm の二本の棒を、X 上に組み合わせた道具で掻き混ぜながら、3 回ぐらい水を入れ替えながら洗い、付いている汚れを落とす。洗ったカンコロを布に包んで、沸騰したお湯に浸して指で摘んで中まで柔らかくなったら、笹に取り上げる。

黒い部分の除去

湯煎したカンコロの皮に残る黒い部分をはさみで切って取り除く。これは、諸の皮むきの作業が不十分だったために残るもので、この作業をしないとカンコロモチに黒いものが残り、お客さんからの苦情の原因となる。

餅搗き

蒸気の上ってきたヒラナベの上にセイロ（蒸し箱）を載せ、底の簀の子の上に木綿布を敷き、朝水切りしておいたもち米を入れて蓋をする。30 分ほどで蒸し上がる。それを餅搗き機（その前は臼と杵）で餅を搗く。餅が搗きあがったら 1.5kg の塊に分けて、固くならないように水に浸けておく。

カンコロと餅の蒸し

カンコロ諸の下ごしらえが終わったら、まず、木綿の布を敷いたセイロに 7.5kg のカンコロを入れ、次に 1.5kg の餅をカンコロで包むように入れて、30 分ほどで蒸し上がる。

カンコロモチ搗き

蒸し上がったカンコロと餅を餅搗き機に入れて、砂糖を 1.5 キログラムと、水飴を若干加えて、餅を搗く。2 分間ほどで粒々がなくなり粘り気がなくなり、搗き上がる。さらに、それをメシゲで捏ねる。

成形

搗き上がったカンコロモチは、布を敷いた木箱に取り上げ、300g ずつ、30 個ほどに分けて、餅取り粉を敷いたモロブタ（四角の浅い木箱）に取り分け、丸くまとめる。それを、長さ 33.0cm、幅 14.0cm、厚み 2.0cm の板の中央に、長さ 18.5cm、幅 6.0cm の楕円形の穴を空けた型枠に入れて、棒状に成形する。昔は、手で丸めていた。富江町土取の田橋栄子さんは現在でも手で丸めて成形している。

成形の終わったカンコロモチは、セイロに入れて零下20度で一晩冷凍する。

真空パック

翌朝、冷凍庫から取り出し、餅取り粉を払い、真空パックをして、ラベルを張って注文先に出荷する。

6. 食習等について

(1) 食べ方、食べる時の習慣

正月に食べられる餅の一つとして作られ食べられたが、儀礼食として位置づけられるか明確ではない。むしろ、日常食として食べられていたことの方が強い。食べる時は、そのまま食べるか軽くあぶっても食べられていた。現在では、電子レンジで温めて食べる。

(2) 売り方

五島市浜町の宮崎りつ子さんたちのグループは、パック詰めしたカンコロモチを注文先に送っている。その主な販売先は、長崎や福岡、熊本、大阪、札幌などのデパートの物産展である。

これに対して、富江町土取の田橋栄子さんは、基本的には自家消費用であり、長野の兄や兵庫の兄、妹の、懐かしいふるさとの味を食べたいという願いに応えて送ってもいるという。

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

大きく変容したのは、道具類であろう。特に、餅つき機の普及により、臼や杵が消えていることであろう。それ以外はそれほど大きな変容は見られない。ただ、砂糖を用いる過程がいつごろから始まったのかは判然としませんが、カンコロモチの前段階として、日常のご飯として食べられていた「カンコロ」と呼ばれる食べ方が、その前段階として考えられるのではないかとと思われる。「カンコロ」は、イデカンコロと空豆やえんどう豆を、炭酸を少し加えた水で炊いて、擂鉢に入れて擂粉木で潰して作ったものである。その作り方は、砂糖の代わりに豆類を入れていること、米の餅がないことが特徴である。こうした食べ方の上に、物資が豊かになり砂糖、餅が追加されて、正月の祝いの餅としてカンコロモチが出来上がったのではないかと推量される。昭和一けた生まれの人々が、自分たちの時代はそれほどではなかったが、その父母の時代までは、「カンコロ」がご飯であったと語るのも、そうした変化の過程を示唆しているのではないか。



(写真16) 前の晩水に浸し朝水切りした糯米を蒸す(浜町はまなすグループ)



(写真17) 餅つき機で餅を搗く(浜町はまなすグループ)



(写真18) 餅が固くならないように水に浸ける(浜町はまなすグループ)



(写真19) 餅とカンコロと一緒に蒸す(浜町はまなすグループ)



(写真 20) 餅とカンコロと一緒に餅つき機で搗く(浜町はまなすグループ)



(写真 21) 砂糖を混ぜる(浜町はまなすグループ)



(写真 22) メシゲで混ぜ捏ねる(浜町はまなすグループ)



(写真 23) 搗き上がったカンコロモチを成形する(浜町はまなすグループ)

8. 技術伝承について

現在でも各家庭で造られ、スーパーや小売店へ供給するための生産グループもあり、緊急な保護の対策を施す必要性はそれほどないと思われるが、若い世代への伝承対策は考慮する必要があると考えられる。特に、五島市浜町の宮崎りつ子さんたちのグループは、高齢化が進んでおり、その必要性は高い。



1. 背景と特徴

カラシレンコンは、蓮根の皮を剥いて茹でて、辛子味噌を蓮根の穴に詰めて、衣で包んで菜種油で揚げたものである。

2. 技術伝承の由来など

カラシレンコンの歴史は、次のとおりである。細川家初代肥後藩主忠利は病弱であった。そこでお仕えの玄宅和尚が、増血勢力増強の効果がある蓮根を食べられるよう進言した。当時、賄方であった森家の先祖の平五郎は、熊本の麦味噌に和辛子粉を混ぜ、蓮根の穴に詰めて、麦の粉と空豆粉、卵の黄味を混ぜた衣に包み、菜種油で揚げて差し上げたところ、常食されることとなり、それ以降身体強健となられたという。明治時代に入るまで森家に口伝され門外不出とされていた。明治10年の西南戦争が終わった後に、森家の先祖平次郎がカラシレンコン屋を創業した。それ以降、熊本周辺の庶民の間にも広まっていった。

3. 分布について

カラシレンコンの歴史が物語るように、その分布は熊本周辺が中心で、蓮根の生産地である松橋から竜北地域まで広がりを見せる。

4. 原材料について

カラシレンコンの原料は、蓮根と和辛子、味噌、小麦粉、空豆粉、卵の黄味、菜種油である。現在は、蓮根は熊本産だけでは足りないので、徳島県や佐賀県から仕入れている。和辛子も業者から仕入れている。

5. 加工（調理など）について

(1) 蓮根洗い

蓮根を水できれいに洗い表皮についている汚れを落と

名称：カラシレンコン（からし蓮根）

よみがな：からしれんこん（からしれんこん）

伝承地：熊本県熊本市近郊

調査地：熊本県熊本市中央区新町

話者：森からし蓮根有限会社・久野 祐志郎さん

伝承者数：森からし蓮根有限会社 約10人

その他にも製造会社が存在する

主な原材料：蓮根、和辛子、味噌、小麦粉、空豆粉、卵の黄味、砂糖、菜種油

主な用途：本来は、藩主の滋養品として門外不出の食べ物であった。それが、明治に入ってから一般の人々にも広まったものであると言われる。正月の御節やお盆などにも食べられ、並建村（現・熊本市並建町）の氏神である川尻神社の祭り（10月19日）では、ツナシ（コノシロの幼魚）とカライモの天婦羅と共にカラシレンコンが神前に供えられるという。森からし蓮根有限会社でも正月とお盆の時期に出荷が増加するという。



（写真1）細川藩賄い方からの系譜をもつ森からし蓮根有限会社



（写真2）皮の剥かれた蓮根



(写真 3) 煮えた蓮根を取り上げる



(写真 4) 容器の縁に蓮根を打ち付け辛子味噌を詰める



(写真 5) 丹念に辛子味噌を詰める (拡大)



(写真 6) 辛子味噌を詰め終わりケ - スに移す

す。

(2) 両端切り落とし

洗った蓮根の両端を切り落として、蓮根の穴が見えるようにする。

(3) 蓮根茹で

端を落とした蓮根を大きな鍋で、5、6分茹でる。このとき、蓮根のシャキシャキ感を残し、歯触りをよくするために、湯が沸騰しない程度に押さえなければならない。また、鍋から上げた蓮根は、すぐに冷水で冷ます。これも蓮根のシャキシャキ感を残し、歯触りをよくするためである。

(4) 辛子味噌造り

和辛子と麦味噌とそれに砂糖を加えて擦り混ぜる。一般の家では擂鉢を用いる。

(5) 辛子味噌詰め

辛子味噌を大きなボール（一般の家では擂鉢）に入れて、蓮根の縦方向に握り、蓮根の穴をトントンと打ち付け、上の穴に辛子味噌が上がってくるまで詰める。辛子味噌を詰めた蓮根は、みそを詰めた方を下側にして立てて一晩寝かす。翌日、上の穴に上がってきた辛子味噌は取り除く。これは、揚げるときに衣がはがれないための作業である。

(6) 衣造り

衣は、小麦粉に、空豆の粉、卵の黄味、黄色いウコンの粉を混ぜて、水で溶く。

(7) 衣付け

辛子味噌の詰まった蓮根を、揚げ衣という(6)の衣の液の中に丸ごと入れる。

(8) 揚げ

衣を付けた蓮根を菜種油で揚げる。

(9) 包装

菜種油で揚げられたカラシレンコンは、ラッピングされて店頭に並べられる。

6. 食習等について

(1) 食べ方、食べるときの習慣

食べ方は、ラップを外して、適当な厚みに輪切りして、そのまま食べたり、醤油をかけて食べる。蓮根の持つシャキシャキ感のする歯触りと、鼻を突き抜ける辛子味噌の刺激と、それを和らげるような衣の触感が、独特の食味を醸す。現在では、唐辛子味噌の刺激を緩めるために、マヨネーズを掛けて食べることも奨められている。正月やお盆、秋祭りの客のもてなしの場で、大皿に盛られて供される。

(2) 売り方

森からし蓮根有限会社では、店頭をはじめとして、観

光客が多く訪れる熊本城やＪＲ熊本駅などにも売り場をもって販売している。また、電話やファックスによる注文も受けている。

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

大きく変容したのは、明治期に入ってからであると考えられる。特に、明治10年の西南戦争後に、森平次郎が創業したころから、それまで門外不出として藩主の食べ物とされていたのが、一般に広まったと言われる。それは、熊本城下であった熊本市周辺を中心として分布していることから推量できる。

その製法は、森からし蓮根の先祖である平五郎の弘安のころから、それほど変容なく現在に至っていると言える。変容が認められる最大の点は、原材料の調達範囲が、佐賀や徳島などの広域になっていることである。

さらに、熊本の郷土の名産の一つとして評価され、県民以外にも観光客に好評を博してきている。

8. 技術伝承について

技術の伝承に関しては、先に述べたように需要も相当にあり、元祖を名取る元祖森からし蓮根（有）をはじめとして企業による生産、5月5日の節供には現在でも各家庭で造られ、スーパーや小売店へ供給するため製菓会社が製造しており、並建列村の氏神である川尻神社の祭り等やお盆や正月等でも、一般の家でも作られ消費されているところから、保護の対策を施す必要性はそれほどないと思われるが、記録保存の必要性はあると思われる。



（写真7）辛子味噌を詰め、揚げ終わったら包装する



（写真8）包装されたカラシレンコンが店頭に並ぶ



（写真9）ＪＲ熊本駅の特産品コーナーでも販売される



(写真 1)
だんご汁

名称：だんご汁

よみがな：だんごじる

伝承地：大分県大分市ほか

調査地：大分市戸次

話者：戸次ホウチョウ保存会

会長・保月 美智子さん ほか会員の皆さん

伝承者数：不明

主な原材料：小麦粉、麦味噌、だし汁、シイタケ、里芋・ニンジン・ゴボウ・大根・万能ネギ・カボチャなどの野菜、それに鶏肉。

主な用途：日常食

【だんご汁】

1. 特徴

だんご汁は小麦粉を練って手延べして平に伸ばした団子などを、野菜などを具にした味噌汁に入れたものである。

2. 原材料と調理について

団子の材料として、薄力粉と強力粉を混ぜたものや中力粉を用いる。5人分のだんご汁の作り方を紹介する。強力粉 100 g に薄力粉 160 g を混ぜ、5 g の塩を溶かした 130 g の水を少しずつ加えて混ぜ、小麦粉が塊になったらこねる。そして固く絞った濡れ布巾をかけて常温で 15 ～ 20 分寝かせる。その間に、ニンジンとゴボウを笹がきにして、大根はイチチョウ切りにする。シイタケは厚切り、里芋と鶏肉は一口大に切る。鍋に水を入れ、塩をひとつまみ加え、里芋を入れて煮立たせる。ニンジン、大根、ゴボウ、シイタケなどを入れて煮る。ザルの上に鶏肉を置き、野菜類を煮た汁を掛けて湯通しをする。1500cc のだし汁を別の鍋で暖め、野菜類と鶏肉を入れ、八分通り火を通す。小麦粉の塊を親指大にちぎって小分けし、それを 15 ～ 30cm ほどに手で伸ばして汁の中に入れ、味噌を溶き入れる。ドンブリについて、細かく切った万能ネギを散らせば、できあがり。

団子の形は地域によって違いがある。延べ団子にする所が多いが、手で握ったままの形で煮たり、うどんのように手延べして紐のようにしたり、平に丸くのばして煎餅のようにした団子もある。また、合わせ味噌味が最も多いが、白味噌や赤味噌仕立てのものもあり、醤油味のだんご汁もある。

だんご汁は大分市や大分郡を中心に広く食べられている大分県の郷土食である。今でも家庭で作ることが多く、食堂などでも食べられるし、だんご汁の

乾燥した団子なども販売されている。

天明 3 年 (1783) に成立した古川古松軒の「西遊雜記」によれば、豊後国分寺近くで宿をとったら、ホウテウを振る舞われたという。

「これはうどんに似たるものにて、豊後の国に限りてこの食物を製するなり。うどんの粉を水に塩を少し入れてよく練り、これほどに丸め置き、味噌汁に時節時節に随い、何にても切り込み、よく煮し時に、丸めおきし団子を延ばして汁の中に入れて食せることなり。味わい美にして、なかなかよきものなり。言い伝う、大友宗麟、アワビ(鮑)の腸を好みて常に食す。水月(水無月・旧暦 6 月か?)、鮑の腸、不自由の時に、うどんにて、右のごとくに製し食せるに、其の味わい粗、鮑の腸の味わいに同じ、これによって鮑の腸と名づく。他国になき食物ゆえにここに記し、予また国に帰りて製し食せしに、竹の子、椎たけ、芋、大根ばかりを入れて食事とせる時は、はなはだよきものなり」と記されている。

これは味噌汁に手延べした団子を入れており、現在のだんご汁とほぼ同じようなものかも知れない。

3. 食習等について

下記で紹介している大分市中戸次のホウチョウは、うどん風のつけ麺で、戸次での古くからの作り方であるという。うどんのように長く手伸ばした麺を入れる、由布市狭間町七蔵司出身の人が、のうどんのように細長く手伸ばした麺を入れた、味噌仕立てのだんご汁を作っていたと聞いたことがあり、団子の形態や汁のありかたは地域で差があったようである。このことから、ホウチョウとだんご汁は、同一種類、あるいは同系統のものだと思われる。

続いて、だんご汁に関連するホウチョウとヤセウマを説明する。



(写真 2) ホウチョウ

以下(写真 3 ~ 11)は「ホウチョウ」の作り方



(写真 3) つけ汁の出汁作り



(写真 4) 小麦粉を 30 分間練る



(写真 5) 上半身の体重をかけて練る



(写真 6) 固く絞った布巾で巻いて寝かせる



(写真 7) 小さくちぎった団子を折敷に並べる。この団子の形がアワビの腸に似ているといわれている



(写真 8) 伸ばした団子を 1 尺 2 寸角の折敷に並べる



(写真 9) 細く伸ばした団子を 3 m まで手で伸ばす



(写真 10) 伸ばした麺をモロブタに掛ける



(写真 11) 大鍋で麺をゆがく



(写真 12) きな粉をかけ皿に盛ったヤセウマ

(写真 13 ~ 14) は「ヤセウマ」の作り方



(写真 13) 団子の段階のヤセウマ、平たく伸ばすとだんご汁、細く伸ばすとホウチョウ、平麺状になるとヤセウマになる

【ホウチョウ】(写真 2 ~ 11)

大分市中戸次の大南老人いこいの家を拠点にしている戸次ほうちょう保存会(会員数約 20 名)がホウチョウを伝承している。ここのホウチョウはうどんのつけ麺に似ている。大分市を中心とした郷土料理で、祭りや法事などの時の行事食であった。熟練の技が必要で、手間もかかるため、現在では家庭料理としてはほとんど作られていない。

12 人分のホウチョウを作るには、1 kg の小麦粉に塩約 35 g を加え、水を注いで良く練る。戸次産の農林 61 号の小麦(中力粉)が一番適しているという。それを固く絞った濡れ布巾で包んで 20 分間寝かしてから、餃子ぐらいの大きさにちぎる。それを太さ 7、8 mm、長さに 30cm ほどに手で伸ばす。そこから長さ 3 m、太さ 3、4 mm まで伸ばして麺にする。麺を熱湯でゆでて、浮いてきたら打ち水をして、再び浮いてきたらザルですくい取る。冷水ですばやく冷まし、食べる分を器に入れ、薬味を入れた出汁につけて食べる。出汁はカップ 8 杯分の水に薄口醤油 1 カップと味醂大さじ 3 杯、削り節 5 ~ 10 g、煎り子 30 g、椎茸約 20 g、だし昆布約 10cm、塩少々を入れて煮たもので、薬味として胡麻、ネギ、ショウガ、カボスを用いる。戸次のホウチョウは一種のつけ麺で、古い製麺法を伝えているのではないだろうか。

【ヤセウマ】(写真 12 ~ 14)

ヤセウマは大分県の郷土食で、小麦粉を練って作った伸べ団子をゆがいて、それにきな粉をかけて食べるお菓子である。団子作りはだんご汁と同じである。戦前は塩味だったが、戦後はきな粉に砂糖を加えるようになったという。だんご汁と同様に、大分市や大分郡を中心に広く食べられている。現在では間食のおやつとして食べられているが、本来は 8 月の施餓鬼や彼岸の中日に行われたお接待(弘法大師信仰)などの時に振る舞われた行事食であった。



(写真 14) 団子を指で平麺状に伸してからゆがく



1. 背景と特徴

カシノミコンニャクは、照葉樹林の山地を基盤とする、照葉樹林文化の一つとして位置付けられる食文化の一つである。その特徴は、九州山地でハトガシと呼ばれる木の実を製粉して、水に晒して食料とする晒しの食文化であることにある。

2. 技術伝承について

特別な製造技術の由来を説く伝承や口伝は伝承されていない。最盛期については、不明ではあるが、製造技術の伝承は極めて貧弱な状態であると推量される。

3. 分布について

現在、製造技術が伝承されている現場は、調査の不足があるとは言え、宮崎県西都市（旧東米良村）上揚、銀鏡、宮崎県椎葉村など九州山地の極めて限定的な範囲に止まる。

4. 原材料について

原材料は、本来、カシノミ（和名：アラカシの実、地方名：ハトガシの実）のみである。砂糖については、加える場合もあるという程度である。

5. 加工（調理など）について

(1) カシノミ拾い

ハトガシの実は、11月では実ができないので、実って落ち始める12月の初めから1月いっぱいかけて拾う。

(2) 天日乾燥

拾ってきたカシノミをきれいに洗って、天日干しにすると外の固い殻が割れてくる。

(3) 臼踏み

乾燥させたカシノミ三升を、踏み臼の窪に入れて踏み砕く。10分ほど踏んで、目の粗い篩で篩って、さらに

名称：カシノミコンニャク

よみがな：かしのみこんにゃく

伝承地：宮崎県西都市（旧東米良村）上揚、銀鏡、宮崎県椎葉村などの九州山地

調査地：宮崎県西都市上揚

話者：浜砂 春代さん、那須 サエさん

伝承者数：具体的な数は把握できないが、それほど多くはない。

主な原材料：カシノミ（和名：アラカシの実、地方名：ハトガシの実）、砂糖

主な用途：本来は、常食品という位置づけではなく、嗜好品的な性格が強い。現代のデザート的感觉で、お茶請けとして食されていた。現在でも、来客に対してお茶請けとして提供される。



（写真1）乾燥したカシノミを3升計り分ける



（写真2）踏み臼でカシノミを搗き砕く



（写真3）搗き砕いたカシノミを篩う



(写真 4) 篩ったカシノミを箕で簸る



(写真 5) 徐々に粉になるカシノミ



(写真 6) 水に叩かせるため粉を袋に入れる



(写真 7) 盥の中で袋を揉む



(写真 8) 袋を揉んだ水を桶に移す

箕で簸^ひって、殻を飛ばす。箕の中に残ったカシノミをさらに臼の窪に入れて同じ作業を二度繰り返す。すると、少し黒いものが混じった状態になるカシノミ 3 升で 1 キログラムくらいの粉が取れる。現在は、殻を剥いてミキサーでも粉碎することもあるが、踏み臼を用いる場合に比べ歩留まりが悪く、3 升のカシノミから 700 グラムの粉しか取れない。

浜砂春代さんが 2008 年 12 月から 2009 年 2 月にかけて採集して粉にした記録は以下のとおりである。

12 月 5 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 26 杯、精粉 800g、ミキサー
 12 月 9 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 26 杯、精粉 950g、ミキサー
 12 月 12 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 30 杯、精粉 1000g、ミキサー
 12 月 22 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 28 杯、精粉 1200g、臼踏み
 1 月 3 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 27 杯、精粉 900g、ミキサー
 1 月 6 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 29 杯、精粉 1200g、臼踏み
 1 月 12 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 27 杯、精粉 830g、ミキサー
 1 月 14 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 27 杯、精粉 780g、ミキサー
 1 月 18 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 27 杯、精粉 900g、ミキサー
 1 月 27 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 34 杯弱、精粉 1350g、臼踏み
 2 月 7 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 28 杯、精粉 1200g、臼踏み
 2 月 9 日、実 3 升、粗粉 1 合 樹 33 杯、精粉 1300g、臼踏み

(4) 水晒し

水叩かせ

砕いたカシノミを三角袋に入れて、袋の結び目を上にして、結び目の所に向けて水を掛け叩かせて、全体に水が回るようにする。そうして二晩ほど水で叩かせる。水流を一箇所に強く当てることを「叩かせる」という。

この作業は渋抜き¹の作業であるという。川の流れ水に浸けても、溜まり水に浸けても塵芥がついたり、カネ（澱粉）が流れたりするので良くないという。浜砂春代さんは、昔、銀鏡の人が叩かせる水道水を流しっぱなしにするのが惜しくて、水に浸けて、水を取り替えるということをする人がいたと聞いたことがある。

水浸け

水叩かせたカシノミを、水を張った盥の中に袋ごと入れて揉む。その水を別の樽に移す。この作業を 10 回から 11 回繰り返す。そのまま二晩置いて、上水を捨てて、樽の底に沈殿しているカネを取り出す。上揚では「ヒトバンデ、オチン、カネハナイ（一昼夜晒して、桶の底に溜まらない、澱粉はない）」と言われている。

(5) 乾燥

樽の底から取り出したカネを天日で乾燥させる。そうすると白いカネの塊が出来上がる。

(6) カシノミコンニャク炊き

白いカネの塊を砕いて、目の細かな篩にかけて粉にする。

カシノミの粉 200g に、水 1000cc 加えて(1 対 5 の割合) 鍋の中で溶いて、強火にかけて炊く。元来は砂糖を入れないが、入れる場合は 150g くらいに塩ひとつまみを混ぜて炊く。砂糖は中身が煮えてから混ぜる人もいる。焦げないように絶えずメシゲ(飯糰) で混ぜ続ける。5 分ぐらい混ぜ続けると中身が煮えて茶色が増し、粘りがでてきてメシゲが重たくなる。さらに、2 分間ほど混ぜ捏ねて火を止める。

型枠に移し入れて冷ます。冷めたら切り分ける。冷蔵庫で冷やしておくこともある。

6. 食習等について

(1) 食べ方、食するときの習慣

特に決まった食べ方はないが、砂糖を入れない場合は、お茶請けとして昔の人はそのまま何も付けずに食べた。今の人は、醤油を掛けたり、酢味噌を付けたりして食べる。砂糖を入れた場合は何も付けずに食べる。

(2) 売り方

かつては、カシノミの粉を西都市のイベントや物産施設で販売していたこともあったが、現在は販売していない。不定期ではあるが、児湯広域森林組合の東米良林業研究グループが、イベント等でカシノミコンニャクを販売している。

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

大きく変容したのは、臼踏み作業がミキサーに変わりつつあることであろう。そのために、カシノミの皮を剥ぐ作業が増え、箕で簸^ひって、篩で篩う作業が減ることになるという変化がでてきている。近い将来、箕で簸^ひるという技術が絶える危険性がある。また、カシノミコンニャクを炊く段階で変化として、砂糖を加えることが出現してきたことを指摘できる。

(2) 食べ方の変化

元来は、何も付けずに食べていた食べ方が、醤油や酢味噌を付けて食べる食べ方がでてきていることである。

8. 技術伝承について

カシノミコンニャクに関する技術は、その伝承が極めて脆弱になってきている状況である。伝承者の高齢化による踏み臼や箕の使用技術も、廃絶の危機にあると言える。



(写真 9) 桶の底に沈殿したカネ(澱粉)



(写真 10) カネの塊を縁側で干す



(写真 11) 粉と水とを混ぜる



(写真 12) 茶色に煮え上がる



(写真 13) パットに入れ冷ます



鹿児島県志布志市のマッグゴ（左）と奄美市住用町摺勝のアクマキ

名称：アクマキ

伝承地：鹿児島県志布志市、曽於市など、
奄美市住用町、龍郷町、住用町、瀬戸内町など

調査地：鹿児島県奄美市住用町摺勝

話者：吉村 須賀子さん

伝承者数：奄美大島の各集落で造られており、
具体的な数は把握できない

主な原材料：糯米、アク（木杯汁）

主な用途：本来は、5月5日の男の子の節供につくられ、儀礼食として食べられていたが、現在は日常食として、スーパーや小売店などで販売されている。



（写真1）鹿児島県曽於市の食品会社のアクを購入する



（写真2）開いた状態の糯米を詰める袋



（写真3）袋の開いた部分を縫い合わせる

1. 背景と特徴

アクマキは、5月5日の男の子の節供につくられる儀礼食である。さらに、アクマキの最大の特徴は、木灰を水で濾して作ったアクを用いることである。水洗いし水切りをした糯米を、一晩アクに浸し、それを大鍋に入れたアクあるいは、アクと水、水のみで長時間煮た餅である。

2. 技術伝承の由来など

鹿児島の薩摩や、大隅では、「島津の殿様が参勤交代の折りに見たものを伝え、保存食として広めた」と伝承されるが、真偽はわからない。むしろ、焼酎などと同じように中国南西部辺りから照葉樹林文化の一つとして伝わったと見た方が、むしろ妥当というべきであろう。

さらに、奄美へは中国南西部から直接伝わったのか、鹿児島を經過して伝わったのかは判然としないが、19世紀半ばに奄美の民俗、動植物を記録した『南島雑話』には、現在も奄美や鹿児島で三月三日の女の子の節供に儀礼食として食べられるフツムチ（蓬餅）やフツノモツと呼ばれる「右餅米ト蓬ヲ當分ニシ砂糖ヲ搗交ヘテ蒸シタルモノナリ外ハ粉ナト付ルコトナシ」と紹介されているのに、水で煮るアクマキに関する記事は認められない。当時アクマキは存在していなかったのか、著者が書き落としたのであろうか。さらに言えば、『南島雑話』に紹介されている「餅」「ダゴ（ダンゴ）」類はすべてが、「蒸す」調理法であることを記している。また、鹿児島の薩摩や大隅では、アツマツ（アクマキ）、マッグゴなどの方言名をもって呼ばれるのに対し、奄美では島口（奄美方言）とは思われないアクマキという名称のみで呼ばれているのは、鹿児島から伝播したと推量するのが妥当と思われる。

儀礼食として、5月5日の節供の時期のみに食べられていたのは、昭和30年代から40年代であった。その後、

スーパーなど店頭で売られるようになり、日常食として食べられるようになった。

3. 分布について

奄美大島では、全域で食べられていたと思われがちだが、不思議なことに大和村では、5月5日の節供にも食べられていなかったと言い、現在でも食べるのが好きでない人が多いという。つまり、南西部の大和村には分布していなかった。

鹿児島県では、薩摩、大隅やその周辺域に分布し、アクと水で煮る二つの方法があるが、奄美では水で煮る方法が一つである。奄美のアクマキは、鹿児島のアクマキに比べて嚙が早く来るという。

4. 原材料について

アクマキの原料は、糯米とアク（木灰）とである。糯米は現在では稲作をしていないために、鹿児島県産のものを購入して用いている。アクも、紬生産が最盛期の昭和40年から50年代には、染色で用いた後のティーチギを、龍郷町戸口の人から譲り受けて、乾燥させて燃やして灰を作っていた。ティーチギのアクはよく効いた。現在では鹿児島県食品会社が作った2リットルのペットボトル入りのものを購入して使っている。こうした傾向は、鹿児島県でも同じ状況である。

5. 加工（調理など）について

(1) 袋縫い

アクに浸した糯米を詰める木綿袋を手縫いする。これは、雨の降る日に縫ったり、夜なべ仕事として女性が縫っていた。現在の、袋の法量は、幅16cm、長さ28.5cmの布を二重に折り畳み、底になる部分と折り目と反対側に当たる布端を細かく縫い、片口明きの袋に縫いあげる。こうした袋を必要な本数だけ作っておく。袋は煮えあがったアクマキを取り出すとき、底の部分を残して糸を解いて取り出し、次に用いるときに再び縫う。

(2) アクタラシ（木灰垂らし）

アクは、堅い照葉樹を燃やしてできた木灰から取るのが原則とされる。したがって、かつては囲炉裏や風呂の灰を貯めておき利用した。そのため、囲炉裏や風呂の薪には常日ごろから気を使って、できる限り堅木を焚いた。特に、新聞紙や段ボール、石油精製品を燃やすことは禁じられていた。それらが混じった木灰のアクでは、糯米の米粒が残り餅にならない。鹿児島県では、新しい灰から取ったアクよりも、古い灰から取ったアクが良いとされる。



（写真4）糯米を洗う



（写真5）洗った糯米を水切りする



（写真6）水切りした糯米をアクに浸す



（写真7）箆に移し、糯米の表面のアクを洗い流す



(写真 8) 竈に火を入れ湯を沸かし始める



(写真 9) 平鍋の底に藁を敷く



(写真 10) 糯米を袋に詰める



(写真 11) 袋の口を閉じる

アクを垂らす方法は、先ず、蓄えてある木灰を目の細かいカナフルイで篩い、燃え残りの炭などの屑を取り除く。これをしないと、水が灰の中を素通りしてアクが薄くなり、糯米の煮えが悪くなり、アクマキの中に米粒が残る。樽やバケツの上に木綿布を敷いた箆を置き、その上に篩った木灰を入れ、上から水を注いでアクを垂らす。鹿児島県志布志市内之倉四浦では、箆の代わりにイットカン（一斗入りの石油缶）の底に小さな穴をたくさん開けたものを用いていた時期があった。

(3) 糯米のアク浸し

アクマキを煮る前日に糯米を桶の中で水洗いして、箆に入れて水切りをしておく。水がしっかり切れたら、桶やバケツに溜まったアクの中に糯米を一晩中浸す。現在は、購入した鹿児島のアク 5.4 をプラスチックの桶に入れ、そこに 7 kg の糯米を浸す。

(4) お湯沸かし

翌日、庭の竈に仕掛けてある直径 73cm、深さ 25cm の平鍋（鹿児島ではカマナベと呼ぶ）の底に藁を敷き、鍋の縁近くまで水をため蓋を被せて、火を焚き沸騰させる。底に藁を敷くのは、アクマキが焦げるのを防ぐためと、藁の煮汁の茶色のアクマキに色付けするためであるという。鹿児島では、枝付の棕櫚の葉を敷き、アクマキを焦がさないように時々枝を握って揺する。

こうした平鍋は、江戸時代は加治木の鋳物屋で製造したものが、奄美の砂糖炊きのサタナベとして供給されていた。現在は、アルミ製の鍋を金物屋から購入したものを使っている。

(5) 袋詰め

鍋の湯が沸騰する間に、一晩水に浸した糯米を袋に詰める。糯米を箆に取り上げ、上から水をかけながらで 5、6 回洗って、米粒の表面のアクを軽く洗い流す。縫い上げてある木綿袋に詰める。現在は、5 kg 米を 25 袋に、280g ずつに計り分けて詰める。口は底から 21cm の所を輪ゴムで閉じる。このとき、詰め具合は袋に少し余裕を持たせて緩くなるように口を閉じる。

これに対して、鹿児島では糯米を包むのは、カラタケ（マダケ）やモウソウチク（孟宗竹）のタケノコから剥がれ落ちた皮を拾い集め、乾燥させて保存したものを、水で戻して平たく広げて丸く棒状に包み、両端を折り曲げ、細く裂いた竹皮の紐で括る。現在では、竹紐の代わりにビニール紐を用いることが多くなった。奄美にはそうした大径の竹が育たないために、布袋を用いざるを得なかったと思われる。

(6) アクマキ煮

湯が沸騰してきたら蓋を取って、沸騰する湯の中に袋を入れていく。後は、蓋を被せて、火力を弱めることで米粒が残らないように沸騰させ続ける。途中で火力が弱まると、中に米粒が残り、失敗作となる。2時間炊き続けると中が煮えて、米粒が溶けて餡色の餅状となり出来上がりとなる。

(7) パック詰め

煮あがったアクマキを冷まして、側面の縫い糸を解いて、袋の中のアクマキを取り出して、プラスチックのパックに詰めて、サランラップで巻く。



(写真12) 口の閉じられた袋

6. 食習等について

(1) 食べ方、食べるときの習慣

5月5日の節供の祝いに行くと、重箱に入れて出されるものであった。白砂糖や黄な粉、細かく削った黒砂糖が掛けられていた。節供が終わっても残ったアクマキを食べ続けた。鹿児島県志布志市内之倉四浦では、竹の皮を開いて、木綿糸の端を口にくわえてアクマキに巻き付けて引き絞って切り取って食べる。包丁などの刃物で切ると刃にくっ付くからそれ避ける方法だという。本当に好きな人は醤油をつけて食べるという。



(写真13) お湯が沸騰する

(2) 売り方

吉村さんは、パック詰めしたアクマキを、国道58号線沿いにある地区の道の駅である「サン奄美」に出して、販売してもらっている。また、東京や大阪、福岡、佐賀などに住む摺勝や川内出身の人たちから、昔の味が懐かしいと言って電話で注文があり送っているという。



(写真14) 糯米の詰まった袋を投入する

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

大きく変容したのは、作る時期である。伝統的に5月5日の男の節供の儀礼食として造られていたが、今日では、店頭で販売されるようになり、日常的に食べられるようになってきた。また、アクの作り方も自家製から鹿児島の食品会社製のものを購入するようになっている。



(写真15) 途中で袋を上下入れ替える

8. 技術伝承について

5月5日の節供には現在でも各家庭で造られる。スーパーや小売店へ供給するため製菓会社も製造しており、保護の対策を施す必要性はそれほどないと思われるが、アクの製法等に関する技術は、照葉樹林文化の一つとして記録保存の必要性はあると思われる。



椀に盛られたミキを頂く（住用村城：奄美博物館館長久信博氏提供）

名称：ミキ
 伝承地：奄美諸島、沖縄諸島
 調査地：鹿児島県奄美市笠利町赤木名、住用町川内
 話者：笠利町赤木名 恵 千津子さん
 住用町川内 山田 千代子さん
 伝承者数：奄美大島の各集落で造られており、具体的な数は把握できない
 主な原材料：粳米、甘藷、砂糖、塩
 主な用途：本来は、稲や粟の収穫祭や里芋や山芋の収穫祭の時の神への供物として造られ、飲用されたものである。しかし、現在は、豊年祭に集落の女性たちによって造られているほか、滋養のための日常飲料として造られ、スーパーや小売店などで販売されている。



（写真１）赤木名ミキを炊く鍋



（写真２）住用村川内のミキを炊く平鍋 奄美博物館館長久信博氏提供



（写真３）赤木名ミキを混ぜる大型のメシゲ

1. 背景と特徴

ミキは、ミシャクとも呼ばれ、神酒、御神酌の意である。本来、稲や粟の収穫祭や里芋や山芋の収穫祭の時の神への供物として造られ、飲用されたものである。しかし、最大の特徴は、発酵原として唾液や菌類、胚芽などではなく、澱粉や植物の生汁を用いることである。この特徴をとらえて、鹿児島在住の民俗学者、故小野重朗は、ミキを「第四の酒」と名付けた。

2. 技術伝承の由来など

薩摩藩士で奄美大島に流罪となった名越左源太が、18世紀半ばの奄美大島の民俗や動植物を記録した『南島雑話』（鹿児島大学所蔵の『南島雑話二』）には、ミキの作り方が詳細に描かれている。それを箇条書き的に上げれば、神事として祭りを行うとき造酒というものを製すること、餅（糯）米を水に浸し^{ほと}潤びらせ（ふやかし）、臼と杵で細かく搗き砕くこと、大鍋に湯を沸かし、沸騰してきたら鍋を下ろすこと、沸騰する泡が消えたら、搗き砕いた餅米の粉を少し取り分け、残りの粉を全部鍋の中に入れ、大きなメシゲで掻き混ぜること、メシゲで掬えるくらいになったら、生の甘藷をカネオロシですりおろし、取り分けておいた糯米の粉と等分にまぜること、それを米一升当り片手ひと掬い鍋の中に加え、再び掻き混ぜること、それを壺や樽に移し、口を芭蕉の葉で覆い封ざること、翌日には美味しく飲めるようになること、

翌々日まで置けば猶よくできることなどを述べている。

本来の神事の供物として供えられ、飲まれたのは昭和50年代までは造られていた。その後は、豊年祭などで儀礼的に造られたが、むしろ日常の飲料として造られ、スーパーなど店頭で売られるようになり、現在が最盛期と言ってもよい。

3. 分布について

ミキの分布は、奄美諸島から沖縄諸島を含む南島全体に及んでいる。

4. 原材料について

ミキの原料は、基本的に『南島雑話』に示されたとおり、米、甘藷であるが、現在では、米が餅米から粳米に変化し、さらに砂糖、塩等が加わっている。さらに、粳米、甘藷の調達も、自家製から鹿児島のもを購入する形に変化している。

5. 加工（調理など）について

(1) 米の製粉

『南島雑話』では、糯米を水に浸し潤びらせて、ウシ（縦臼）とアジム（縦杵）やヤマトアジム（横杵）とを使い、ハタク（細かく砕く）という形であったものが、昭和50年代ごろから製粉機による製粉が始まった。現在、住用村川内では、新米のコシヒカリを名瀬の街で10キログラム購入し、製粉業者に頼んで製粉している。ただ、笠利町赤木名の恵千津子さんは、製粉せずに5キログラムの米を購入し、米粒のまま用いる。

(2) 湯沸かしと粉（米）の攪拌

『南島雑話』では、大鍋で湯を沸騰させ、鍋を下ろして泡立ちが消えたところを見計らって、細かく砕いた粉を入れて掻き混ぜるとしている。

これに対し、住用村川内では、10kgの水をそれぞれ二つの大鍋に入れて沸騰させる。米の粉を5kgずつに分けて、それぞれ5kgの水を加えて混ぜる。お湯が沸騰してきたら燃えている薪を引いて燗^{おき}だけにし、米の粉を入れて10分から15分間、焦げないように3人がかりで、大きなメシゲを使って掻き混ぜる。混ぜ終わったら鍋を釜から下ろし冷ましておく。

一方、笠利町赤木名の恵千津子さんは、直径50cm、深さ23cmのアルミ製の寸胴鍋に水と米を入れて、ガスコンロで強火で30分間、焦げ付かないように大きなメシゲで掻き混ぜながらお粥に焚く。米が上に浮かんできたら、米半分を鍋の外に取り分ける。

さらに、30分間鍋の中の米を強火で、焦げ付かないように掻き混ぜ続けながら炊く。

炊き始めから1時間たったなら、取り分けていた半分の米を加え、さらに10分間強火で焦げないように掻き混ぜ続ける。その後、中身のお粥を冷ますために、別鍋に移す。

(3) 生甘藷の攪拌



（写真4）赤木名ミキに混ぜられる自家製の塩



（写真5）水溶きの米粉混ぜながら炊く（川内：奄美博物館館長久信博氏提供）



（写真6）焦げないように混ぜ続ける（川内：奄美博物館館長久信博氏提供）



（写真7）焦げないように火加減を調整しながら混ぜ続ける（川内：奄美博物館館長久信博氏提供）



(写真 8) 冷ますため鍋を下ろす (川内：奄美博物館館長久信博氏)



(写真 9) ナマガン（生甘藷の搾り汁）を入れて混ぜ合わせる (川内：奄美博物館館長久信博氏)



(写真 10) 芭蕉の葉で覆い発酵を待つ (川内：奄美博物館館長久信博氏提供)



(写真 11) 豊年祭に甕に入れられ飾られる (住用村城：奄美博物館館長久信博氏提供)

『南島雑話』では、掻き混ぜている中身がメシゲで掬えるくらいになったら、生の甘藷をカネオロシですりおろし、取り分けておいた糯米の粉と当分にまぜる。それを壺や樽に移し、口を芭蕉の葉で覆い翌日まで封ずる。これに対し、住用村川内では、鍋の中身が人肌くらいになったら、2 kg の生の甘藷の皮を剥き、粗く切ってミキサーで攪り潰し、布で搾った生のままの汁を混ぜる。

一方、笠利町赤木名の恵千津子さんは、鍋の中のお粥が 40 度くらいに冷めたら、生の甘藷をミキサーで攪り下ろし、布で搾った生汁のまま、お粥の中に混ぜる。

(4) 砂糖混ぜ

『南島雑話』には砂糖を混ぜる記載はない。これに対して、住用村川内では、発酵の具合を見ながら発酵が急激に進まないように、それぞれの鍋に 4 ~ 5 kg の白砂糖を、細目に分けながら混ぜる。

一方、笠利町赤木名の恵千津子さんは、甘藷の生汁を混ぜて 1 時間ほど経ったところに、白砂糖 4 kg と自家製のマシュ（真塩）大さじ一杯を混ぜて、翌日まで置く。マシュを混ぜることは、母の時代はしなかったが、甘みを出すために自分で工夫した。

(5) ペットボトル詰め

笠利町赤木名の恵千津子さんは、一夜置いたミキを、500ml と 2 L のペットボトルに詰め、「赤木名ミキ」の商標ラベルを張って、注文先に配達する。

6. 食習等について

(1) 食べ方、食べる時の習慣

本来は、神事の供物として供えられ、芭蕉の覆いをとって、それをノロが頂くものであった。住用村川内では、豊年祭のときに造られ、人々に振舞われる。笠利町笠利では、初盆の家では、帰ってきた新精霊にミキと赤飯を供え、お客さんにも振舞う習慣で、お盆の時期は特に注文が多い。現在では、店に販売されているミキを滋養の飲料として、特に夏季に良く飲まれている。一般的に、酸味が出たものや、若干米粒感が残るのが好まれる傾向がある。

(2) 売り方

笠利町赤木名の恵千津子さんは、注文に応じて小売店や個人に配達している。また、東京の奄美会（奄美出身者の集まり）や東京の戸口会（龍郷町戸口出身者の集まり）、大阪の屋仁会（笠利町屋仁出身者の集まり）、笠利会（笠利町笠利出身者の集まり）などから注文があり、発送している。大阪、福岡、佐賀などに住む摺勝や川内

出身の人たちから、昔の味が懐かしいと言って電話で注文があり送っているという。住用村川内の山田千代子さんも、東京に出ている親戚に送っているという。

7. 郷土食の変容について

(1) 作り方の変容

大きく変容したのは作る時期である。稲や粟の収穫祭や里芋や山芋の収穫祭の時の神への供物として造られ、飲用されたものである。それが日常の滋養飲用へとってきた。また、『南島雑話』には白砂糖を混ぜる記載はないが、現在では白砂糖を混ぜるのが普遍的な技術となっている。さらに、笠利町赤木名の恵千津子さんは、甘みを出すために塩を加えることまで工夫している。

また、原材料も、自家製から購入品へと変化をしている。

8. 技術伝承について

現在でも集落の行事としての豊年祭や、住用村川内の山田千代子さんのように、風邪や夏の熱暑に対する滋養飲用として各家庭でも造られ、スーパーや小売店へ供給するため製菓会社が製造しており、保護の対策を施す必要性はそれほどないと思われるが、奄美製の原材料の供給が問題であると思われる。



(写真 12) 豊年祭の土俵にミキを運び込む(住用村城：奄美博物館館長久信博氏提供)



(写真 13) 豊年祭の土俵上にミキを供える(住用村城：奄美博物館館長久信博氏提供)



(写真 14) 赤木名ミキの出荷のためにラベルを張る



東道盆に盛りつけられた料理

名称：正月の豚料理

よみがな：しょうがつのぶたりょうり

伝承地：沖縄県全域

調査地：沖縄本島

公設市場、いろは庭ほか

伝承者数：多数

主な原材料：アグー豚

主な用途：行事食



(写真1) アグー成豚(雄)



(写真2) 旧正月前の海での解体作業(玉城哲夫氏提供)



(写真3) 塩漬け三昧肉のスライス

1. 背景と特徴

(1) 豚は食文化の基層

日本本土のように仏教の殺生禁断の教えが浸透しなかった沖縄においては、獣肉食の禁忌がなく、古くから牛、山羊、豚などの料理は、貴重なタンパク質補給源であった。特にそれらは、ハレの日の食として用いられてきた。

琉球王府時代に、牛は農耕用以外に、食用を禁じられて以来、豚肉は年越しの料理として、「爪と鳴き声以外は全て食べた」と言われたほどであった。豚は、沖縄の食文化の基層となった。

(2) 島豚「アグー」の起源

沖縄固有の貴重な在来豚として「アグー」が挙げられる。室町時代の初期(1385年)に琉球王の使者が明国から種豚を持ち帰り、沖縄で飼い続けられていた島豚が「アグー」の起源であると言われている。しかし、第二次世界大戦の影響でアグーは激減した。

さらに、戦後、アメリカ等から、大型で、発育のはやい西洋品種が大量に導入され、豚の改良が行われた。そのため、小型で、発育の遅いアグーの頭数は減り、西洋品種との交配による雑種化も進んだ。絶滅したと思われるアグーであるが、名護博物館が1981年にアグーの全県的な調査を実施した結果、約30頭が確認された。そのうち18頭が県立北部農林高等学校に集められ、約10年かけて雑種化を取り除くための戻し交配が行われた。その結果、戦前に近い形質を備えたアグーが復元された。

2. 豚肉料理の伝承・由来

(1) 弥生時代からのイノシシ

琉球列島に住む人びとが豚肉食を好むようになったのはいつごろからだったのだろうか。各種発掘調査によって出土するのはイノシシの骨だという。弥生時代並行期の

遺跡からは、豚の骨が出土しているようである。

(2) 泡盛の粕、くず芋で養豚

15世紀後期に豚が飼育されていたのは沖縄本島（首里、那覇あたり）で、八重山・宮古諸島において家畜として、飼育の記録はない。豚の飼育が首里・那覇付近に限られていたのは、飼育する人びとの食料事情も貧しく豚の飼料まで考えるゆとりのなかった時代に、首里の泡盛工場から酒粕が供給が可能であったから考えられている。このころの豚の主な飼料は酒粕であった。養豚が普及したのは、17世紀初頭、中国から甘藷が導入され、芋や柔らかい葉は人の食料とし、固くなった葉や虫の入った芋は豚の餌となった。

3. 分布について

沖縄本島と周辺の島々、八重山諸島、宮古諸島など

4. 原材料について

(1) アグーの外貌と西洋品種との比較

全体：小型，中躯短め

頭部：ややしゃくれ，眉間のしわ

耳：中程度の大きさでやや立ち

皮毛：黒色，毛深く，癖のある長毛

背線：中央でやや陥没

腹部：やや下垂

肢蹄：短めで太く，副蹄が接地

腿の皮膚にたるみ

アグーの体系は、西洋品種に比べてかなり小型である。成体で、約 110kg で、西洋品種に比べて成長も遅い。

(2) アグー肉質の特徴

霜降りの割合（筋肉内脂肪含量）が一般肉豚に比べて 5% と多い。

脂肪の溶ける温度（脂肪融点）が一般肉豚に比べて 38.1 度と低く，口の中に入ると，脂がとろける。

食味試験では，肉が柔らかく，脂に甘みや旨みがある。

(3) 豚から豚肉へ

伊平屋島の場合、上江洲均氏によると『かつては、豚の屠殺は、旧 12 月 28 日のワークルシーの日と決まっていた。大きな所帯は 1 件で 1 頭、小世帯は 2、3 軒で 1 頭であった。正月に使用した豚の残りの肉や骨は塩漬けにした。それは復帰前後までやっており、新暦の正月に集約する新正 1 本化へ動くころから廃れたようである。このころの豚の屠殺は、浜辺でやり、“豚を焼く”と表現したとのことである。食品衛生上の問題から、このような、居住集落に近い場所での飼育・解体は、昭和 47 年（1972）の本土復帰以降終焉を迎



(写真 4) ミヌダル



(写真 5) ミヌダル、泡盛を入れたゴマの中に漬け込まれる



(写真 6) ごぼうの肉巻き



(写真 7) ラフテー、豚三枚肉を泡盛で長時間煮込む



(写真 8) 軟骨ソーキ煮つけ



(写真 9) 中味の吸い物、生姜添え



(写真 10) 耳皮の刺身。和え物



(写真 11) 重箱料理 7 品、皮付き三枚肉のみ入る

えることとなった。

塩漬けにした肉は、スーチカーガーマ（塩漬け肉保存のための甕）に入れて保存された。貯蔵肉は、引き続き行事食に使われ、教員や公務員の家庭では弁当おかずの一品としても使われた。「あちらの家庭では、次の正月まで肉を持たせて、とてもやりくり上手だった。」などと聞いたことがある。

脂分も貴重だったので、加熱して抽出され、壺に保存され、調理に活用された。紐はじょうぶにできており、ネズミが渡れないような細いフックに掛けて吊り下げ保存された。

(4) 牧志公設市場は、牛、豚、山羊、馬などの肉類、海産物（魚介から昆布に至るまで）など、行事食や日常消費のための素材をほとんどそろえることができる市場である。食肉センター等、合法施設で半身またはさらに細分化された肉は依頼した農場や業者に引き取られていき、スーパーマーケットや公設市場販売となる。とくに豚肉はすぐに調理できるように、前処理された形で販売されている。

5. 正月料理と調理について

(1) 首里・那覇の上流家庭では正月や祝日の時などは、東道盆（とうんだーぼん）に美食をつめて、お客をもてなした。東道盆とは、中国から伝来した食籠の一種で、琉球漆器の代表的な形である。

今回は豚肉料理を主として示した。東道盆に詰められた豚肉料理の名称と簡単な説明を写真 3～6 に示した。現在、家庭の新年会などでも、使用されることがある。いわゆる重箱料理は、正月だけでなく法事にも欠かせない。

スーチカー（三枚肉のスライス）の作り方

自作する時は、生の豚三枚肉に、塩をまんべんなく塗り込みキッチンペーパーにくるみビニール袋にいれて、常温で一晩寝かせる。冷蔵で、一年寝かせる事がある。寝かせた豚肉をさっと水で洗い、40～50分程度ゆでて、スライスする。

ミヌダルの作り方

肉の表面にゴマをまぶして蒸し、ゴマを入れた泡盛の中に、一晩漬けこむ。最近では、ワインに漬け込む料理店もある。

豚肉の昆布巻き

ごぼうの豚肉巻き

フラテーの作り方

豚三枚肉を泡盛で、長時間煮込んだ料理。砂糖醤油や味噌で味付けされる。

軟骨ソーキ煮付け

ソーキ汁も正月やその他おもてなし料理には欠かせない汁ものであるが、最近は固い肋骨のソーキ汁より、骨ごと食べられる軟骨が好まれる。

肉だけ食べる事は少なく、結び昆布、大根または冬瓜との組み合わせは必須である。人参や葉物野菜が入ることもある。

中身の吸い物

中身（胃、小腸、大腸）はきれいに下処理され、ゆでてあり、市場などで、計り売りされることも多い。味噌仕立てにする。鰹と椎茸のだし汁で煮込む。

耳皮の刺身の和え物

スライスされ、パック詰めされた豚の耳

刻み昆布と豚肉、千切り大根の煮炒め

豚肉入り 炊き込みご飯

イナムドチ 沖縄かまぼこ、椎茸、豚肉を白味噌仕立てで煮込む。

(2) 正月を過ぎて、旧暦 1 月 16 日には、あの世の正月ということで、お墓の前（通常沖縄のお墓は小さな庭付きでごちそうが上げられる）で親族が集いながら、重箱料理、果物等をお供えし、焼香したのち、参加者で分けて食する。

6. 郷土食の変容について

重箱料理は奇数が好まれるので、7 品とする場合も多い。各家庭で作るところは少なくなり、スーパーマーケットやデパートに注文することが多い。予約制で、写真で仕上がりを確認できる。個別の琉球料理店へ注文する場合、指定しないと独創的な詰め方をされる場合もある。適度に配置して、9 品のバランスに近づけてくれるところもある。また、最近は脂身の多い国内産より外国産が人気である。

7. 技術伝承について

食文化の保存と継承面からは、沖縄県文化観光スポーツ部文化振興課や公益財団法人沖縄県文化振興会が熱心に事業を行っている。

公益財団法人沖縄県文化振興会では平成 27 年度沖縄文化活性化・創造発信支援事業の一環として、【沖縄の伝統的な料理の保存継承方法を検討する委員会の設立とそれに伴う人材育成】が採択された。事業目的は『沖縄の伝統的な料理を保存継承するため、県内の沖縄料理・琉球料理関係者を集めた評議委員会の設立と、それに伴う人材育成』である。



(写真 12) 公設市場 - 三枚肉



(写真 13) 公設市場 - 塩豚、軽くスライスして焼く



(写真 14) 公設市場 - 耳皮の刺身材料



(写真 15) 公設市場ソーキ汁材料

【郷土食関係基礎調査票一覧】

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
(1) 北海道 合計：43 件		
00001	寒塩引（かんしおびき）	石狩市
00002	石狩鍋（いしかりなべ）	石狩市
00003	三平汁（さんぺいじる）	北海道日本海側
00004	ホッケの切り込み（ほっけのきりこみ）	神恵内村
00005	マスカレー	神恵内村
00006	たけのこ煮たやつ	神恵内村
00007	アイヌの伝統料理	北海道（伊達市）
00008	飯寿司（いずし）	えりも町内他
00009	シト	平取町
00010	チボロサヨ	平取町
00011	ラタシケブ	平取町
00012	ユクオハウ	平取町
00013	チタタブ	平取町
00014	ヤマウ アイヌ語で「冷たい汁」の意味。	日高東部（様似・浦河など）
00015	コンブシト アイヌ語で「コンブ団子」の意味	日高中東部（様似・浦河・新ひだかなど）
00016	チタタブ アイヌ語で「たたき」の意味	北海道各地
00017	にしん漬	松前周辺
00018	くじら汁	松前周辺
00019	ニオの油炒め	松前周辺
00020	松前漬	松前周辺
00021	けんちん汁	松前周辺
00022	つぼ汁	松前周辺
00023	ふきんこ団子汁（だんごじる）	奥尻島含む北海道桧山管内など
00024	芋の塩煮と塩辛	奥尻島を含む道南地方など
00025	三平汁（さんぺいじる）	檜山南部を中心とした北海道全域
00026	鯨汁（くじらじる）	北海道南部（旧松前藩領）を中心とした道内
00027	かたこもち（べこもち）	檜山南部（かたこもち）・道内および少なくとも下北（べこもち）
00028	こうれん	檜山南部（檜山北部（非松前藩領外）には見られない模様）
00029	豆漬け（まめづけ）	檜山（南部と思われる）
00030	クジラ汁（くじらじる）	上ノ国町内一円
00031	クジラそうめん	上ノ国町内一円
00032	煮しめ（にしめ）	上ノ国町内一円
00033	かたこ餅（かたこもち）	上ノ国町内一円
00034	こうれん	湯ノ岱、宮越、早瀬、桂岡、中須田
00035	三平汁（さんぺいじる）	上ノ国町内一円
00036	飯寿司（いずし）	主に町内字小砂子～字上ノ国の海岸線
00037	ニシン漬け	増毛町全域
00038	三平汁（さんぺいじる）	北海道全域
00039	鯨漬け（にしんづけ）	北海道全域
00040	いける〔越冬保存〕	滝上町
00041	つぶつぶでんぶん	北海道更別村 神野でんぶん工場（株）
00042	鮭の飯寿司（さけのいずし）	北海道（全道的には新しく、標津町は戦前から）
00043	鮭の山漬け（さけのやまづけ）	北海道（標津町周辺では江戸時代からの記録が残る）
(2) 青森県 合計：48 件		
00044	けの汁（けのしる）	青森県津軽地方から秋田県
00045	鱈のじゃっば汁（たら）	青森県全域
00046	ホタテの貝焼き味噌（かいやきみそ）	青森県津軽地方および下北地方
00047	津軽そば（つがるそば）	青森県津軽地方
00048	しそ巻き梅干し	津軽地方
00049	アカハタモチ（あかはたもち）	八戸市鮫町（南浜地区）
00050	干し菜、寒大根	八戸市内
00051	漬け柿（つけがき）	八戸市内（是川地区など）
00052	豆シトギ（まめしとぎ）	八戸市・青森県南部地方
00053	カッケ、つつけ	八戸市・青森県南部地方
00054	干し菊（ほしぎく）	八戸市・青森県南部地方
00055	南部煎餅（なんぶせんべい）	八戸市・青森県南部地方
00056	おいなり〔寿司〕	津軽地域
00057	煮えっこ〔煮あえっこ、煮あえ〕	津軽地域、下北地方

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00058	すくめ（すぐめ）	津軽地域
00059	干しもち（ほしもち）	津軽・南部地方
00060	馬肉料理〔馬刺し・馬肉鍋〕	五所川原市、十和田市、五戸町、六戸町
00061	ごど	十和田市（沢田地区）
00062	ジュネ餅〔そば餅・むぎ餅・くし餅〕	青森県県南地方
00063	バラ焼き	十和田市（一部、三沢市）
00064	けいらん	下北半島全体（特に旧川内町）
00065	イカのすし	下北半島全体（特に旧大畑町）
00066	しながわ汁	主にむつ市西通地区（特に旧川内町周辺）
00067	べこもち	下北半島全体（特に北通地区が有名）
00068	あづべ汁（あづべじる）	今別町全域
00069	茶まま（ちゃまま）	今別町襲月地域
00070	チャゲツコ〔茶粥：ちゃがゆ〕	野辺地町地域
00071	やきぼし	外ヶ浜町平館地区
00072	ハタハタのナレズシ	深浦一円
00073	さめなます	津軽地方
00074	ほっけのすし	津軽地方
00075	葉くるみ	津軽地方
00076	大鰐温泉もやし	大鰐町内
00077	しとぎもち	津軽地方
00078	ササモチ〔餅餅〕	野辺地町全域（野辺地地域、馬門地域、有戸地域）
00079	やうづりけっこ	大間町（奥戸地区）
00080	かぼちゃけっこ	大間町
00081	くじら汁	大間町
00082	くしもち	青森県南部地方
00083	つつけ〔かけ〕	青森県南部地方
00084	きんかもち	青森県南部地方
00085	なべこだんご、なべっこだんご	青森県南部地方
00086	煮しめ	青森県全域
00087	せんべい汁〔せんべいかやき〕	青森県南部地方
00088	ひつつみ	青森県南部地方
00089	やすみっこ	青森県南部地方
00090	麩の味噌漬け	新郷村全域
00091	ずんだしとぎ	新郷村全域

（３）岩手県 合計：６１件

00092	笹まき	岩手県二戸郡一戸町鳥越地区
00093	まめぶ	岩手県久慈市山形町
00094	ゴド	岩手県久慈市山根町
00095	シダミ団子（しだみだんご）	岩手県久慈市山根町
00096	けえの汁（けえのしる）	岩手県久慈市
00097	ゆかべ	岩手県久慈市山根町
00098	麦雑炊	宮古市川井地域
00099	凍み豆腐、凍みもち、凍みほど、凍み大根	宮古市川井地域
00100	こびり〔こびる＝小昼〕	宮古市川井地域
00101	煮しめ	宮古市川井地域
00102	ひつつみ、はっとう	宮古市川井地域
00103	木の実食	－
00104	ずるびき	金ケ崎町西根城内地区周辺
00105	ほやもち	金ケ崎町内
00106	きらずだんつ	普代村
00107	瓜割漬け	平泉
00108	手作り三代みそ	平泉
00109	手作りみそ	長島
00110	きゅうりの辛子漬	長島
00111	のだ塩（のだしお）	野田村
00112	しだみ団子	野田村
00113	けいらん	野田村
00114	豆腐田楽（とうふでんがく）	野田村
00115	あんびん	野田村
00116	昆布巻き（こんぶまき）	東北北部
00117	いちご煮	東北北部沿岸

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00118	たら汁（たらじる）	東北北部沿岸
00119	くじら汁（くじらじる）	東北北部沿岸
00120	まつの酢のもの	東北北部沿岸
00121	鯢鰯のともあえ（あんこうのともあえ）	東北北部沿岸
00122	煮こもり（にこもり）	東北北部沿岸
00123	鶏卵（けいらん）	東北北部沿岸
00124	葬式だんご	東北北部沿岸
00125	しだみもち〔ドングリもち〕	ブナ・ナラ植生地
00126	煮しめ（にしめ）	岩手県北地方
00127	豆腐の味噌でんがく	岩手県北地方
00128	粥の汁（かゆのしる）	岩手県北地方
00129	蕎麦かけ（そばかけ）	岩手県北及び青森県南地方
00130	雛まんじゅう〔花まんじゅう〕	岩手県紫波町
00131	きりせんしょ	岩手県紫波町
00132	ほろほろ	岩手県紫波町
00133	ひつつみ	岩手県紫波町
00134	果報だんご（かほうだんご）	一関市一帯
00135	葉焼き（はやき）	一関市一帯
00136	はっと〔かぼちゃぱっと、小豆はっとなど〕	一関市一帯
00137	餅料理	一関市一帯
00138	凍み豆腐、凍み餅	一関市一帯
00139	重っこ料理（じゅっこりょうり）	雫石町内全域
00140	けの汁（けのしる）	北上市小島崎
00141	ごま蒸かし（ごまぶかし）	北上市和賀町岩崎
00142	茄子のずんだ和え（なすのずんだあえ）	北上市
00143	いものこ汁（いものこじる）	北上市
00144	茄子おもす（なすおもす）	北上市
00145	ひつつみ	遠野地方
00146	鶏卵（けいらん）	遠野地方
00147	やきもち	遠野地方
00148	カニのふわふわ	陸前高田市横田町・気仙町
00149	ゆべし	陸前高田市全域
00150	がんづき	陸前高田市全域
00151	煮しめ	陸前高田市全域
00152	椿油けんちん汁	陸前高田市全域

（４）宮城県 合計：４２件

00153	はっと	宮城県登米市全域
00154	手のひら蒲鉾（てのひらかまぼこ）	宮城県名取市閑上地区
00155	はらこめし	宮城県亶理郡亶理町荒浜地区（発祥地）
00156	えびもち	宮城県登米市全域
00157	凍み豆腐（しみどうふ）	宮城県大崎市岩出山
00158	山菜の利用と保存法	七ヶ宿町内一円
00159	キノコの利用と保存法	七ヶ宿町内一円
00160	カワバタを利用した漬け物保存	横川地区
00161	鹽竈神社藻塩焼神事（しおがまじんじゃもしおやきしんじ）	宮城県塩竈市、志波彦神社鹽竈神社
00162	こくず	亶理町内
00163	デブのおっしょ煮	亶理町荒浜地区
00164	柿のり	宮城県南地域
00165	ゆり菜の粕煮	亶理町内
00166	ほっきめし	山元町磯区
00167	こくず	山元町
00168	はらこめし	山元町
00169	冬至かぼちゃ	山元町
00170	柿なます	山元町
00171	雑煮（ぞうに）	松島町高城
00172	紅蓮せんべい（こうれんせんべい）	松島町松島
00173	とろろ飯（とろろめし）	富谷市富谷新町
00174	スッポコ汁（すっぽこじる）	富谷市全域
00175	岩出山納豆（いわでやまなっとう）	大崎市岩出山
00176	岩出山味噌（いわでやまみそ）、手前味噌（てまえみそ）	大崎市岩出山 or 大崎市全域

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00177	飴餅（あめもち）	大崎市内全域
00178	蝦餅（えびもち）	大崎市田尻・古川地域
00179	ジュネン（えごま）	色麻町小栗山
00180	小瀬菜：こぜん	加美町内 小瀬行政区
00181	おぼろ汁	涌谷町全域
00182	オサングシ	涌谷町 笹峯寺（こんぼうじ）
00183	けの汁（けのしる）	登米市豊里町二ツ屋地区
00184	なっぱ煮（なっぱに）	登米市迫町新田地区・森地区
00185	ふすべもち	登米市迫町・中田町
00186	あざら	気仙沼地方
00187	もうかのほし	気仙沼地方
00188	どんこ汁	気仙沼地方
00189	ホヤの酢の物	三陸地方
00190	かぶぶかし	気仙沼地方（大島・大谷・階上地区）
00191	たらし餅〔タラスモツ〕	南三陸町内全域
00192	鯨料理（くじらりょうり）	宮城県石巻市牡鹿
00193	松葉汁（まつばじる）	宮城県石巻市
00194	ほや雑煮	宮城県石巻市 等
（５）秋田県 合計：３５件		
00195	稲庭うどん	湯沢市稲庭
00196	じゅんさい	三種町森岳
00197	だまこもち	五城目町
00198	大根のいぶり漬け	秋田県南地域（横手市山内地区）
00199	なすの花ずし	秋田県南地域
00200	なた漬け	秋田県南地域
00201	豆腐巻き・豆腐かすてら	秋田県南地域
00202	けいらん	花輪地区を中心に鹿角市内全域
00203	あじゃら	仙北市田沢湖地区
00204	柿漬け	仙北市角館地区
00205	なると餅	仙北市角館地区
00206	栗の渋皮煮	仙北市西木地区
00207	かすべの煮付け	仙北市
00208	きりたんぼ	秋田県北部
00209	とんぶり	秋田県北部
00210	大曲納豆汁（なっとうじる）	大曲地域
00211	がにみそ	大仙市
00212	豆腐カステラ（とうふかすてら）	大仙市
00213	玉川の鮭（たまがわのさけ）	大仙市内 玉川
00214	ケノコ汁（けのこじる）	男鹿市全域
00215	しょつつる	男鹿市沿岸地域
00216	ハタハタ寿司	男鹿市全域
00217	檜山茶の製造技術	能代市檜山地区
00218	（マタギ料理）	阿仁地域
00219	（マタギ料理-1）熊かやき	阿仁地域
00220	（マタギ料理-2）熊鍋	阿仁地域
00221	〔馬肉料理〕	北秋田市内全域
00222	〔馬肉料理-1〕馬肉とぜんまいの煮つけ	北秋田市内全域
00223	〔馬肉料理-2〕馬かやき	北秋田市内全域
00224	〔馬肉料理-3〕なんこ鍋	北秋田市内全域
00225	松皮餅（まつかわもち）	由利本荘市本荘・由利・矢島・鳥海
00226	椿餅（つばきもち） 赤いいらこ付き丸餅	由利本荘市岩城・矢島
00227	本荘うどん	由利本荘市本荘
00228	笹巻（ささまき） 朴の葉飯（ほのはまま）	由利本荘市矢島・由利ほか市内
00229	もろこし	由利本荘市本荘
（６）山形県 合計：４９件		
00230	芋煮	山形県全域
00231	納豆汁	山形県全域
00232	いなごの佃煮	山形県全域
00233	おみ漬け・青菜漬け	山形県内陸部
00234	ひょう干し	山形県全域

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00235	精進料理	寒河江全域
00236	餅のご馳走	寒河江全域
00237	青菜漬け(せいさいづけ)	寒河江全域
00238	干しもの料理	寒河江全域(山間部と町場で干すものが異なる)
00239	いるか汁、からかいやぼうだら煮	寒河江全域
00240	とりこなんべ	金山町全域
00241	笹巻き(ささまき)	庄内地方
00242	大黒様のお歳夜(だいこくさまのおとしや)	庄内地方
00243	草餅(くさもち) よもぎ餅	庄内地方
00244	芋煮(いもに)	山形県
00245	けのこ汁(けのこじる)	三川町近辺
00246	のし梅(のしうめ)	山形県山形市
00247	芋煮(いもに)	山形県山形市
00248	おみ漬(おみづけ)	山形県山形市
00249	すだまり氷(すだまりこおり)	山辺町
00250	食品にかかる伝統的な保存・加工の技術や習俗	小国町全体
00251	紅干柿(べにほしがき)	上山市(本庄地区ほか)
00252	納豆あぶり餅(なっとうあぶりもち)	上山市(檜下地区)
00253	ごんぱ餅(ごんぱもち)	上山市(山元地区)
00254	しんこ餅(しんこもち)	最上地域全般
00255	いなごの佃煮(いなごのつくだに)	最上地域全般
00256	ばっけ味噌(ばっけみそ)	最上地域全般
00257	笹巻き(ささまき)	最上地域全般
00258	納豆汁(なっとうじる)	最上地域全般
00259	納豆汁(なっとうじる)	大蔵村内全域
00260	からかい〔エイの干物〕たたき	大蔵村内全域
00261	和えたて臍(あえたてなます)	大蔵村内全域
00262	もぎりみず汁	大蔵村内全域
00263	芋棒	中山町
00264	つけあげ	長井市周辺
00265	みそもち	置賜地方
00266	味噌揚げ	置賜地方
00267	ひょう干し	置賜地方
00268	出羽三山に伝わる精進料理	鶴岡市羽黒町手向地域
00269	大黒様のお歳夜(としや)	鶴岡市全域
00270	黒川能伝統のしみ豆腐	鶴岡市黒川地区
00271	温海カブ	鶴岡市温海地域(一霞)
00272	あけび干し(あけびぼし)	白鷹全域
00273	笹巻き(ささまき)	白鷹全域
00274	塩引き寿司(しおびきずし)	山形県米沢市
00275	芋煮(いもに)	山形県置賜地方、村山地方
00276	鯉の甘煮(こいのうまに)	山形県米沢市
00277	うこぎ	山形県米沢市
00278	冷や汁(ひやしる)	山形県米沢市
(7) 福島県 合計: 43 件		
00279	にしんの山椒漬け	会津地方(南会津町から)
00280	アカハラの甘露煮(あかはらのかんろに)	金山町ほかから
00281	トチっけえ(とちっけえ)	金山町ほかから
00282	ぜんまいの煮物(ぜんまいのもの)	金山町ほかから
00283	あわまんじゅう	(柳津町から) 福満虚空蔵尊圓蔵寺周辺地域
00284	柳津ソースカツ丼(やないづ)	柳津町内
00285	サツマ凍み餅(さつましみもち)	福島県石川町
00286	丸餅(まるもち)	福島県石川町
00287	ジュウネン牡丹餅(じゅうねんぼたもち)	福島県石川町
00288	マンマイダングの味噌汁、マンマイダングの炊き込み御飯	福島県石川町
00289	味噌カンブラ(みそかんぶら)	福島県石川町
00290	しんごろう	下郷町内(南会津町田島地区)
00291	つゆ煮しめ	下郷町内(南会津町田島地区)
00292	にしんの山椒漬け	会津全域

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00293	ぼうたら煮	会津全域
00294	ざくざく	下郷町内
00295	凍み餅(しみもち)	会津美里町(会津全域)
00296	高田梅漬け(たかだうめづけ)	会津美里町(高田地域を中心とする)
00297	くじら汁(くじらじる)	会津の一部
00298	納豆漬・漬納豆(なっとうづけ・づけなっとう)	会津美里町(会津全域)
00299	打ち豆と切り昆布の煮物	金山町ほか
00300	山椒ゆべし(さんしょうゆべし)	金山町ほか
00301	凍み餅	古殿町全域
00302	凍みもち(しみもち)	鮫川村
00303	ぼたもち	鮫川村
00304	ぜんまいの油炒め	鮫川村
00305	ふきとたけのこの煮物	鮫川村
00306	白和え(しらあえ)	鮫川村
00307	いもずいも	涼ヶ岡八幡神社(相馬市)
00308	ザクザク煮	猪苗代町域内
00309	しみもち(凍餅)	猪苗代町域内
00310	ヤキモチ	猪苗代町の山間部
00311	バンダイモチ	猪苗代町の山間部
00312	雀焼	猪苗代町の猪苗代湖付近
00313	つと豆腐	会津地方
00314	しんごろう	南会津町田島地域、下郷町
00315	ばんでいもち	南会津町館岩地域
00316	凍み餅、凍み豆腐、凍み大根(乾燥と冷凍)	南会津町伊南地域
00317	ざくざく〔ざくざく汁、ざくざく煮しめ〕	二本松地区、岩代地区、東和地区
00318	出立ち(でだち)	本宮市、旧白沢村
00319	だんご	本宮市、旧白沢村
00320	凍み餅	本宮市、旧白沢村
00321	凍み大根	本宮市、旧白沢村
(8) 茨城県 合計: 59 件		
00322	しもつかれ, しもつかり, すみつかれ, しもつかり	茨城県西を中心に県南地域にかけて
00323	佃煮, 煮干し	霞ヶ浦沿岸部
00324	鯉の甘煮, 鯉こく	北浦・霞ヶ浦沿岸部
00325	アンコウ汁〔久慈港〕, どぶ汁〔平潟〕	茨城県北の太平洋沿岸部
00326	乾燥イモ	茨城県太平洋沿岸部(東海村, ひたちなか市, 鹿嶋市)
00327	つけけんちんそば	県北内陸部(常陸大宮市, 常陸太田市, 大子町)
00328	イサザアミの塩辛	霞ヶ浦沿岸部
00329	イサザアミのまき	霞ヶ浦沿岸部
00330	さつまいいり	かすみがうら市千代田地区
00331	しもつかれ	新治地区
00332	すみつかれ	桜川市全域
00333	すだれ麩の胡麻酢和え	結城市内
00334	しもつかれ(すみつかれ)	市内全域
00335	ナマズの天ぷら	市内全域(特に利根川, 鬼怒川流域地区)
00336	サトイモを入れた赤飯	乙子(おとご)地区
00337	本膳(ほんぜん)	市内全域
00338	団子念仏(だんごねんぶつ)	桂町
00339	がりがりなます	鹿嶋市
00340	ごさい漬け〔ごせい漬け〕	鹿嶋市
00341	乾燥芋(干し芋)	鹿嶋市
00342	海藻寄せ	鹿嶋市
00343	のっぺい汁	鹿嶋市
00344	フナもしくは鯉の煮つけ	鹿嶋市
00345	鰯のたたき〔酢漬け〕	鹿嶋市
00346	どぶ汁	北茨城市平潟
00347	しもつかれ〔別名: すみつかれ・しもつかり等〕	下妻市全域
00348	しょっぱいまんじゅう	下妻市下栗地区
00349	しょーびき餅(しょーびきもち)	筑西市とその周辺

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00350	酢味噌（すみつかり）	栃木県矢板市より伝承
00351	下館ラーメン（しもだてらーめん）	下館駅周辺
00352	漁師風あんこう汁	日立市久慈町（久慈漁港）
00353	スミツカレ	北関東
00354	十年（じゅうね）	君田地区
00355	しその実の漬物	君田地区
00356	たらし	大洗町内（磯浜町中心）
00357	みつだんご	大洗町内（磯浜町中心）
00358	スミツカレ	五霞町内
00359	鯉の甘煮	行方市全域（北浦・霞ヶ浦）
00360	鯉こく	行方市全域（北浦・霞ヶ浦）
00361	川魚料理〔川海老・ゴロの佃煮〕	行方市全域（北浦・霞ヶ浦）
00362	ならせ餅（ならせもち）	茨城県南地域
00363	大助饅頭（おおすけまんじゅう）	常陸太田市周辺
00364	鮭のつみれ汁	常陸大宮市内の久慈川および那珂川沿岸の集落
00365	つと豆腐	常陸大宮市内根本地区
00366	芋がら	市内全域
00367	塩辛こうこ（しおからこうこ）、ごさい漬け・後菜漬け（ごさいづけ）	神栖市
00368	海草・海藻（かいそう）、ケーソー	神栖市
00369	塩引餅（しょーびきもち）	東海村全域
00370	鮭のアラ汁（さけのあらじる）	東海村 久慈川流域地内
00371	襟かけ餅（えりかけもち）	東海村全域
00372	七草粥（ななくさがゆ）	東海村全域
00373	乾燥芋（かんそういも）	東海村全域（台地上）
00374	しもつかれ、すみつかれ	栃木県南部から茨城県西部にかけて分布
00375	マコ	稲敷市古渡（上宿町）
00376	手もみ茶・猿島茶（てもみちゃ・さしまちゃ）	坂東市猿島地域
00377	すみつかれ（すみつかれ）	坂東市全域
00378	下押辺八龍神社春祭り 本膳（ほんぜん）	笠間市押辺
00379	名称不明	笠間市安居
00380	猿島茶（さしまちゃ）	猿島郡全域・常総市・八千代町
(9) 栃木県 合計：27 件		
00381	しもつかれ	栃木県全域
00382	芋ぐし（いもぐし）	栃木県全域
00383	さがんぼの煮付け	栃木県全域
00384	ちたけそば	栃木県全域
00385	耳うどん	栃木県佐野市
00386	しもつかれ	足利市
00387	けんちん汁（じる）	足利市
00388	行道山の「一杯めし」（ぎょうどうさんのいっぱいめし）	足利市
00389	鮎の甘露煮（ふなのかんろに）	藤岡地域
00390	藤岡冷汁（ふじおかひやじる）	藤岡地域
00391	しもつかれ	小山市域全般ほか栃木県南部・茨城県西部
00392	うづまあげ	小山市内北西部
00393	なまずの天ぷら	小山市生井地区
00394	えび大根	小山市生井地区
00395	しもつかれ	矢板市
00396	豆餅（まめもち）	矢板市
00397	しもつかれ	那須塩原市内全域
00398	芋ぐし（いもぐし）	黒磯、西那須野
00399	ゆで（焼き）もち	黒磯、西那須野
00400	たんさんまんじゅう	那須塩原市内全域
00401	のっぺい汁	那須塩原市内全域
00402	しもつかれ	栃木県
00403	ちたけそば	栃木県
00404	さがんぼの煮付け	栃木県
00405	あゆ寿司	さくら市喜連川
00406	しもつかれ	栃木県
00407	ビルマ汁	益子町

No	呼称() () よみがな、別名など	伝承地域または産地
(10) 群馬県 合計：43 件		
00408	〔群馬の粉食文化〕オキリコミ	群馬県内全域
00409	小夜戸小正月飾り	群馬県内全域
00410	おきりこみ〔おきりこみ、にぼうと、ほうとう、煮込みうどん等〕	群馬県内全域
00411	すいとん〔つみっこ、ねじっこ、だんご汁、とっちゃんげ等〕	群馬県内全域
00412	焼きもち〔おやき、ほど焼き、じり焼き等〕	群馬県内全域
00413	くるこ	嬬恋村西部地区（大前・大笹・干俣・田代地区）
00414	スミツカレ〔スミツカリ、シモツカリ等〕	館林市（東毛地域）
00415	あずき粥（あずきがゆ）	みどり市東町小夜戸地区
00416	おやき	下仁田町内全域で多く見受けられる
00417	つみっこ	下仁田町内全域で多く見受けられる
00418	芋がらの油いため	下仁田町内
00419	まゆ玉（まゆだま）	下仁田町内
00420	冷や汁	館林市
00421	川魚料理	館林市
00422	おきりこみ	北群馬郡吉岡町大字上野田地域
00423	丸干し乾燥芋	北群馬郡吉岡町大字小倉地域
00424	船尾まんじゅう	北群馬郡吉岡町全域
00425	庚申講（こうしんこう）	与六分 地区（玉村町与六分）
00426	井田家（和泉屋）のえびす講（いだけ（いずみや）のえびすこう）	上新田 地区（玉村町上新田）
00427	原家の御神事（はらけのごじんじ）	南玉 地区（玉村町南玉）
00428	屋敷祭り（やしきまつり）	南玉 地区（玉村町南玉）
00429	うどん	渋川市全域
00430	水沢（みずさわ）うどん	渋川市伊香保
00431	湯の花（ゆのはな）まんじゅう	渋川市伊香保
00432	みそまんじゅう	沼田市
00433	オキリコミ、ホウトウ	沼田市
00434	だんご汁、すいとん	沼田市
00435	炭酸まんじゅう	沼田市
00436	初乳（しょにゅう）のチーズ	長野原町応桑・北軽井沢
00437	おきりこみ すいとん（おつみ・おつけだんご）	長野県内全域
00438	田舎まんじゅう	長野原町吾妻地域？
00439	しめ豆腐	長野原町与喜屋地区
00440	花いんげんの煮豆	長野原町西吾妻地域
00441	おきりこみ	南牧村全域
00442	おつみっこ	南牧村全域
00443	お繭玉	南牧村全域
00444	焼きもち	南牧村全域
00445	つじゅうだんご	富岡市内全域
00446	まゆだま	富岡市内全域
00447	冷や汁（ひやじる、ひやしる）	邑楽町全域
00448	炭酸まんじゅう	邑楽町全域
00449	すいとん	邑楽町全域
00450	うどん〔地方的な特色〕	邑楽町全域
(11) 埼玉県 合計：46 件		
00451	ころ柿	滑川町羽尾地区および東松山市の一部
00452	冷汁（ひやしる）	滑川町全域
00453	オッキリコミ	滑川町全域
00454	ツメリッコ	滑川町全域
00455	甘酒（あまさけ）	滑川町北部
00456	塩あんびん（しおあんびん）	埼玉県東部
00457	いがまんじゅう	埼玉県東北部
00458	すみつかれ	埼玉県東北部
00459	梅宮神社の甘酒祭り	狭山市上奥富 梅宮神社
00460	狭山茶（さやまちゃ）	狭山市全域
00461	うどん	狭山市全域

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00462	けんちん汁	狭山市全域
00463	アンピン、シオアンピン	行田市内の農村部中心
00464	スミツカレ・スミツカリ	行田市内全域
00465	いがまんじゅう	行田市内のいくつかの和菓子店で売られている。隣接する加須市・羽生市方面では盛んに販売されている。
00466	スミツカレ〔地域によって少しずつ異なる。スミズカリなど〕	鴻巣市内でも主に川里地区・鴻巣地区と思われる。
00467	イガマンジュウ	鴻巣市内。主に川里地区
00468	次郎の一日のあわ餅	鴻巣市内
00469	初午	春日部市
00470	小正月の繭玉	春日部市
00471	七夕とマコモの馬	春日部市
00472	うどん	武蔵野台地
00473	焼きだんご	所沢
00474	狭山茶	埼玉県西部
00475	つとっこ（つつっこ）	小鹿野町内
00476	栃餅（とちもち）	小鹿野町内
00477	えびし	小鹿野町内
00478	モロコシ饅頭（まんじゅう）	小鹿野町内
00479	草鞋カツ丼（わらじかつどん）	小鹿野町内
00480	こんにゃく	秩父地域
00481	つとっこ	秩父地域
00482	つるし柿（つるしがき）	秩父地域
00483	栃餅（とちもち）	秩父地域
00484	ねじ	秩父地域
00485	すまんじゅう、高坂饅頭（たかさかまんじゅう）	東松山市高坂
00486	台まんじゅう（だいまんじゅう）	日高市大字台地区
00487	原まんじゅう（はらまんじゅう）	日高市大字野々宮地区
00488	焼き餅（やきもち）	日高市域
00489	手揉狭山茶（てもみさやまちゃ）	入間市狭山
00490	マユダマ団子（まゆだまだんご）	白岡市篠津地区と大山地区
00491	オニタマ 大山地区での呼称、オミタマ 篠津地区での呼称	白岡市篠津地区と大山地区
00492	スミツカリ	白岡市篠津地区と日勝地区
00493	小麦饅頭（こむぎまんじゅう）	白岡市篠津地区と日勝地区
00494	うどん	白子地区・下新倉地区
00495	饅頭（まんじゅう）	和光市白子地区・下新倉地区
00496	団子（だんご）	和光市白子地区・下新倉地区
(12) 千葉県 合計：93 件		
00497	祭り寿司〔太巻き寿司〕	上総地方（山武・君津・夷隅・長生地域）
00498	カイソウ	下総地方（海匝・印旛地域）
00499	サンガ〔サンガラ〕	安房地方
00500	いわしのごま漬	海匝・九十九里地域
00501	ハツタケごはん	印旛地域
00502	いももち	若葉区泉地区
00503	〔正月の料理〕	（習志野市）不明
00504	〔盆の料理〕	（習志野市）不明
00505	〔精進落としの料理〕	（習志野市）不明
00506	タチビのぼた餅	（習志野市）不明
00507	フウカシ	（習志野市）海岸地域（谷津・鷺沼・久々田（現在の津田沼））
00508	豆造（とうぞ）	市原市
00509	よもぎ餅（よもぎもち）	八千代市内
00510	小麦まんじゅう	八千代市内
00511	高津のとり飯	八千代市高津
00512	下高野の人参ごはん	八千代市下高野
00513	ふうかし	船橋市（漁師町）
00514	鳥びしゃ	柏市 鷺野谷地区・泉地区
00515	流山のみりん醸造用具	流山市
00516	野田の醤油醸造技術	野田市野田
00517	けとばし漬（けとばしづけ）	野田市野田ほか

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00518	鷹菜漬（たかなづけ）	野田市関宿台町ほか
00519	スミツカレ 又はシミツカレ・シモツカレ	野田市全域
00520	干し大根葉	四街道市周辺域
00521	冷やし餅	佐倉市・四街道市周辺域
00522	ゆで落花生（ゆでらっかせい）	八街市内
00523	落花味噌（らっかみそ）	八街市内
00524	輪切り汁（わぎりじる）〔大根汁〕	富里市内（日吉倉・久能・大和・根木名・中沢・立沢など）
00525	ハネッコ	富里市内（久能・根木名・中沢・立沢・高野など）
00526	かいそう	富里市内（久能・根木名・中沢・立沢・高松など）
00527	ヒバ	富里市内（日吉倉・久能・根木名・新橋・中沢・立沢・高野・高松）
00528	小麦まんじゅう	富里市内（根木名・新橋・立沢・高野など）
00529	太巻寿司（ふとまきずし）	富里市内（立沢・高野・高松など）
00530	カツユツキ〔熟み柿：うみがき〕	富里市内（根木名・新橋・立沢・高松など）
00531	ヒヨシ	富里市内（新橋・高松など）
00532	パンダイ餅〔イトコ餅〕	富里市内（久能・立沢・高野・高松など）
00533	ヤッコメ〔焼米：やきごめ〕	富里市内（根木名）
00534	バラッパ饅頭（ばらっぱまんじゅう）	白井市周辺
00535	とうぞう	酒々井町内全域
00536	ふなの甘露煮	酒々井町内全域
00537	からしな漬	酒々井町内全域
00538	ばらっぱまんじゅう	酒々井町内全域
00539	イナゴの佃煮	栄町（水田地域）
00540	かき餅	香取市内
00541	ゆで落花生	香取市内
00542	芋餅	東庄町
00543	かきもち	東庄町
00544	かいそう	東庄町
00545	茹でらっか	東庄町
00546	蒸かし饅頭	東庄町
00547	ひしお	銚子
00548	醤油	銚子
00549	塩辛こうこ	銚子
00550	性学もち（せいがくもち）	千葉県旭市長部 旧干潟町
00551	大浦牛蒡	匝瑳市大浦
00552	初夢（はつゆめ）	匝瑳市八日市場
00553	性学もち（せいがくもち）	匝瑳市海匝地域
00554	海草（かいそう）	匝瑳市海匝地域
00555	鰯のごま漬け（いわしのごまづけ）	匝瑳市海匝地域
00556	金山寺みそ（きんざんじみそ）	東金市東金
00557	「あげ飯」の行事	山武市白幡八幡神社
00558	太巻き寿司（ふとまきずし）	山武地方
00559	いわしの胡麻漬	九十九里地方
00560	いわしのだんご汁	九十九里地方
00561	玄おこわ（くろおこわ）	本納 橘樹神社
00562	太巻き寿司（ふとまきずし）	千葉県全域？
00563	アジのたたき（なめろう）	九十九里地域
00564	サンマの寿肴（すしな）	房総地方
00565	鮑腸餅（ほうちょうもち）	鵜原、部原、新宮、川津等
00566	七十五座神事	いすみ市岩船地区
00567	きゃらぶき	いすみ市夷隅地区
00568	祭り寿司〔太巻き寿司〕	いすみ市域
00569	するもん汁（するもんじる）	御宿町外房地域
00570	茂名の里芋祭	館山市茂名
00571	田舎寿司（いなかずし）	館山市内
00572	落花生の甘煮（らっかせいのあまに）	館山市内
00573	ごんじゅう	館山市内
00574	からなます	館山市内
00575	なめろう	南房総 鴨川市内
00576	さんが焼き	南房総 鴨川市
00577	ちっこのかたまり	南房総 鴨川
00578	神酒造り神事（みきづくりしんじ）	南房総市杳見、莫越山神社
00579	アジのサンガ（サンガラ）	南房総市安房の海岸沿い

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00580	赤まぜ	南房総市安房地域内の一部の農村地域
00581	鯨のタレ	南房総市和田町・千倉町(産地) 内房地域(消費地)
00582	ナメロ	外房地域
00583	祭りずし	木更津市内全域(県内他所でもみられる)
00584	フーカシまたはホーカシ	木更津市内全域(市内東京湾沿いの漁業集落中心)
00585	ヤンゴメ	木更津市内全域
00586	上総ノリ	君津市人見地区(君津市漁業資料館)
00587	巻きずし	袖ヶ浦市内全域
00588	ミザシ、サシレン	袖ヶ浦市内全域(主に海岸部)
00589	カイミソ	袖ヶ浦市内海岸域(主に長浦地区)
(13) 東京都 合計: 43 件		
00590	ム口のショッカラ汁	御蔵島村
00591	ホウロクヤキ	御蔵島村
00592	ウミガメ料理	小笠原村父島及び母島
00593	ところ天	三宅島
00594	さつま餅	三宅島
00595	くさや	三宅島
00596	島おじや	三宅島
00597	キヌサヤの卵とじ	三宅島
00598	しうで	青ヶ島島内
00599	島だれ	青ヶ島島内
00600	青酎	青ヶ島島内
00601	島ずし	青ヶ島島内
00602	きんぼし	青ヶ島島内
00603	くさや	八丈島内(現在は製造所のみで製造)
00604	ぶど	八丈島内(一般家庭含む)
00605	島酒	八丈島内(現在は製造所のみで製造)
00606	島ずし	八丈島内(一般家庭含む)
00607	きんぼ〔きんぼしとも言う〕	八丈島内(多くは一般家庭)
00608	いもつき	八丈島内(多くは一般家庭)
00609	干飯(ほしい)・干し芋・芋粉(いもこ)	新島(発祥等は定かではない)
00610	くさや	新島(発祥等は定かではない)
00611	たたき	新島
00612	ヒラ	不明
00613	えんばい汁(えんばいじる)	大島(伝承地域は定かではない)
00614	むろの一尾塩辛(むろのいっぴきじょっから)	大島(伝承地域は定かではない)
00615	乾し海苔製造(ほしのりせいぞう)	大田区沿岸(大森地区から羽田地区にかけて)
00616	金太郎飴作り	台東区
00617	菓子木型作り	台東区
00618	臼・杵作り	台東区
00619	竹の皮作り	台東区
00620	小山酒造(こやましゅぞう)	東京都北区岩淵町
00621	扇屋の玉子焼き(おおぎやのたまごやき)	東京都北区岸町
00622	沢庵漬製造	練馬区内
00623	野崎八幡社薬師殿団子まき	三鷹市、野崎八幡社
00624	水車、新車による精米・製粉作業	三鷹市大沢
00625	(いわゆる)武蔵野うどん	武蔵野市域(同様の食文化は多摩地域に広く分布する)
00626	ゆでまんじゅう	東村山市
00627	手打ちうどん(てうちうどん)	小平市小平(武蔵野台地)
00628	ゆでまんじゅう	小平市小平
00629	すいとん	小平市小平(武蔵野台地)
00630	さつまだんご〔農作業のおやつ〕	小平市小平
00631	やきもち〔農作業のおやつ〕 今のお好み焼き	小平市小平
00632	餅なし正月	青梅市内
(14) 神奈川県 合計: 10 件		
00633	海軍カレー(かいぐんかれー)	横須賀市旧海軍工廠周辺
00634	へらへら団子	横須賀市佐島周辺
00635	「ナンモノ」もしくは「金山寺味噌」	茅ヶ崎市萩園

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00636	オヤキ	茅ヶ崎市柳島
00637	スリミ	茅ヶ崎市小和田
00638	オバク〔もしくはバクメシ〕	茅ヶ崎市萩園・小和田・柳島・南湖
00639	ハリハリヅケ	茅ヶ崎市南湖
00640	大山豆腐（おおやまどうふ）	伊勢原市大山
00641	きやらぶき	伊勢原市大山
00642	けんちん汁（けんちんじる）	鎌倉市
(15) 新潟県 合計：95 件		
00643	笹寿司	上越地方
00644	煮菜	中越地方（山間部中心）
00645	いごねり	佐渡地方他
00646	のっぺ	新潟県下広範囲
00647	笹団子	新潟県下広範囲
00648	スシズケ（単にスシ、ススとも言う）	阿賀町（旧鹿瀬町、上川村、三川村地域）
00649	翁椿餅（おきなつばきもち）	阿賀野市水原地域
00650	わっぱ煮	粟島浦村全域
00651	天神講菓子（てんじんこうかし）	燕市内各地（各家庭）
00652	笹団子・粽（ささだんご・ちまき）	燕市内各地（各家庭）
00653	おこわ団子（おこわだんご）	燕市内各地
00654	ヤマノイモ	加茂市大字宮寄上
00655	野老（トコロ）	加茂市域
00656	たけのこ	加茂市大字下条大平新田
00657	ずいきの赤酢漬け	関川村全体
00658	かじか酒	関川村荒川河岸
00659	木の芽（きのめ）	魚沼市全域
00660	ぜんまい煮物（ぜんまいにもの）	魚沼市全域
00661	ずいきの酢の物	魚沼市全域
00662	やくもち	魚沼市全域
00663	棒鱈煮（ぼうだらに）	魚沼市全域
00664	メダカの佃煮	五泉市村松地区
00665	おこし型（別名：おしんこ）	佐渡市全域
00666	煮しめ	佐渡市全域
00667	とびうおの味噌汁	佐渡市全域
00668	さかなの塩漬け	佐渡市全域
00669	ひこぜん	三条市下田地区
00670	バタバタ茶	糸魚川市内海岸部
00671	笹寿司	糸魚川市内全域
00672	こくしょ汁	糸魚川市内全域
00673	げんぎょ汁	糸魚川市内全域
00674	かいやき	糸魚川市内全域
00675	けんさん焼き	十日町市
00676	ふきだれ餅	十日町市
00677	煮菜（にな）	十日町市
00678	切ざい（きりざい）	十日町市
00679	水漬け（みずづけ）	十日町市
00680	こくしょう	小千谷市
00681	米ちまき	小千谷市
00682	あずき粥	小千谷市岩沢地区
00683	鯉料理	小千谷市
00684	潟の淡水魚を用いた食習俗	新潟市 福島潟周辺
00685	潟の淡水魚を用いた食習俗	新潟市 鳥屋野潟周辺
00686	遡上する鮭を加工・調理する食習俗	新潟市 阿賀野川河口地区
00687	鴨の料理習俗	新潟市西蒲区 潟東地区
00688	ますだん	新潟市南区 旧味方村
00689	いもがら	新潟市西蒲区 中之口地区
00690	からし巻き大根	新潟市西蒲区 巻地区
00691	きりあえ	新潟市西蒲区 岩室地区
00692	麩寿し（ふずし）	新潟市西蒲区 西川地区
00693	けんさ焼（けんさやき）	新潟市西蒲区 巻地区
00694	小口茶（こぐちちゃ）	新潟市秋葉区小口地区
00695	天神講の菓子（てんじんこうのかし）	新潟市秋葉区、燕市ほか

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00696	いとこ煮	新潟市 福島潟周辺
00697	大根と川エビの酒粕煮	新潟市 福島潟周辺
00698	笹団子(ささだんご)	新発田市全域
00699	三角ちまき	新発田市全域
00700	ずいきのたちあい	新発田市全域
00701	から寿司	旧新発田市
00702	(根菜を用いた伝統的な煮物)	新発田市全域
00703	赤かぶ漬け(あかかぶづけ)	村上市 山北地域
00704	アク笹巻き(あくささまき)	村上市 山北地域
00705	鮭加工料理(鮭加工料理)	村上市 村上地域
00706	茶の栽培 + 和菓子製造	村上市 村上地域
00707	味噌醤油の製造	村上市 神林地域 砂山地区 塩谷集落
00708	醤油おこわ(しょうゆおこわ) 醤油赤飯(しょうゆせきはん)	長岡市周辺
00709	あぶらげ・油揚げ(あぶらあげ)	長岡市栃尾地域(旧栃尾市)
00710	かねさま蕎麦(かねさまそば)	津南町内
00711	トチノミのアク抜き技術と食文化	秋山郷
00712	あんぼ	津南町町内
00713	ぜんまい干しおよび山菜・きのこの食文化	津南町内
00714	くじら汁	津南町町内
00715	エゴ	津南町町内
00716	煮菜(にいな)	湯沢町内全域
00717	ゼンマイ(処理と加工)	湯沢町内全域
00718	身欠きニシンを用いた漬物の保存・加工の習俗	南魚沼地域
00719	棒タラの調理・食事の習俗	南魚沼地域
00720	山菜の採集・保存・加工などの技術	南魚沼地域山間部
00721	熊捕り(くまとり)	群馬県境付近の山間部
00722	きりざい	南魚沼地域
00723	刈羽節成きゅうり(かりわふしなりきゅうり)	柏崎市西中通地区
00724	笹ずし(ささずし)	柏崎市谷根地区
00725	夕顔のくじら汁(ゆうがのおのくじらじる)	柏崎市全域
00726	青菜のいりごこ(あおなのいりごこ)	柏崎市全域
00727	大根のしょっから煮(だいこんのしょっからに)	柏崎市全域
00728	笹寿司(ささずし)	杉野沢地区、長沢地区ほか
00729	竹の子汁(たけのこじる)	妙高市全域
00730	かんずり	妙高市北条ほか
00731	やたら	妙高市全域
00732	えご	妙高市全域
00733	おぼろ汁	上越市内
00734	鮫料理	上越市内
00735	粟飴	上越市内
00736	雪室を利用したワイン醸造	上越市内
00737	米麴の味噌(浮き麴味噌)	上越市内
(16) 富山県 合計: 53 件		
00738	鱸分け神事	射水市下地区、加茂神社
00739	下梨の節句行事	南砺市下梨、下梨地主神社
00740	ます鮓	主に富山市(高岡市、魚津市等)
00741	かぶら鮓	南砺市・砺波市
00742	おせずし	魚津市
00743	蒲鉾(かまぼこ)	主に県内の湾岸地域一帯
00744	報恩講料理(ほうおうんこうりょうり) お斉(とき)	五箇山地域ほか県内全域
00745	ホタルイカの酢味噌あえ	滑川市内
00746	いとこ煮	県下一円
00747	いかの黒作り(くろづくり)	滑川発生の地と伝えられている。
00748	べっこう〔祭礼時〕	富山県東部
00749	すりみ身(いわし団子)くずしもいう	富山県下沿岸地帯
00750	いとこ煮	魚津市新川(富山県)一円

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00751	細工かまぼこ〔くずし〕	魚津市魚津、富山、新湊
00752	おせずし	魚津市新川（富山県）一円
00753	はたるいかの甘露煮	魚津市魚津、滑川
00754	貝だくさんの雑煮	魚津市新川（富山県）一円
00755	かぶらのやちゃら	高岡市一
00756	どっこきゅうりのあんかけ	高岡市福田地区
00757	えべす〔べっこう〕	高岡市一
00758	鯉こく	福高岡市岡、矢部集落
00759	よしなの煮物	高岡市旧福岡町
00760	タラ汁	朝日町宮崎・境
00761	みそかんぱ	朝日町山崎
00762	バタバタ茶	朝日町南保（蛭谷地区）
00763	下梨の節供行事	（南砺市下梨地区）下梨地主神社
00764	報恩講料理（ほうおんこうりょうり）	南砺市全域
00765	鯖寿司（さばずし）	南砺市内の寺院（城端別院善徳寺、井波別院瑞泉寺など）
00766	干し柿（ほしがき）	南砺市 旧福光町、旧城端町地域
00767	かぶら寿司（かぶらずし）	南砺市全域
00768	わらびの白あえ（しらあえ）	入善町内
00769	ふきの佃煮（ふきのつくだに）	入善町内
00770	いかのべんがら煮	入善町内
00771	根わかめの醤油煮（ねわかめのしょうゆに）	入善町内
00772	豆酢あえ（まめずあえ）	入善町内
00773	なまぐさ飯（なまぐさめし）	入善町内
00774	里芋のでんがく	入善町内
00775	ずきの白あえ（しらあえ）	入善町内
00776	いもがいもち	入善町内
00777	焼きつけ	入善町内
00778	みそこっこ（おこもじ）	入善町内
00779	しんこの粕汁（しんこのかすじる）	入善町内
00780	煮なます	入善町内
00781	なまぐさ漬	入善町内
00782	鮎のなれずし	入善町内
00783	かますのひねずし	入善町内
00784	さばの箱ずし	入善町内
00785	かぶらのひねずし	入善町内
00786	コンカ漬（こんかづけ）	氷見市内一円
00787	小麦団子（こむぎだんご）	氷見市小境・脇方
00788	トコロテン	氷見市内海岸部
00789	トロボチとカマボコ	氷見市内一円
00790	串柿（くしがき）	氷見市赤毛・土倉・坪池・棚懸など
（17）石川県 合計：61件		
00791	寒ブナ（かんぶな）	羽咋市羽咋（主に浜方や邑知潟周辺）
00792	べか	羽咋市羽咋（主に浜方）
00793	えびす	石川県
00794	きしず料理	加賀市大聖寺地区
00795	吸坂飴（すいさかあめ）	加賀市大聖寺地区
00796	ずいきの酢の物	加賀市
00797	メギスの浜煎り（はまいり）	加賀市
00798	べろべろ	加賀市
00799	治部煮（じぶに）	金沢市内
00800	鯛の唐蒸し（たいのからむし）	金沢市内
00801	かぶら寿し（かぶらずし）	金沢市内
00802	べろべろ	金沢市内
00803	五色生菓子（ごしきなまがし）	金沢市内
00804	七日炊きごぼう（なぬかだきごぼう）	七尾市沢野町
00805	海鼠の加工品（なまこのかこうひん）	七尾市石崎町
00806	茶碗豆腐（ちゃわんどうふ）	七尾市内
00807	中島菜の漬物（なかじまな）	七尾市中島町地区
00808	大豆飴（まめあめ）	七尾市内
00809	いしり、いしる	奥能登、珠洲市
00810	べん漬（べんづけ）	奥能登、珠洲市

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00811	米糠いわし（こんかいわし）	奥能登、珠洲市
00812	ぜいたく煮（ぜいたくに）	石川県
00813	柿の葉寿司（かきのはずし）	小松市内一円
00814	えびす	小松市内一円
00815	茄子のオランダ煮（なすのおらんだに）	小松市内一円
00816	沢庵の贅沢煮（たくあんのぜいたくに）	小松市内一円
00817	ごじゅう	中能登町全域
00818	かぶら寿し	中能登町全域
00819	くし柿	中能登町全域
00820	こんかいわし	中能登町全域
00821	田舎煮	中能登町全域
00822	イトコ汁（いとこじる）	石川県鳳珠郡能登町内
00823	朴葉飯（ほおばめし）	石川県鳳珠郡能登町内
00824	あじのすず	石川県鳳珠郡能登町能都地区
00825	いしり	石川県鳳珠郡能登町沿岸部
00826	あえのこと料理	石川県鳳珠郡能登町農村部
00827	シイナ	能美
00828	カワラケツメイ茶	能美
00829	オクモジ〔別名：ぜいたく煮〕	能美
00830	テンバオクモジ	能美
00831	ふぐの子糠漬（ふぐのこぬかづけ）	美川地域
00832	トチの実のあく抜き	白山麓一帯
00833	てんば菜	加賀地方一帯
00834	堅豆腐（かたどうふ）	白山麓一帯
00835	カマシ	白峰地域
00836	みたま	加賀地方一帯
00837	ねんぐわじ：ねんがじ	白山市吉野地域
00838	笹寿司（ささずし）	加賀地方一帯
00839	大根寿し	加賀地方一帯
00840	報恩講料理（ほうおんこうりょうり）	加賀地方一帯
00841	「くさぎ」の食文化	宝達志水町 所司原
00842	宝達くず	宝達志水町 宝達
00843	松浦味噌	宝達志水町 今浜
00844	近岡醤油	宝達志水町 今浜
00845	五三郎あめ	宝達志水町 荻市
00846	いしる	輪島市沿岸地域
00847	ふぐの子〔卵巣〕ぬか漬	輪島市沿岸地域
00848	蒸しあわび	輪島市沿岸地域
00849	昆布巻	輪島市沿岸地域
00850	柚餅子（ゆべし）	輪島市街地
00851	すいぜん	輪島市街地
(18) 福井県 合計：39 件		
00852	葉ずし（はずし）	福井市殿下地区
00853	にしんのすし	敦賀市内全域
00854	にしん汁（にしんじる）	敦賀市刀根地区
00855	こっばなます	敦賀市東浦地区（五幡、拳野）
00856	すこ	敦賀市内全域
00857	手漉き昆布（てすきこんぶ）	敦賀市
00858	へしこ・なれずしの製作技法	小浜市内外海地区
00859	ゴク	小浜市上竹原・下竹原・府中区
00860	ガワラマメ	小浜市上竹原・下竹原・府中区
00861	なまぐさ汁	小浜市新保区
00862	アジメ鮓	大野市和泉地区、五箇地区
00863	栃餅	大野市五箇地区、西谷地区、和泉地区
00864	赤ズイキのスコ〔芋茎の酢の物〕	大野市上庄地区
00865	半夏生鯖	大野市全域
00866	味噌	大野市全域
00867	鯖の熟れ鮓（さばのなれずし）	北谷町
00868	報恩講料理（ほうおんこうりょうり）	勝山市一帯
00869	ぼっかけ、後段のそば（ごだんのそば）	勝山町、農村部
00870	鹿谷のつるし柿（しかだにのつるしがき）	鹿谷町

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00871	とびつき団子	あわらし、坂井市三国町など
00872	味真野茶（あじまのちゃ）	越前市味真野地区一帯
00873	惣田正月十七日講（ごぼう講）（そうでんしょうがつじゅうしちにちこう）	越前市国中町
00874	芋の子吸い物（いものこずいもん）	越前市粟田部町
00875	酒饅頭（さかまんじゅう）	坂井市三国町
00876	葉っぱ寿司（はっぱすし）	坂井市丸岡町鳴鹿・磯部地区（九頭竜川中流域）
00877	魚の塩炒り（さかなのしおいり）	坂井市三国町
00878	とびつき団子（とびつきだんご）	坂井市坂井町（大閑地区）・春江町（大石地区）・三国町
00879	ぼっかけ汁（ぼっかけじる）	坂井市坂井町・春江町
00880	今庄のつるし柿	南越前町（旧今庄町内）
00881	今庄茶飯	南越前町（旧今庄町内）
00882	おみみ・おまる・おまり・おだんごなど	越前町内各地
00883	ほおば飯（ほおばめし）	越前町内各地
00884	ヘシコ〔魚の糠漬け〕	美浜町日向など
00885	スシ〔ナレズシ〕	美浜町早瀬など
00886	熊川葛（くまがわくず）	熊川区
00887	梅干し（うめぼし）	三方湖畔の伊良積が福井梅（西田梅）発祥の地
00888	ニシンのすし（にしんのすし）	若狭町
00889	焼き鯖（やきさば）	若狭町
00890	でっちようかん	若狭町上中地域
（19）山梨県 合計：5 件		
00891	吉田のうどん（よしだのうどん）	富士吉田市
00892	松里の枯露柿（まつさとこのころがき）	甲州市塩山松里地区
00893	月の雫（つきのしずく）	甲州市勝沼地区
00894	うどん正月（うどんしょうがつ）	甲州市塩山地域の一部
00895	みみ料理	南巨摩郡富士川町十谷地区
（20）長野県 合計：22 件		
00896	味の文化財（五平餅・焼き餅・野沢菜漬・手打ちそば・すんき漬け）	長野県広域
00897	飯田市伊豆木の鯖鮓	長野県飯田市
00898	南信州の柚餅子	南伊那地方
00899	王滝村の万年鮓	王滝村
00900	富倉の笹ずし	飯山市富倉
00901	木曽の朴葉巻・下伊那南部の朴葉餅	木曽・下伊那南部
00902	早蕎麦	長野県栄村秋山郷ほか
00903	遠山郷の二度芋の味噌田楽	飯田市遠山郷
00904	富倉の笹ずし	飯山市富倉
00905	いもなます	飯山市
00906	えご	飯山市
00907	富倉そば	飯山市
00908	手打ちそば	上水内郡、北安曇郡、秋山郷、遠山郷、番所原（乗鞍高原）松本市奈川、木曽町開田、川上村、長野市戸隠、信濃町
00909	焼き餅	麦焼き餅：犀川丘陵地域（長野市、上水内郡、旧更科郡、北安曇郡、東筑摩郡）赤石谷地域（上・下伊那郡） そば焼き餅：秋山郷、遠山郷、松本市奈川・安曇、川上村、北相木村、南相木村
00910	御幣餅	上・下伊地方、木曽地方
00911	すんき漬	御嶽山麓（三岳、王滝、開田など）
00912	野沢菜漬	下高井郡野沢温泉村ほか県内一円
00913	ヤショウマ	長野市善光寺近辺（説話とともに伝承しているとされる地域）・千曲市内全域・松本市内・
00914	イナゴの佃煮	飯田市内・伊那市内・青木村全域
00915	エゴ・イゴ	長野市北信地域（特に西山と呼ばれる北西部山間地域）・小谷村全域・東北日本地域から信越地域の山間部（飯山）安曇野市穂高あたりが南限
00916	塩丸いか（しおまるいか）	松本市内、安曇野市およびその周辺 飯田市全域（下伊那郡・上伊那郡）
00917	蜂の子	飯田市、伊那市

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
(21) 岐阜県 合計：88 件		
00918	鵜匠家に伝承する鮎鮓製造技術	岐阜市 長良川周辺
00919	鮎鮓：あゆずし	岐阜市 長良川周辺
00920	鮎ウルカ：あゆうるか	岐阜市 長良川周辺
00921	イカダバエ	岐阜市 長良川周辺
00922	守口漬：もりぐちづけ	岐阜市島、則武、鷺山地区
00923	年取りのごっつお	高山市
00924	品漬（しなづけ）	高山市
00925	菰豆腐（こもどうふ）	高山市を含む飛騨地方
00926	みだらしだんご	高山市を含む飛騨地方
00927	塩せんべい	高山市
00928	五平餅（ごへいもち）	中津川市
00929	朴葉寿司（ほうばずし）	中津川市
00930	へぼ	中津川市
00931	芋餅（いももち）	中津川市
00932	栗きんとん（くりきんとん）	中津川市
00933	からすみ	東濃地域
00934	おしょうろ様	東濃地域
00935	へぼ	東濃地域～長野県
00936	箱寿司（はこずし）	東濃地域（瑞浪市大湫町（おおくてちょう）では継承を確認）
00937	年取り	東濃地域
00938	みそぎだんご（味噌付けぶんだこ）	岐阜県羽島市竹鼻町
00939	五目栗赤飯（ごもくりせきはん）	岐阜県羽島市
00940	煮酢和え（にずあえ）	岐阜県羽島市
00941	れんこん料理（れんこんりょうり）	岐阜県羽島市
00942	煮込みうどん（にこみうどん）	岐阜県羽島市
00943	蜂屋柿（干し柿）：はちやがき（ほしがき）	美濃加茂市蜂屋町
00944	小豆飯（あずきめし）	美濃加茂市上古井地区
00945	味飯（あじめし）	美濃加茂市全般
00946	煮なます（になます）	美濃加茂市全般
00947	たくあん・白菜漬（はくさいづけ）	美濃加茂市全般
00948	へぼ、シンコの佃煮	東濃地方一円（特に東濃西部）
00949	イナゴの佃煮	東濃地方山間部（岐阜一帯）
00950	種蔵紅の漬物（たねくらべにのつけもの）	飛騨市宮川町種蔵一帯
00951	いも田楽（いもでんがく）	飛騨市宮川町周辺
00952	みょうが寿司	飛騨市宮川町一帯
00953	朴葉餅（ほうばもち）	岐阜県飛騨地域
00954	初午団子（はつうまだんご）	岐阜県飛騨地域
00955	鯖寿司（さばずし）	本巣市根尾地域
00956	樽見十一日祭（たるみじゅういちにちまつり）	白山神社（本巣市根尾樽見）
00957	長屋神社の祭礼行事（ながやじんじゃ）	長屋神社（本巣市長屋）
00958	注ぎ汁（つぎじる）	郡上市明宝など
00959	じんだ汁（じんだじる）	郡上市白鳥町など
00960	へぼ飯（へぼめし）	郡上市全域
00961	お斎（おとき）	郡上市全域
00962	山の講の料理（やまのこうのりょうり）	郡上市美並町
00963	熟れ鰯（なれずし）	郡上市北部
00964	朴葉鰯（ほおばずし）	郡上市南部
00965	鮎田楽（あゆでんがく）	郡上市全域
00966	鮎の塩焼き（あゆのしおやき）	郡上市全域
00967	お茶（おちゃ）	郡上市八幡町の東・南部
00968	味噌（みそ）	郡上市全域
00969	醤油（しょうゆ）	郡上市全域
00970	栃餅（とちもち）	郡上市全域
00971	甘酒（あまざけ）	郡上市八幡町吉野
00972	濁酒（どぶろく）	郡上市大和町牧
00973	飛騨のねずし（ひだのねずし）	下呂市飛騨地方
00974	朴葉ずし（ほうばずし）	下呂市飛騨地方 他
00975	鮎味噌（ふなみそ）	海津市
00976	もろこずし（箱ずし）	海津市

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
00977	たくあん漬け	海津市
00978	よもぎ餅(草餅)	海津市
00979	野上がり饅頭(のあがりまんじゅう)	海津市
00980	けんちん蒸し(むし)	養老町内
00981	どんがね酢	養老町内
00982	鮎のするめ焼き	養老町内
00983	肉めし(にくめし)	養老町内
00984	肉のひきずり(にくのひきずり)	養老町内
00985	鮎みそ(ふなみそ)	養老町内
00986	八杯汁(はっぱいじる)	養老町内
00987	鮎味噌(ふなみそ)	輪之内町内
00988	粥のつけ(かゆのつけ)	輪之内町内(福束新田、里、福束、下大樽の4地区)
00989	田植えまんじゅう(たうえまんじゅう)	輪之内町内
00990	上磯神田祭(かみいそじんでんさい)	上磯区(揖斐郡大野町)八幡神社
00991	団子まき	下磯区(揖斐郡大野町)八幡神社
00992	餅つり	稲富区(揖斐郡大野町)来振神社
00993	大歳ごっつお	坂祝町
00994	かいもち(里芋入りおはぎ)	坂祝町
00995	がんど餅(田植もち)	坂祝町
00996	箱寿司(押し寿司)	坂祝町
00997	だつの酢煮	坂祝町
00998	いももち	白川町一円
00999	みょうが寿司	白川町一円
01000	けんちん汁	白川町一円
01001	どぶろく	白川村・荻町(白川八幡神社) 鳩谷(鳩ヶ谷八幡神社) 飯島(飯島八幡神社) 平瀬(平瀬八幡神社) 木谷(木谷八幡神社)
01002	すったて	白川村内
01003	報恩講料理	白川村内
01004	豆腐	白川村内
01005	トチ餅	白川村内
(22) 静岡県 合計: 68 件		
01006	手揉製茶技術	静岡市
01007	焼津鯉節製造技術	焼津市
01008	手揉製茶技術	藤枝市
01009	しおかつお	西伊豆町田子地内
01010	イルカ料理	伊東市川奈、富戸
01011	練り製品(黒はんぺん、蒲鉾、なると)	焼津市全域
01012	わさび漬け	静岡市葵区有東木(うとうぎ)
01013	大福寺納豆	浜松市北区三ヶ日町
01014	ウズワの煮味噌・ウズワ味噌	沼津市内浦長浜
01015	ウツボ料理	沼津市西浦地区
01016	マゴチャ	沼津市内浦・西浦地区
01017	オナメ・ナメミソ・金山寺味噌	沼津市全域
01018	ウズワのナマリ節・ウズワ節	沼津市静浦・内浦・西浦地区
01019	箱寿司	伊豆東海岸
01020	イカメンチ〔網代メンチ〕	熱海市網代
01021	七尾たくわん	熱海市伊豆山字七尾
01022	麦こがし	熱海市西山町(来宮神社)
01023	おざく	三島市域
01024	はこねたくあん	箱根西麓
01025	箱寿司	伊東市内湯川、松原、玖須美の各地区
01026	天下一製法	富士市比奈
01027	サンマ寿司	下田市白浜
01028	いけんだ煮味噌	下田市須崎
01029	小アジ寿司	下田市旧町内
01030	鮎	主に狩野川流域
01031	猪鍋	主に天城山周辺や山地
01032	ところてん	土肥地区
01033	イルカのごぼうだき	伊豆半島全域
01034	しいたけ	伊豆市内
01035	国清汁	伊豆の国市奈古谷

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01036	黄飯	東伊豆町稲取
01037	げんなり寿司	東伊豆町稲取
01038	鳥精進酒精進	河津町内 来宮神社 一部地域を除く
01039	鶏飯もしくは、肉飯(とりめし・にくめし)	南伊豆町全体
01040	長九郎餅	西伊豆町仁科地内
01041	なんか揚げ	西伊豆町地内(主に安良里地区)
01042	おざく	函南町、三島市および静岡県東部地域
01043	ヤマメずし	静岡市葵区田代
01044	井川の雑穀文化	静岡市葵区井川地区
01045	蛇塚・中塚のチャヒマチ(茶日待)	静岡市葵区清沢地区
01046	サクラエビ天日干し	静岡市清水区蒲原地区、由比地区
01047	カツオ料理	浜通り周辺中心
01048	練り製品(黒はんぺん、蒲鉾、なると)	焼津市全域
01049	焼津神社例大祭(荒祭り)特殊神饌	焼津神社
01050	大井八幡宮祭礼の特殊神饌	大井八幡宮(藤守)
01051	山の神祭り直会食	関方地区
01052	いも切干	遠州灘に面した御前崎・白羽・佐倉・池新田・高松の各地区
01053	手火山式鯉節	御前崎地区
01054	ガワ料理	御前崎地区・白羽地区
01055	落花生の煮豆	御前崎市全域
01056	深蒸し茶	菊川市内
01057	手揉み製茶技術	菊川市内
01058	御榊神事の御神酒	一幡神社(菅ヶ谷)
01059	青ねり	浜松市天竜区春野町
01060	栃餅	浜松市天竜区水窪町
01061	水窪じゃがた	浜松市天竜区水窪町
01062	みそまん	浜松市北区奥浜名湖地域
01063	岩井のたたきごぼう	磐田市岩井
01064	粟餅	磐田市見付
01065	みそたたき	磐田市福田
01066	なた餅	磐田市豊浜中野
01067	すわま(又は「すあま」)	湖西市新居地域
01068	魚めし・ボラみそ	湖西市入出地域
01069	イシャッコ(オボコ)の佃煮	森町を含む太田川中流域・上流域
01070	イモザケ(長芋酒)	森町内
01071	粟おこわ	森町鍛冶島地区
01072	小國神社のどぶろく	小國神社(森町一宮)
01073	山老(ところ)の根、しょよ、ぶくれい	小國神社(森町一宮)
(23) 愛知県 合計:104 件		
01074	篠島の御贄干鯛調製(しのじまのおんにえほしだいちょうせい)	南知多町
01075	御櫃割(おひつわり)(於:西尾市室町神明社)	西尾市室町町
01076	いな饅頭(いなまんじゅう)	蟹江町蟹江本町川西ほか
01077	ふなみそ	蟹江町、津島市、愛西市、弥富市、桑名市、海津市等
01078	豆味噌(まめみそ)	岡崎市、西尾市、豊田市、武豊町等
01079	おこしもの	愛知県全域
01080	じょじょ切り(じょじょぎり)	伊良湖地域
01081	ゴモ(五目飯・味ご飯)	瀬戸市(赤津・中水野・下水野・沓掛・片草・上半田川・品野・)
01082	オコシモン・オコシモチ	瀬戸市(赤津・上水野・中水野・下水野・沓掛・片草・白岩・上半田川・上品野・中品野・下品野)
01083	サバズシ	瀬戸市(赤津・瀬戸・上水野・中水野・沓掛・下水野・上半田川・上品野・中品野・山口・菱野・本地)
01084	ジンタ味噌・ジンタン味噌	瀬戸市(赤津・上水野・中水野・下水野・沓掛・片草・白岩・下品野・菱野・本地)
01085	ヘボ(蜂の子)	瀬戸市(赤津・上水野・中品野)
01086	さばずし	田楽町、廻間町、大留町
01087	おこしもの	春日井市内各所
01088	苧蓼酒(にんとうしゅ)	犬山市(練屋町・小島家)
01089	げんこつ飴	犬山城下
01090	お日待のご飯、みちなおしのご飯	犬山市(善師野寺洞)(善師野清水)

No	呼称() () よみがな、別名など	伝承地域または産地
01091	雑煮	犬山市
01092	田螺(たにし)の味噌和え	犬山市
01093	箱ずし	尾張旭市全域
01094	おこしもの、おこしもん	尾張旭市全域
01095	オコシモノ	尾張東部地方を中心に広がる
01096	おこしもん	尾張東部から三河西部
01097	オコシモン	長久手市内
01098	雑煮(ぞうに)	長久手市内
01099	ぶっかけうどん	豊山町全域
01100	茗荷まんじゅう	豊山町全域
01101	田舎風ばら寿司(ちらし寿司)	豊山町
01102	箱寿司(押し寿司)	豊山町
01103	どじょう寿司(箱押し寿司)	豊山町
01104	繭団子(まゆだんご)	大口町及び周辺地域か?
01105	レンコンの砂糖漬け	津島市
01106	モロコの押しずし	津島市周辺
01107	なまずの蒲焼き(かばやき)	津島市周辺
01108	津島鯨(つしまふ)	津島市
01109	あかだ及びくつわ	津島市
01110	レンコンの蒲焼	愛西市旧立田村およびその周辺
01111	もろこ寿司	愛西市海部地域
01112	こしょう汁〔こしょ汁、トンガラシ汁、ユーカーン汁〕	愛西市海部地域?
01113	箱ずし(はこずし)	弥富市内全域
01114	さかなずし	弥富市内全域
01115	イナマンジュウ	弥富市内全域
01116	いな饅頭	蟹江町蟹江本町川西ほか
01117	もろこ寿司	蟹江町及び周辺地域(津島市、愛西市、弥富市、桑名市西部等)
01118	茶がゆ	蟹江町城、蟹江新町、舟入等
01119	ふなみそ	蟹江町及び周辺地域(津島市、愛西市、弥富市、桑名市、海津市等)
01120	ボラ雑炊	蟹江町及び周辺地域(海部南部、桑名市南西部等)
01121	あじ寿司	蟹江町及び周辺地域(津島市、愛西市、弥富市等)
01122	ボラ雑炊	飛島村全域
01123	さかなずし	飛島村全域
01124	酢煎り	飛島村全域
01125	串あさり	亀崎地域
01126	押し寿司(おしずし)	東海市
01127	人参飯(にんじんめし)	大府市全域
01128	ひきずり	大府市全域
01129	雑煮(ぞうに)	大府市全域
01130	おこしもの ぼろ	大府市全域
01131	ゆでた落花生	大府市全域
01132	箱ずし〔または、押しずし〕	知多市全域(他市町も同様のもの有り)
01133	おこしもの〔おこしもん〕	知多市全域(他市町も同様のもの有り)
01134	あなごの干物	知多市 旧沿岸部(他市町も同様のもの有り)
01135	茹で落花生	知多市(他市町も同様のもの有り)
01136	おこしもの	東浦町内(尾張地方)
01137	海鼠腸(このわた)	南知多町大井・片名・師崎
01138	溜(たまり)	南知多町
01139	粥(かゆ)	南知多町豊丘乙方地区
01140	オトウダイコン	宮崎神社(岡崎市明見町字田代89番地)
01141	アマザケトウ	石座神社(岡崎市石原町字宮ノ入3)
01142	煮味噌	岡崎市三河地方
01143	毬饅頭(いがまんじゅう)	岡崎市西三河地方
01144	煮味噌	碧南市三河地方
01145	箱ずし	碧南市
01146	いもかわうどん	刈谷市
01147	おこしもの(おこしもん)	愛知県の一部
01148	いがまんじゅう	西三河
01149	オコシモン	安城市
01150	いがまんじゅう	安城市、西三河を中心に三河一帯
01151	炭酸まんじゅう	安城市

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01152	箱寿司（はこずし・ハコズシ）	安城市
01153	このわた	西尾市佐久島・吉良町宮崎
01154	かしや餅	西尾市佐久島
01155	豆味噌（まめみそ）	西尾市内全域
01156	落花生の煮物	西尾市内全域
01157	たかはまのとりめし	高浜市吉浜地区
01158	オコシモノ（オコシモン）	豊田市内
01159	イガマンジュウ	豊田市内
01160	カラスミ	豊田市内
01161	へボ料理	豊田市内山間部
01162	寒茶	豊田市内足助地区
01163	桶茶	豊田市内稲武地区
01164	はこ寿司（ずし）	みよし市全般
01165	五平餅（ごへいもち）	新城市内全域
01166	豊橋ちくわ	豊橋
01167	浜納豆	三河・遠州
01168	菜めし田楽	豊橋
01169	三河佃煮	三河
01170	ゆたかおこし	豊橋
01171	大草流古典諸礼式	三河
01172	牡丹餅	豊川市小坂井地区
01173	味噌メシ（雲助飯）	豊川市赤坂町
01174	にぎすの団子汁（だんごじる）	蒲都市
01175	じょじょ切り	田原市伊良湖地域
01176	あらめと地豆（じまめ）の煮物	田原市渥美半島
01177	アサリの押し寿司	田原市渥美半島

（24）三重県 合計：12 件

01178	浅里のなれずし	紀宝町浅里地区
01179	シネシネ団子、シコシコ団子、甘団子	亀山市域
01180	シラ餅	亀山市域
01181	どっかん団子、どっかん餅、どうかん	亀山市域
01182	肉飯	亀山市田茂町
01183	きんこ	志摩市志摩地域
01184	手こね寿司	志摩市志摩地域
01185	ししび飯	川越町、川越近郊
01186	かわつの押しずし	川越町、不詳
01187	ぼら飯	川越町、詳細不詳
01188	牛蒡祭	津市
01189	味噌ごぼう	津市美杉町下之川地区

（25）滋賀県 合計：10 件

01190	【滋賀の食文化-1】湖魚のなれずし	滋賀県内
01191	【滋賀の食文化-2】湖魚の佃煮	滋賀県内
01192	【滋賀の食文化-3】日野菜漬け	滋賀県蒲生郡日野町ほか
01193	【滋賀の食文化-4】丁稚羊糞	高島郡ほか
01194	【滋賀の食文化-5】アメノイオ御飯	琵琶湖周辺
01195	干瓢（かんぴょう）	甲賀市水口町・栗東市など
01196	チン	東近江市黄和田町
01197	濁酒（どぶろく）	栗東市上砥山
01198	麦酒（むぎざけ）	甲賀市水口町牛飼 総社神社
01199	かにが坂飴（かにがさかあめ）	甲賀市土山町北土山 田村神社、製造：土山町南土山 高岡氏宅

（26）京都府 合計：22 件

01200	宇治茶手もみ製茶技術	京都府宇治市
01201	宇治茶手もみ製法	宇治市
01202	へしこ	京都府北部の日本海沿岸地域一帯
01203	丹後寿司（たんごずし）	丹後地域一帯
01204	京タケノコの料理	京都市西区・乙訓地域一帯
01205	茶	山城地域一帯
01206	納豆（なっとう）	京田辺市薪、京都市北区、京都市右京区京北地域から南丹市東部

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01207	乙訓の竹の子料理（おとくにのたけのこりょうり）	向日市乙訓地域やその近辺
01208	かしわのシュシュ	城陽市域
01209	茶（煎茶、玉露、てん茶等）	城陽市域
01210	干梅	城陽市青谷
01211	ツマキ（チマキのこと）	八幡市美濃山、戸津、二階堂
01212	鮎の番茶煮（ふなのばんちゃに）	久御山町御牧地域等、かつての巨棕池周辺地域
01213	モロコ料理（モロコの煮付け、モロコの押し寿司、モロコのまきずし）	久御山町御牧、佐山地域（旧村）巨棕池周辺地域
01214	半夏生団子（はげっしょだんご）	久御山町全域の旧村
01215	わけぎとたにしのぬた	久御山町相島、一口等
01216	あられ（砂炒り：すないり）	久御山町全域（特に佐山、島田など）
01217	一休寺納豆（いっきゅうじなっとう）	京田辺市薪・酬恩庵
01218	へしこ	舞鶴市吉原および三浜・田井など
01219	へしこ	伊根町（若狭地方）
01220	へしこ	京丹後市丹後地方、若狭地方
01221	コノシロ寿司	京丹後市久美浜町

（27）大阪府 合計：38 件

01222	真菜漬け（まなづけ）	豊能町高山
01223	丁稚羊羹（でっちようかん）	豊能町内東地区
01224	いばら餅（いばらもち）	豊中市上新田
01225	ドジョウ寿司（どじょうずし）	豊中市内北部
01226	箱寿司（はこずし）	茨木市南部
01227	弥勒堂さんの鼻糞（みろくどうさんのはなくそ）	茨木市水尾四丁目 弥勒堂
01228	守口大根	守口市、不明
01229	蓮根（れんこん）	守口市内（梶地域が特に有名）
01230	くわい	守口市、不明
01231	蓮根餅（はすねもち）	門真市域
01232	ジャコマメ	枚方市河内地域
01233	サバズシ	枚方市域
01234	若ごぼうの炒め煮	八尾市八尾
01235	若ごぼうの炊き込みご飯	八尾市八尾
01236	じゃこまめ	八尾市中河内
01237	河内のっぺ	八尾市河内
01238	道明寺糰（どうみょうじほしい）	藤井寺市道明寺
01239	アカネコ	南河内（松原市及び大阪狭山市周辺）
01240	アカネコ	狭山市域
01241	ラクガン	狭山市域
01242	オチャトウ	狭山市域
01243	盆の接待	狭山市域
01244	粉どうふ料理（こなどうふりょうり）	千早地区（現在は千早赤阪村全体）
01245	（泉大津市の郷土食）	泉大津市
01246	百舌鳥精進（もずしょうじん）	大阪府堺市北区 百舌鳥八幡宮氏子域
01247	おあえ	大阪府堺市西区浜寺石津町中・石津天神社
01248	じゃこごうこ	岸和田市以南
01249	水ナスの漬け物	岸和田市以南
01250	がっちょのから揚げ	岸和田市以南
01251	押し寿司	泉南市泉南地方
01252	じゃこごうこ	泉南市泉南地方
01253	ごより豆（ごまめ）	泉南市泉南地方
01254	じゃこごうこ	阪南市
01255	押しずし	阪南市
01256	小型のシタの干したん	阪南市
01257	じゃこごうこ	熊取町内の旧家でつくられる
01258	えびじゃこ寿司（えびじゃこすし）	熊取町内の旧家でつくられる
01259	「じゃこごうこ」 「じゃこごんこ」 「じゃここうこ」 など	田尻町・泉佐野市・岸和田市など泉南地域

（28）兵庫県 合計：63 件

01260	灘の酒造り（兵庫県の酒造習俗〔国記録選択 S43.3.1〕）	神戸市東部～西宮市南部（旧西宮町・旧今津村）
-------	--------------------------------	------------------------

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01261	いたどりの塩漬け（いたどりのしおづけ）	朝来市生野
01262	とち餅	豊岡市内のうち主に山間部
01263	すり焼き（すりやき）	豊岡市日高町国分寺
01264	くされずし（つなしずし）	赤穂市坂越
01265	オゴク	赤穂市東有年
01266	凍り蒟蒻（こんにゃく）	多可町加美区
01267	凍り豆腐	多可町八千代区
01268	つぼ汁	南あわじ市 南淡地域か？
01269	いびつもち	淡路市
01270	いぎす	南あわじ市・淡路島
01271	いぎす	淡路市
01272	ちょぼ汁	南あわじ市・淡路島
01273	ちょぼ汁	淡路市
01274	生瀬の鮎寿司	西宮市生瀬
01275	あじのほほかぶり（ほおかむり）	淡路市
01276	こけらずし	主に西浦、岩屋（淡路市）
01277	コノシロ寿司（このしろすし）	太子町内
01278	このしろ寿司（つなし寿司）	上郡町 山野里・八保地域
01279	鯖寿司	姫路市
01280	サバズシ	西宮市下大市
01281	鯖寿司（さばずし）、鯖の姿寿司（さばのすがたずし）	加古川市を含む播磨地区
01282	サバ寿司	加西市域
01283	鯖寿司（さばずし）	福崎町、兵庫県播州地方
01284	イカナゴのくぎ煮（いかなごのくぎに）	神戸市長田区～垂水区
01285	いかなごのくぎ煮	姫路
01286	いかなごの釘煮（いかなごのくぎに）	加古川市を含む播磨地区、阪神地区、淡路地区の臨海部一帯
01287	いかなごの釘煮	淡路市
01288	そうめん	たつの市域
01289	播州手延べ素麺（ばんしゅうてのべそうめん）	太子町内・西播磨地域
01290	うすくち醤油	たつの市域
01291	神戸牛（こうべぎゅう）	兵庫県
01292	有馬山椒	神戸市北区有馬
01293	ぼっかけ	神戸市長田区
01294	姫路おでん	姫路
01295	玉子焼（たまごやき）	明石市
01296	船坂の寒天づくり	西宮市山口町船坂・西宮市鷲林寺町
01297	出石皿そば（いずしさらそば）	豊岡市出石町
01298	松葉がに（まつばがに）	豊岡市沖を含む日本海
01299	かつめし	加古川市域
01300	焼き穴子（やきあなご）	加古川市を含む播磨灘沿岸部
01301	ホルモン鍋（ほるもんなべ）	加古川市職員会館
01302	くされずし（つなしずし）	赤穂市坂越
01303	鍛冶屋鍋（かじやなべ）	三木市
01304	荒井神社古式取り（アライジンジャ コシキトリ）	荒井神社
01305	北条節句祭りの食事（ほうじょうせっくまつりのしょくじ）	北条地区
01306	九餅（くもち）	加西市域
01307	牡丹鍋（ぼたんなべ）	篠山市全域
01308	おなます（とうふなます）	篠山市西紀地区
01309	豆腐飯（とふめし）	篠山市大山地区
01310	玉ねぎ	南あわじ市
01311	講会の賄〔阿万の風流大踊小踊〕	南あわじ市阿万
01312	よもぎ餅の釜やき（よもぎもちのかまやき）	朝来市和田山・山東・朝来
01313	けんちん汁（けんちんじる）【秋】	朝来市生野
01314	梅シロップ（うめしろっぱ）【夏】	朝来市全域
01315	冬至南瓜（とうじなんきん）【冬】	朝来市全域
01316	たいめん	淡路市
01317	まぜめし	宍粟市山崎町内
01318	ズイキの味噌汁、味噌和え	多可町中区西安田地区、加美区観音寺地区

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01319	ごぼうのはりはり	多可町加美区熊野部地区
01320	なな茶飯	多可町中区中安田地区など
01321	ビリ辛コンニャク	多可町中区安楽田地区
01322	かしわめし	市川町瀬加地域
(29) 奈良県 合計：48 件		
01323	なれずし	吉野郡十津川村全域(奈良県南部・和歌山・三重)
01324	ゆうべし	吉野郡十津川村全域
01325	ばてばて茶	橿原市中曽司町
01326	ふきだわら	山辺郡山添村(旧波多野、豊原地域に多い)
01327	朴の葉鮓(ほのはずし)	吉野郡黒滝村・東吉野村
01328	田ゴイ	生駒市全域(高山大北、高山久保、高山宮方、高山芝、上、俵口では見られず)
01329	でんがら	吉野郡川上村・東吉野村
01330	いもぼた	吉野郡天川村
01331	肉めし(にくめし)	磯城郡田原本町大字八田地区
01332	早苗饗餅(さなぶりもち)半夏生餅(はげっしょうもち)	奈良盆地中南部(橿原市等)
01333	かきもち	安堵町域
01334	よごみもち〔よもぎもち〕	安堵町域
01335	しんこもち	安堵町域
01336	てんごく餅	安堵町域
01337	天道御供の餡付餅	葛城市木戸 八幡神社氏子中
01338	正月の雑煮ときな粉餅	葛城市 旧新庄町・旧當麻町地域
01339	葛城市太田の海積神社のぼろそ	葛城市太田の海積神社
01340	トンドの小豆粥(あずきがゆ)	市内各地
01341	「蛇穴の蛇曳き汁掛け祭り」(市指定無形民俗)の味噌汁(さらぎのじゃひきしるかけまつりのみそしる)	御所市蛇穴
01342	川合八幡神社ヒキアイモチの餅(かわいはちまんじんじゃ)	御所市古瀬
01343	ホノハズシ(朴の葉鮓)	黒滝村全域
01344	オカイサン(茶粥)	黒滝村全域
01345	ホンコサンの料理(在家報恩講の料理)	黒滝村全域
01346	メンパメシ(面桶飯)	黒滝村全域
01347	イシユ(石湯)・イシジル(石汁)	黒滝村全域
01348	今中醤油(いまなかしょうゆ)	三郷町勢野東6丁目3-1
01349	お雑煮	山添村
01350	ほがしわ弁当	山添村、旧東山地域に多い
01351	こんにゃく	山添村
01352	くるみもち	山添村
01353	めはり寿司	十津川村全域(奈良県南部・和歌山・三重)
01354	茶がゆ	十津川村全域
01355	さんまずし	十津川村全域(奈良県南部・和歌山・三重)
01356	チャガイ(茶粥：ちゃがゆ)	生駒市全域(まれにシラガイ：白粥を食べる家庭もある)
01357	すし	生駒市高山・久保、北田原、上、俵口、辻、西畑、乙田
01358	薬用植物(一部動物)	生駒市全域
01359	柿の葉寿司	川上村内一円
01360	栃餅(とちもち)	川上村内一円
01361	ちまき	川上村内一円
01362	茶粥(ちゃがゆ)	川上村内一円
01363	わかめの味噌煮	田原本町大字今里地区
01364	シンコ	田原本町大字佐味地区
01365	牛蒡食い(ごぼうくい)	田原本町大字多地区
01366	柿の葉すし・ほうの葉すし	東吉野村内
01367	奈良漬け	東吉野村内
01368	ちまき	東吉野村内
01369	でんがら	東吉野村内
01370	味噌	東吉野村内
(30) 和歌山県 合計：5 件		
01371	金山寺味噌(きんざんじみそ)	海草郡、有田郡、日高郡、西牟婁郡

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01372	なれずし	海草郡、有田郡、日高郡、西牟婁郡、東牟婁郡
01373	めはりずし	西牟婁郡、東牟婁郡
01374	うつぼ料理	日高郡、西牟婁郡
01375	くじら料理	太地町 ほか
(31) 鳥取県 合計：58 件		
01376	とうふちくわ	鳥取市
01377	あごちくわ	鳥取市
01378	呉汁など大豆・豆腐料理	鳥取市
01379	小豆雑煮	鳥取市
01380	サメ	鳥取市
01381	鮎	鳥取市
01382	かま焼き	鳥取市
01383	いがい飯	鳥取市
01384	白ハタ	鳥取市
01385	どんどろけ飯	鳥取市
01386	ずがにご飯	鳥取市
01387	イモコン鍋	鳥取市
01388	いただき〔ののこめし〕	鳥取県西部・弓ヶ浜半島
01389	いぎす	鳥取県中部、倉吉市
01390	板わかめ	倉吉市御来屋
01391	小豆雑煮	鳥取県中部、倉吉市
01392	いただき	境港市弓浜半島
01393	さつまいもを使った郷土料理	境港市弓浜半島
01394	魚の郷土料理	境港市弓浜半島
01395	竹林おこわ(ちくりんおこわ)	八頭町船岡地域
01396	柿の葉ずし(かきのはずし)	八頭町郡家・八東地域
01397	おやき	若桜町若桜地内
01398	鯉料理	若桜町若桜地内
01399	弁天饅頭	若桜町若桜地内
01400	栃餅	若桜町内
01401	柿の葉ずし	智頭町
01402	板井原ごうこ	智頭町板井原地区
01403	やたら漬け	智頭町
01404	鯖ずし	智頭町
01405	田後神社頭屋祭「宮の飯」	湯梨浜町田後
01406	粉まぶり	東郷池周辺(湯梨浜町東郷及び羽合地区)
01407	小豆雑煮	湯梨浜町
01408	トチ餅(とちもち)	三朝町全域
01409	長芋のとろろ汁(ながいものとろろじる)	北栄町
01410	らっきょう漬け	北栄町
01411	むかごごはん	北栄町(大栄地区)
01412	大栄おこわ	北栄町(大栄地区)
01413	砂丘おこわ	北栄町(北条地区)
01414	あずき雑煮	北栄町
01415	ちまき	北栄町(浜辺を除く)
01416	鯨飯(くじらめし)	琴浦町内
01417	じゃぶ	琴浦町
01418	がんちゃ汁	琴浦町
01419	いぎす、じょう	琴浦町
01420	とろろ(ぼうずごろし)	琴浦町
01421	大山おこわ(だいせんおこわ)	大山町、大山山麓地域(旧大山町を中心に)
01422	大山そば(だいせんそば)	大山町、大山山麓地域(旧大山町を中心に)
01423	サザエご飯・サザエ飯(さざえごはん・さざえめし)	大山町、旧名和町・御来屋を中心に
01424	かに飯・がんちゃ飯(かにめし・がんちゃめし)	大山町内各地
01425	団子汁(だんごじる)	日南町町内
01426	香茸飯(こうたけめし) しょうけめし	日南町町内
01427	雑煮	日南町町内
01428	雑煮	日南町町内
01429	煮しめ	日南町町内

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01430	鯉料理 鯉こく(こいこく)	日野町
01431	御機の団子	江府町御机集落
01432	大山おこわ	江府町ほぼ町内全域
01433	正月の雑煮	江府町ほぼ町内全域
(32) 島根県 合計: 31 件		
01434	赤貝の殻蒸し	出雲地方
01435	澄まし雑煮	出雲地方
01436	小豆雑煮	出雲地方
01437	まき	浜田市浜田・金城地方など
01438	狐ずし	浜田市大金地区ほか
01439	焼きさば(やきさば)	雲南市雲南地方
01440	煮しめ(にしめ)	雲南市雲南地域ほか
01441	笹巻き	雲南市雲南地域ほか
01442	とち餅	益田市匹見町石谷地区
01443	うずめ飯	益田市匹見地区
01444	ゆべし	益田市美都地区
01445	干し柿	益田市全域
01446	角寿司(かくずし)	島根県西部(石見地方)地域か、益田市
01447	うず煮(うずに)	出雲市大社町
01448	ワニ料理	奥出雲町全域
01449	焼き鯖寿司	奥出雲町全域
01450	笹巻き	奥出雲町全域
01451	煮しめ	奥出雲町全域
01452	奥出雲蕎麦	奥出雲町全域
01453	こじょうゆ	海士町
01454	かんぺ	海士町
01455	じんだ	海士町
01456	まき	海士町
01457	こしょみそ	海士町
01458	なまこ酢	隠岐
01459	ばくだんにぎり	海士町
01460	煮しめ	海士町
01461	べこ	隠岐の島町沿岸
01462	各種海藻(岩ノリ、じんば、あらめなど)	隠岐の島町内
01463	あごだし	隠岐の島町内
01464	乾物(イカ、魚、海藻など)	隠岐の島町内
(33) 岡山県 合計: 58 件		
01465	まつりずし(ばらずし)	備前地域
01466	ママカリの酢漬け(すづけ)	瀬戸地海沿岸地域
01467	イモアズキ(ササゲ)	井原市井原地域
01468	芋団子	井原市井原地域
01469	芋団子	井原市井原地域
01470	芋湯	井原市井原地域
01471	魚飯(ぎょはん)	井原市井原地域
01472	飛島のうどん(ひしまのうどん)	笠岡市大飛島・小飛島
01473	くさぎ菜のかけめし	吉備中央町、旧加茂川町全域
01474	スズノコ料理(すずのこりょうり)	鏡野町域北部
01475	山菜おこわ	鏡野町内全域
01476	鯖鮓(さばずし)	鏡野町内全域
01477	シシ鍋(ししなべ)	鏡野町域北部
01478	野ウサギの煮食い(にぐい)	鏡野町域北部
01479	ササゲの煮干し(盆のお供え)	玉野市八浜町八浜
01480	鮓めし(ふなめし)	玉野市八浜町八浜
01481	藻貝のすし	玉野市八浜町八浜
01482	豆腐飯(とうふめし)	高梁市成羽町
01483	たかきび団子汁(だんごじる)	高梁市有漢町
01484	けんちんそば	新見市草間地域
01485	けんびき焼き	新見市内全域
01486	野方汁(たかきびじる)	新見市内全域
01487	さば寿司(さばずし)	新見市内全域

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01488	ぶどう餅	新庄村 野土路地区
01489	団子汁	新庄村全域・郷土料理研究会
01490	鯖寿司	新庄村全域
01491	新庄おこわ	新庄村全域
01492	鯉こく	新庄村全域
01493	サバ寿司	真庭市真庭地域を含む岡山県北一帯
01494	蒜山おこわ	真庭市内北部、蒜山地域を中心に真庭市一帯
01495	こけら寿司	真庭市蒜山地域東部一帯
01496	ブリ雑煮	真庭市内南部、北房地域を中心に周辺一帯
01497	けんぴき焼き	真庭市内南部の北房地域を含む備中中部地域一帯か
01498	ししこま	瀬戸内市牛窓町牛窓
01499	とどめせ	瀬戸内市長船町福岡
01500	鮎の丸ずし（あゆのまるずし）	赤磐市熊山地域
01501	川魚の番茶煮（かわざかなのばんちゃに） 〔名称不明のため仮称〕	赤磐市熊山地域・吉井地域
01502	花餅（マンガリコ）オコウモチ	赤磐市熊山地域・山陽地域
01503	6月1日の焼餅（ろっかつしてえのやきもち） （名称不明のため仮称）	赤磐市山陽地域・赤坂地域・熊山地域
01504	手延べ素麺（てのべそうめん）	浅口市鴨方町小坂東地区
01505	とんとこめし（ふなめし）	早島町
01506	白玉	早島町
01507	巻き柿（まきがき）	津山市、旧加茂町
01508	上大漬け（かみだいづけ）	津山市、旧加茂町公郷地域
01509	年越しイワシ：としこしいわし（年取りイワシ：としとりイワシ）	津山市、旧津山地域
01510	ねこめし	備前市 吉永地域
01511	ぐじんぼう	備前市 佐山地区
01512	サワラのこうこずし	備前市 備前地域・日生地域
01513	いとこ煮	備前市 日生地域
01514	ツナシ寿し	日生地域
01515	山菜ちらし寿司	美作市北中部
01516	さば寿司	美作市北部
01517	小麦饅頭	美作市、旧大原町
01518	しその実の佃煮	美作市内
01519	鬼のはらわた	矢掛町南山田御崎神社
01520	山之上の干し柿（やまのうえのほしがき）	矢掛町小田山之上地区
01521	石井醤油（いしいしょうゆ）	矢掛町矢掛
01522	柚餅子（ゆべし）	矢掛町矢掛
(34) 広島県 合計：37 件		
01523	さつま	広島県安芸郡海田町
01524	八寸（はっすん）	熊野町全域
01525	煮ごめ	広島市全域および周辺
01526	にたりもち	坂町
01527	ワニ料理（わにりょうり）	三次市備後北部とその周辺
01528	アユ料理（あゆりょうり）	三次市内
01529	ワニ料理	庄原市一円
01530	田植飯（たうえめし）	庄原市東城町他
01531	クサギナ	庄原市東城町小奴可地区周辺
01532	漬物（つけもの）	庄原市高野町など
01533	ひばずし	世羅町（東地区）
01534	ワニ料理	世羅町（世羅西地区・大見地区・東地区）
01535	いわし漬	世羅町（世羅西地区）
01536	もぶり	大竹市
01537	大平（おおひら）	大竹市
01538	さんばい	大竹市
01539	鯛麵（たいめん）	尾道市尾道地域
01540	賀節（がせつ）	尾道市尾道地域
01541	イギス豆腐（いぎすどうふ）	尾道市島しょ地域（岩子島、向島、因島、生口島等）
01542	ばら寿司（ばらずし）	尾道市内全域
01543	わけぎのぬた	尾道市内全域
01544	でべら	尾道市尾道地域

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01545	串柿(くしがき)	尾道市御調町の菅野地域
01546	雑煮(ぞうに)	尾道市尾道地域
01547	鯛の浜焼き(たいのはまやき)	尾道市尾道地域
01548	おやき	尾道市向島地域
01549	カンコ餅(かんころもち)	尾道市生口島地域
01550	あずま寿司	尾道市内地域
01551	鯛めし(たいめし)	尾道市内全域
01552	水軍鍋(すいぐんなべ)	尾道市島しょ部地域
01553	浜子鍋(はまこなべ)	尾道市生口島地域
01554	うずみ	福山市
01555	塩マンサク	北広島町芸北地域
01556	きなこむすび〔サンバイむすび〕	北広島町壬生地域・新庄地域
01557	角寿司〔祭り寿司〕	北広島町内
01558	コシアブラ〔バカ〕の芽のあえ物	北広島町内
01559	香茸(コウタケ)の塩漬	北広島町芸北・大朝地域

(35) 山口県 合計: 25 件

01560	茶がゆ(ちゃがゆ)	岩国市内外
01561	岩国寿司・角寿司(いわくにずし・かくずし)	旧岩国市内周辺
01562	あんこずし	岩国市山代地方
01563	大平(おおひら)	岩国市内
01564	さつまみそ	岩国市柱島群島
01565	つしま	周南市徳山地域、現在市内の広い地域
01566	葉わさびのしょうゆ漬(はわさびのしょうゆづけ)	周南市鹿野地域
01567	茶がゆ	大島郡周防大島町全域
01568	豆茶	大島郡周防大島町全域
01569	サツマ	大島郡周防大島町全域
01570	押し寿司	大島郡周防大島町全域
01571	カンコロ	大島郡周防大島町全域
01572	けんちょう	長門市
01573	わかめむすび	長門市
01574	アジの南蛮漬	長門市
01575	ちしゃなます	長門市
01576	くじらの南蛮煮	長門市
01577	いとこ煮(いとこに)	萩市
01578	唐寿司〔からずし〕(抱き寿司〔だきずし〕)	山口県萩市(日本海側) 島根県
01579	牛蒡巻き〔ごぼうまき〕	萩市
01580	焼き抜き蒲鉾(やきぬきかまぼこ)	山口県(発祥は萩地域)
01581	角ずし(かくずし)	防府市野島
01582	野島豆腐(のしま豆腐)	防府市野島
01583	甘露醤油(かんろしょうゆ)	柳井市柳井津及び柳井
01584	茶がゆ	柳井地域周辺

(36) 徳島県 合計: 23 件

01585	花嫁菓子(はなよめがし) お嫁さんのお菓子	徳島県内
01586	滝の焼き餅(たきのやきもち)	徳島市寺町大滝山登山口
01587	ボウゼの姿ずし(ぼうぜのすがたずし)	徳島県北部
01588	ねさし味噌	吉野川市、阿波市、美馬市一帯
01589	阿波和三盆(あわわさんぼん)	上板町、阿波市
01590	たらいうどん	阿波市土成町宮川内(旧御所村)
01591	半田そうめん(はんだそうめん)	つるぎ町半田地区
01592	干し柿(つるしがき)	つるぎ町一宇地区
01593	祖谷そば(いやそば) そばきり	つるぎ町祖谷地方
01594	そば米雑炊(そばごめぞうすい) そば米汁(そばごめじる)	つるぎ町祖谷地方
01595	でこまわし	つるぎ町祖谷地方
01596	ごうしいもの味噌いため	つるぎ町祖谷地方
01597	うちちがえ雑煮(うちちがえぞうに)	つるぎ町祖谷地方
01598	阿波晩茶(あわばんちゃ)	那賀町、旧相生町、上勝町とその周辺地域
01599	押しずし	牟岐町

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01600	寒茶（かんちゃ）	海部郡海陽町久尾
01601	ウツボ珍味（うつぼちんみ）	海部郡海陽町
01602	出世芋（しゅっせいも）	海部郡海陽町大里
01603	ヨウカン（ようかん）	海部郡海陽町
01604	アンロク（あんろく）	海部郡海陽町
01605	入浜式製塩法（いりはましきせいえんほう）	鳴門市撫養町・同鳴門町・同瀬戸町
01606	灰干しワカメ（はいぼしわかめ）	鳴門市内里浦町など
01607	醤油製造法	鳴門市大麻町池谷
(37) 香川県 合計：18 件		
01608	さつま汁（さつまじる）	香川県観音寺市・三豊市
01609	かんころ餅（かんころもち）	香川県観音寺市
01610	てっぽう	香川県の一部
01611	醤油豆（しょうゆまめ）	香川県の一部
01612	あん餅雑煮（あんもちぞうに）	香川県の一部
01613	茶粥（ちゃがい、ちゃがゆ）	香川県坂出市岩黒
01614	鯛めし（たいめし）	香川県坂出市王越町
01615	木桶仕込み醤油（きおけしこみしょうゆ）	香川県 小豆島
01616	素麺（そうめん）	香川県 小豆島
01617	かきまぜ	香川県 小豆島
01618	茶粥（ちゃがい）	多度津町高見島
01619	石切り寿司（いしきりずし）	香川県 小豆島北部地域
01620	わりご弁当（わりごべんとう）	香川県小豆郡土庄町肥土山など
01621	イギス	香川県 小豆島など
01622	みかんそ	香川県小豆郡土庄町小瀬
01623	生ずし（きずし）	小豆郡土庄町小江地区
01624	和三盆（わさんぼん）	香川県東かがわ市馬宿・吉田
01625	醤油（しょうゆ）	香川県東かがわ市引田
(38) 愛媛県 合計：59 件		
01626	石鎚黒茶（いしづちくろちゃ）	愛媛県西条市小松町石鎚地区
01627	イギス豆腐（いぎすどうふ）	愛媛県今治市を中心とする瀬戸内海地方
01628	五色素麺（ごしきそうめん）	愛媛県松山市
01629	鯛めし（たいめし）ひゅうが（ひゅうがめし） 六宝（ろっぽう）	愛媛県南予地方（西予市、宇和島市、愛南町）
01630	ふくめん	愛媛県宇和島市周辺
01631	鯛飯（たいめし）	愛媛県今治市、松山市（旧北条市）
01632	いもたき	四国中央市西部
01633	えび天（えびてん）	新居浜市を中心とした東予地方（瀬戸内）
01634	えびちくわ	新居浜市を中心とした東予地方（瀬戸内）
01635	おいり・パン豆（ぱんまめ）	新居浜市東予地方
01636	いずみや	新居浜市新居浜市
01637	さわらの姿ずし	新居浜市東予地方
01638	カンコロ	上島町
01639	イギス豆腐	上島町、今治地方
01640	法楽焼（ほうらくやき・ほうろくやき）	今治市芸予諸島周辺（尾道市から今治市に掛けて）
01641	水軍鍋（すいぐんなべ）	今治市芸予諸島周辺（尾道市から今治市に掛けて）
01642	せんざんき	今治市を中心とする愛媛県東予地方
01643	緋の蕪漬（ひのかぶづけ）	松山市、滋賀県日野町・安曇町
01644	しょうゆ餅	松山市
01645	タルト（たると）	松山市
01646	さつま	伊予郡松前町 松前校区
01647	もろみ	伊予郡松前町 北伊予校区（徳丸）
01648	緋のカブ漬（ひのかぶづけ）	伊予郡松前町 岡田校区（恵久美・大間）
01649	ソラメ寿司（そらまめずし）	伊予郡松前町 北伊予校区（神崎・出作）
01650	ソラメのあん（そらまめのあん）	伊予郡松前町 北伊予校区
01651	カジカ汁（かじかじる）	伊予市中山地区
01652	アメノウオの土手焼き	内子町小田深山
01653	たらいうどん	内子町小田全域
01654	カジカ料理	内子町（肱川流域ほか）
01655	はな粉雑炊	内子町（山間部など）
01656	豆いり	内子町（南予地方）

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01657	さつま	八幡浜、南予一帯
01658	フカの湯ざらし	八幡浜、南予一帯
01659	めんかけ	八幡浜 南予一帯
01660	丸ずし	八幡浜、南予一帯
01661	いもあめ	伊方町佐田岬半島各地
01662	ツト または すまきどうふ	伊方町三崎・瀬戸・町見地域
01663	くろめ汁	伊方町正野・串地区
01664	カス（とくに名前はない場合が多い）	伊方町伊方地域
01665	あずま	伊方町九町地区
01666	いもたき	大洲市内
01667	焼鮎	大洲市白滝
01668	いづみや（丸ずし）	大洲市
01669	田楽	大洲市
01670	さつまめし	西予市宇和町、明浜町、三瓶町
01671	ひゅうがめし	西予市宇和町、明浜町
01672	なまずがゆ	西予市宇和町
01673	ホータレ、アマギの丸ずし	西予市明浜町
01674	巻きようかん	西予市野村町
01675	クジュナ飯（クジュナごはん）：くじゅなめし（くじゅなごはん）	松野町大字蕨生奥内地区
01676	クジュナの煮物	松野町
01677	ふかの湯ざらし	宇和島市周辺
01678	じゃこ天	宇和島市、愛媛県南予地方
01679	麦味噌	宇和島市周辺
01680	六宝または、六方（両者：ろっぽう）	愛南町城辺・御荘
01681	茶飯（または、茶がけ）	愛南町城辺・御荘
01682	すがたずし（丸ずし）	愛南町内（沿海部中心か）
01683	せい	愛南町内
01684	ひがしやま	愛南町内
(39) 高知県 合計：20 件		
01685	鯛ぜんざい	南国市長岡地区
01686	ぐる煮	南国市香長平野周辺
01687	にんにくの葉の酢和え	南国市香長平野周辺
01688	にんにくぬた	南国市香長平野等
01689	土佐節（とさぶし）	土佐市宇佐町
01690	ウツボのタタキ	土佐市戸波など
01691	こけら寿司	東洋町
01692	碁石茶（ごいしちゃ）	大豊町のごく一部（旧西豊永村を中心に）
01693	銀不老（ぎんぶろう）	大豊町内
01694	こんちん	大豊町内
01695	半夏だんご（はんげだんご） みょうがだんごとも言う	大豊町内
01696	スタミナ漬け	大豊町内
01697	アユの押しずし	四万十町大正
01698	イタドリのおいため	四万十町大正
01699	タケノコとエンドウの煮物	四万十町大正
01700	テナガエビの塩茹で	四万十町大正
01701	ツガニとかぼちゃの煮物	大町
01702	こうし飯	大町柏島
01703	へら寿司	大月町古満目
01704	三原うどん	三原村全域ではないがよく食されている。
(40) 福岡県 合計：81 件		
01705	ヌカミソダキ（ヌカミソイリ）	北九州市小倉地区近辺
01706	杉饅頭	北九州市八幡地区
01707	ハバラ	北九州市
01708	なます（一名かけあい）	北九州市
01709	たのみ	北九州市
01710	がめ煮（がめに）	福岡市域を含む旧筑前地方
01711	おきゅうと	志賀島・箱崎等、福岡市域の沿岸部
01712	博多雑煮（はかたぞうに）	福岡市域、特に福岡・博多等の旧都市域

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01713	しろうお	福岡市室見川中下流，かつては多々良川・那珂川等も
01714	水炊き（みずたき）	福岡市域，特に博多
01715	山汐漬（やましおづけ）	久留米市北野町鳥巣地区付近
01716	カマス寿司	久留米市御井町、北野町近辺
01717	えつ料理	久留米市城島町近辺
01718	黒棒	久留米市荒木町他
01719	おこし	久留米市本町、善導寺町
01720	あおし柿	田川市田川地方
01721	ゆがき餅	田川市田川地方
01722	ぼんし	田川市田川地方、京築地方
01723	胡椒味噌	田川市田川地方
01724	米煎餅（せんぺい）	柳川全域？
01725	飴型（あめがた）	柳川市全域？
01726	しょんしょん	柳川市全域？
01727	えいぎょうえいさつ	柳川市
01728	うなぎのせいろ蒸し	柳川市旧柳川市域中心
01729	鮎	柳川市
01730	ふなやき	柳川市
01731	タニシ	柳川市
01732	有明海特有の海産物	柳川市
01733	ゴンダンギ	柳川市
01734	ひしの実	柳川市
01735	がねづけ	柳川市
01736	つけあみ	柳川市
01737	手もみ茶（てもみちゃ）	八女市八女茶生産地
01738	漬物（つけもの）	大川市
01739	がね漬け（がねづけ）	大川市
01740	カボチャ団子	豊前市三毛門
01741	鴨料理	小郡市小郡
01742	サバ寿司	小郡市八坂
01743	大野城鶏ぼっかけ	大野城市
01744	のうさば	宗像市鐘崎
01745	らぶ（だぶ）	宗像市宗像地域
01746	鶏のすきやき	宗像市宗像地域
01747	がぜ味噌	宗像市大島・鐘崎・地島
01748	おきゅうと	宗像市大島・鐘崎・地島
01749	王城神社の真魚箸（まなばし）料理	太宰府市通古賀（とおのこが）
01750	ダブ（ラブ）	太宰府市域
01751	らぶ	古賀市、周辺地域
01752	石瓦煮（いしがわりに）	古賀市青柳地区
01753	鶏すき（とりすき）	古賀市、周辺地域
01754	にわとりご飯	古賀市
01755	がめの葉もち（がめのはもち）	嘉飯地域（嘉麻市・飯塚市・嘉穂郡）
01756	柿の葉ずし（かきのはずし）	嘉飯地域（嘉麻市・飯塚市・嘉穂郡）
01757	まさめ飯・まさめご飯	嘉飯地域（嘉麻市・飯塚市・嘉穂郡）
01758	堤の魚の干し魚（特別な呼称はない）	嘉飯地域（嘉麻市・飯塚市・嘉穂郡）
01759	百本漬（ひゃっばんづけ）	嘉飯地域（嘉麻市・飯塚市・嘉穂郡）
01760	そうめんちり（とりちり）	糸島市糸島各地（主に山間部）
01761	ダブ	糸島市糸島各地（主に西部地域）
01762	ハネ木しぼり	糸島市白糸
01763	「だぶ」または「らぶ」	宗像～古賀・新宮～佐賀県（玄界灘地域？）など、新宮町
01764	がめのは餅	福岡県筑豊地域、鞍手町
01765	柿の葉ずし	福岡県筑豊地域、鞍手町
01766	だぶ汁	筑前町朝倉地域
01767	がめの葉まんじゅう	筑前町朝倉地域
01768	（堤収穫魚料理）	筑前町朝倉地域
01769	もち	筑前町朝倉地域
01770	ひしご飯（ひしごはん）	筑後広域から佐賀平野にかけて広域（大木町内全域）
01771	ひぼかし（やきうお）やきおとも呼ぶ	大木町内全域
01772	ごろし	広川町地域
01773	ふなやき	広川町地域
01774	イモまんじゅう	広川町地域

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01775	イゲン葉まんじゅう	広川町地域
01776	焼き餅	広川町地域
01777	けーもち	広川町地域
01778	採銅所の生干し柿（さいどうしよのなまほしがき）	香春町採銅所
01779	柚子こしょう（ゆずこしょう）	添田町（英彦山）
01780	英彦山豆腐（ひこさんとうふ）	添田町（英彦山）
01781	力むすび（ちからむすび）	添田町（津野）
01782	うばだんご	添田町（落合）
01783	ヤマメ料理	添田町
01784	にごみ	川崎町田川地域
01785	けんちゃん汁	川崎町の一部
(41) 佐賀県 合計：5 件		
01786	イゲンハまんじゅう	佐賀県東部地域（鳥栖市、基山町）
01787	ふなんこぐい（ふなのこぐい）	佐賀県各地（鹿島市浜町、塩田町、千代田町、みやき町）
01788	ワラスボ料理	佐賀市、小城市芦刈町
01789	なかだご	唐津市鎮西町波戸・名護屋地区
01790	鯖のかけ和え	伊万里市、武雄市、嬉野市塩田町
(42) 長崎県 合計：35 件		
01791	お手柿と歯がため（おてかきとはがため）	佐世保市（世知原町、大野町、鹿町町、日宇町、吉井町、柚木町）
01792	具雑煮（ぐぞうに）	島原市島原半島
01793	バタバタ	雲仙市
01794	冷汁（ひやじる）	波佐見町 中尾地区など（窯業地）
01795	かんころ餅（かんころもち）	五島列島など、新上五島町、五島市
01796	もろぶた寿司	佐世保市柚木町
01797	ふつだんご	佐世保市鹿町町
01798	煮しめ	佐世保市柚木町
01799	のっぺ汁	佐世保市柚木町
01800	六兵衛（ろくべえ）	島原市島原半島
01801	どんだへ	島原市島原半島か
01802	いぎりす	島原市今治か
01803	がねだき	島原市島原半島か
01804	ゆでかんころ	五島市
01805	ぎょうせん	五島市
01806	かんころ餅	五島市
01807	生寿司（なまずし）	五島市岐宿町
01808	ぞろ	五島市岐宿町
01809	山下そば（やましたそば）	五島市富江町山下
01810	黒島団子（くろしまだんご）	五島市富江町黒島
01811	ふくれもち	五島市奈留地域
01812	べろだんご（べろだご）	五島市奈留地域
01813	バタバタ	雲仙市
01814	イギリス	雲仙市
01815	凍豆腐	雲仙市
01816	湯せんべい	雲仙市小浜町
01817	エタリの塩辛	雲仙市
01818	ハッタイ粉（はったいこ）	長与町内
01819	すぶくれ饅頭（すぶくれまんじゅう）	長与町内
01820	ネッタクリ	長与町内
01821	カンコロ	長与町内
01822	ズーシ	長与町内
01823	紀寿し（きずし）	新上五島町奈良尾地区
01824	五島うどん	新上五島町
01825	鯨料理（くじらりょうり）	新上五島町有川地区・新魚目地区
(43) 熊本県 合計：131 件		
01826	一文字のぐるぐる（ひともじのぐるぐる、ひともじぐるぐる）	熊本全域
01827	いきなり団子（いきなりだご）	熊本全域
01828	巻柿（まきがき、まっがき）	山都町（旧矢部町） 宇城

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01829	キダゴ料理（きだこりょうり）	天草地方（上天草市、天草市、苓北町）
01830	からし蓮根	熊本市周辺
01831	赤酒	熊本市周辺
01832	朝鮮飴	熊本市周辺
01833	マルメロ	宇土市走潟町
01834	豆だご汁	宇土市
01835	にがごうりのみそ焼	宇土市
01836	擬製豆腐（ぎせいどうふ）	宇土市
01837	小袖餅	宇土市
01838	サトダゴ	荒尾市
01839	干したら	荒尾市
01840	マッズシ	荒尾市
01841	わきゃのひこづり	荒尾市
01842	あん餅雑煮	玉名市岱明町ほか
01843	高瀬飴	玉名市高瀬
01844	冷や汁	玉名市一円
01845	南関素麺（なんかんそうめん）	南関町南関地域
01846	南関あげ（なんかんあげ）	南関町南関地域
01847	南関煮しめ（なんかんにしめ）	南関町南関地域
01848	あれかけだご	
01849	的ばかいだご（御正忌だご）まとばかいだご	玉名郡長洲町
01850	つなしの丸寿司（まるずし）	玉名郡長洲町
01851	ゆべし	菊池市菊池地方
01852	とじこまめ	菊池市菊池地方
01853	あんもちダゴ汁（じる）	合志市北部
01854	赤ど漬け（あかどづけ）	阿蘇市阿蘇地域（特に一の宮町）
01855	ひこずり	阿蘇全域
01856	そば切り（しばりそば）	阿蘇市波野地域
01857	阿蘇高菜漬け（あそたかなづけ）	阿蘇全域
01858	かけあえ（かきあえ）	小国町
01859	白和え	小国町
01860	がめ煮	小国町
01861	里いものいとこ煮	小国町
01862	へこやき	小国町
01863	飯食い祭り（めしくいまつり）	高森町大字色見地区
01864	高森田楽（たかもりでんがく）	高森町
01865	鯛そうめん	山都町馬見原
01866	雪餅	八代神社（妙見宮）（八代市妙見町）を中心に八代市内
01867	豆腐の味噌漬け	八代市泉町五家荘周辺
01868	ねまりずし	八代市坂本町（球磨川沿岸）
01869	このしろ寿司	八代市の平野部
01870	盆ダゴ	八代市坂本町他
01871	ヤナギモチ	八代市坂本町
01872	ミャーダゴ	八代市泉町
01873	寒漬（かんつけ）	水俣市月浦地区
01874	塩（しお）	水俣市19区
01875	祇園さんだご（ぎおんさんだご）	水俣市丸島地区
01876	甘夏皮の砂糖煮（あまなつかわ）	芦北町田浦（旧田浦町）
01877	えびめし	芦北町計石・鶴木山・女島（沿岸地域）
01878	とり飯ととり汁	芦北町大野地域
01879	球磨焼酎	人吉市
01880	相良三十三観音巡り「食のおもてなし」	人吉市
01881	球磨川	人吉市
01882	鮎粕漬（あゆかすづけ）《鮎の保存加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01883	焼き鮎（やきあゆ）《鮎の保存加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01884	鮎のうるか《鮎の保存加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01885	鮎の甘露煮《鮎の調理加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01886	鮎寿司（あゆずし）《鮎の調理加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01887	鮎の塩焼き《鮎の調理加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01888	鮎のせごし《鮎の調理加工》	人吉市（人吉球磨地方）
01889	あぶりハエの甘露煮《ハエの調理加工》	人吉市（人吉球磨地方）

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01890	豚肉の塩漬け《豚肉の保存》	人吉市（人吉球磨地方）
01891	豚肉の味噌漬け《豚肉の保存》	人吉市（人吉球磨地方）
01892	豚肉の醤油漬け（1）《豚肉の保存・調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01893	豚肉の醤油漬け（2）《豚肉の保存・調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01894	皮くじらと筍の煮しめ《鯨の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01895	皮くじら入りだご汁《鯨の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01896	身くじらの刺身《鯨の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01897	身くじらとせんもとのぬた	人吉市（人吉球磨地方）
01898	猪の味噌漬け《猪肉の保存》	人吉市（人吉球磨地方）
01899	猪の塩焼き《猪肉の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01900	猪肉のうま煮《猪肉の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01901	しし汁《猪肉の調理》	人吉市（人吉球磨地方）
01902	梅焼酎《果実焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01903	しそ焼酎《果実焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01904	につけ焼酎《果実焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01905	すもも焼酎《果実焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01906	ぐみ焼酎《果実焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01907	マムシ焼酎《薬焼酎》	人吉市（人吉球磨地方）
01908	柚子胡椒《ゆずを使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01909	ゆべし《ゆずを使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01910	ゆずの皮の砂糖煮《ゆずを使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01911	つるし柿とおおし柿《柿を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01912	梅干し《梅を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01913	梅のエキス《梅を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01914	煮梅《梅を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01915	梅干しのたれ《梅を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01916	栗の渋皮煮《栗を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01917	かち栗《栗を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01918	かち栗の甘煮《栗を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01919	いちごんにやく《いちいがしの実を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01920	胡椒味噌《味噌を使った保存食》	人吉市（人吉球磨地方）
01921	干し味噌	人吉市（人吉球磨地方）
01922	お正月《年中行事》	人吉市（人吉球磨地方）
01923	上巳の節句（雛祭り）《年中行事》	人吉市（人吉球磨地方）
01924	端午の節句《年中行事》	人吉市（人吉球磨地方）
01925	盆《年中行事》	人吉市（人吉球磨地方）
01926	おくんち祭り「青井神社とおくんち祭り」	人吉市（人吉球磨地方）
01927	つぼん汁	人吉市（人吉球磨地方）
01928	田植えのよけまん	人吉市（人吉球磨地方）
01929	相良三十三観音巡りでの食のおもてなし「相良三十三観音巡り」	人吉市（人吉球磨地方）
01930	婚礼祝い膳	人吉市（人吉球磨地方）
01931	「一の膳」	人吉市（人吉球磨地方）
01932	「二の膳」	人吉市（人吉球磨地方）
01933	「三の膳」	人吉市（人吉球磨地方）
01934	硯蓋	人吉市（人吉球磨地方）
01935	お吸い物	人吉市（人吉球磨地方）
01936	つぼん汁（つぼんしる）	人吉市（人吉球磨地方）
01937	生酢（なます）	人吉市（人吉球磨地方）
01938	いだの味噌汁	人吉市（人吉球磨地方）
01939	ねったんぼ	人吉市（人吉球磨地方）
01940	まき	人吉市（人吉球磨地方）
01941	球磨焼酎	あさぎり町
01942	鮎魚関連（うるか・背越し：せごし 鮎ずし：あゆずし）	あさぎり町、人吉・球磨地方
01943	球磨焼酎（くまじょうちゅう）	あさぎり町、人吉・球磨地方
01944	人吉球磨地方の秋祭りの定番料理（赤飯：せきはん 煮しめ：にしめつぼん汁：つぼんしる）	あさぎり町、人吉・球磨地方
01945	あくまき	あさぎり町、人吉・球磨地方

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
01946	味噌食品関連(干しみそ：ほしみそ 豆腐のみそ漬け：とうふのみそづけ)	あさぎり町須恵字平山地区、人吉・球磨地方
01947	このしろの姿寿司(すがたずし)	上天草市全域
01948	ぶえん寿司	上天草市松島町、姫戸町
01949	からいもち	上天草市松島町、姫戸町
01950	がね揚げ	上天草市全域
01951	ぶたあえ	上天草市全域
01952	つき揚げ	天草市全域
01953	こっばもち	天草市全域
01954	つわのきんぴら	天草市全域
01955	がらかぶの味噌汁	天草市全域
01956	あおさのつくだ煮	天草市全域
(44) 大分県 合計：45 件		
01957	がん汁(がんじる)	宇佐市駅館川流域
01958	みとりおこわ	宇佐市大字長洲
01959	かちえびちらし寿司	宇佐市大字長洲
01960	黄飯(おうはん)	臼杵市
01961	きらすめし	臼杵市
01962	茶台寿司	臼杵市
01963	蟹豆腐・蟹汁(かにどうふ・かにじる)	旧杵築市域
01964	つつき味噌・魚味噌(つつきみそ・さかなみそ)	杵築市納屋・守江
01965	うれしの	杵築市
01966	オランダ	杵築市全域
01967	コショウモチ	国東市(岩戸寺・成仏寺)
01968	ぶえん汁	佐伯市(海岸部)
01969	つつき	佐伯市
01970	鯨の丸寿司	佐伯市(米水津)
01971	あつめし	佐伯市(蒲江)
01972	ごまだし	佐伯市
01973	松岡ずし(まつおかずし)	大分市松岡地区
01974	だんご汁	大分市全域
01975	ほうちょう	大分市戸次本町地区
01976	志きし餅(しきしもち)	大分市八幡地区
01977	コネリ	大分市全域
01978	頭料理(あたまりょうり)	竹田市
01979	いぎす	中津市大字角木・蛸瀬などの豊前灘沿岸地域
01980	物相寿司(もっそうずし)	中津市三光付近
01981	あおごしょう・あかごしょう	中津市本耶馬溪町
01982	ぬか味噌煮(ぬかみそに)・ぬかだき	中津市の沿岸地域
01983	うるか	中津市耶馬溪町・本耶馬溪町
01984	めくらなべ	中津市本耶馬溪町
01985	津久見ひゅうが井(つくみひゅうがどん)	津久見市保戸島
01986	ひじき飯(ひじきめし)	津久見市保戸島
01987	かずまき	津久見市保戸島
01988	いもきり	津久見市四浦等
01989	たらおさ	日田市内全域
01990	鮎のうるか	日田市内全域
01991	もみじ(鳥の足)	日田市内全域
01992	カンコロ料理(イモキリ、カンコロ餅、等)	姫島村全域
01993	地獄蒸し	別府市鉄輪地区
01994	いもきり	豊後高田市香々地地区
01995	いり大根	豊後高田市西高地域
01996	酒まんじゅう(さけまんじゅう)	豊後大野市大野川流域 現 豊後大野市・竹田市(旧大野郡・直入郡)
01997	やっこめ	豊後大野市緒方町上畑ほか旧大野郡一体
01998	ゆでもち	大野川流域 現 豊後大野市・竹田市(旧大野郡・直入郡)
01999	じりやき	大野川流域 現 豊後大野市・竹田市(旧大野郡・直入郡)
02000	アユうるか	大野川中流域 現 豊後大野市犬飼町、三重町
02001	やせうま	由布市挾間町古野地区

No	呼称()〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
(45) 宮崎県 合計：47 件		
02002	ういろう	宮崎市青島
02003	石焼き(川魚料理): いしやき	宮崎市田野町
02004	角まき: つのまき	宮崎市田野町
02005	エビずし(伊勢エビの炊き込みご飯)	日南市大字宮浦
02006	カツオ飯	日南市南郷町
02007	かにまき汁	日南市北郷町
02008	ムカデノリ味噌漬	日南市大字宮浦
02009	ツワブキの油いため	日南地方
02010	つきいれ	日向市美々津町立縫区
02011	こなます	日向市大字細島
02012	ミナの味噌漬け	串間市内沿岸部
02013	すったくり	串間市内全域
02014	イモ団子	串間市内全域
02015	かまぼこ	串間市今町
02016	神楽そば	高原町挾野地区
02017	あぶらめの踊り食い	高原町(広原地区)
02018	せりのよごし	高原町
02019	煮しめ	高原町西諸県地区
02020	からいもがね	高原町西諸県地区
02021	千切り大根	新富町全域
02022	レンコン収穫	新富町大字日置(湖水ヶ池)
02023	レンコン料理	新富町大字日置
02024	とり飯	新富町大字新田が中心
02025	歳とり膳(としとりぜん)	門川町、門川の漁港周辺
02026	鯖姿寿し、魚寿司(さばすがたずし、さかなずし)	門川町全域
02027	がん豆腐、がん汁(がんどうふ、がんじる)	門川町、西門川地域
02028	いもの粉うどん(いものこうどん)	門川町、庵川地域
02029	魚はん汁(ぎょはんじる)	門川町、門川全域
02030	むっけ、麦ずーしい(麦がゆ)	椎葉村大字不土野字尾前
02031	稗ずーしい(稗がゆ)	椎葉村大字不土野字尾向
02032	くさぎなめし	椎葉村大字下福良
02033	カシの実こんにゃく	椎葉村大字下福良
02034	菜豆腐	椎葉村内各地
02035	蹴転(けーころ) = つちぐり幼菌	高千穂町五ヶ所
02036	カワノリ	高千穂町向山秋元
02037	スズメバチ	高千穂町内各所
02038	釜入り茶	高千穂地方(高千穂町、五ヶ瀬町、日之影町など)
02039	だご汁	高千穂地方(高千穂町、五ヶ瀬町、日之影町など)
02040	ハチの子素麺	日之影町九州山間部
02041	いこもち	小林市全域
02042	ねったば(ねったくり)	小林市全域
02043	ゆべし	小林市全域
02044	がね	小林市全域
02045	ガネ	都城市全域
02046	ネッタボ	都城市全域
02047	チマキ	都城市全域
02048	酒ずし	都城市全域
(46) 鹿児島県 合計：57 件		
02049	ウンニーマイ	与論町内全域
02050	めんざん	垂水市本城、新城
02051	ロッペ餅	垂水市協和地区
02052	栗善哉(あわんぜんざい)	垂水全域
02053	竹皮団子(たけんかわだご)	垂水全域
02054	巻きかん(ポート餅)	垂水市中央地区
02055	あおし柿	さつま町紫尾
02056	みそびら	さつま町柵野
02057	ミキ	奄美市、奄美大島各地
02058	ナリガイ(ガユ)・シンガイ(ガユ)	奄美市、奄美群島各地

No	呼称（ ）〔 〕よみがな、別名など	伝承地域または産地
02059	ナリ味噌	奄美市、奄美群島各地
02060	ウワンフネィ（豚の骨）ヤセ（野菜）	奄美市、奄美群島各地
02061	フツィムチ（ヨモギ餅）	奄美市、奄美群島各地
02062	三献（さんごん）	奄美市
02063	ヒキヤゲ	奄美市
02064	ブタミシ（豚飯）	奄美市
02065	フヤフヤ汁（モクズガニのフヤフヤ）	奄美市
02066	油ぞうめん	奄美市
02067	つくじ飯	屋久島町内
02068	ケンチャン	屋久島町内
02069	かからん団子（鼻高団子・しんこ団子・彼岸団子などの呼称あり）	屋久島町内
02070	つのまき	屋久島町内
02071	いもこんにやく	志布志市
02072	せんさら	志布志市
02073	ピーナツどうふ	志布志市
02074	ゆべし	志布志市
02075	田芋の焼きもち	十島村中之島
02076	落花生だんご	十島村宝島
02077	ツワブキのきんぴら	十島村中之島
02078	かつおの生節	十島村中之島
02079	島きゅうりの味噌和え	十島村中之島
02080	ハ・ヤマン（赤山芋）のご飯	大和村
02081	こさん竹の煮物（含煮）	大和村
02082	スモモのドライフル・ツ	大和村
02083	ソマンズシ・ドロズシ	南九州市知覧・川辺
02084	ゲンダ・ゲンノズ（サバのすき煮）	南九州市知覧及び顚娃の海岸部
02085	ウズマキダンゴ	南九州市知覧南部
02086	カカランダゴ	南九州市知覧
02087	カライモアメ・アメンドロ	南九州市知覧・顚娃
02088	げたんは	霧島市横川町発祥
02089	福羹（ふっかん）	霧島市隼人町浜ノ市
02090	角まんじゅう（かくまんじゅう）	霧島市国分
02091	からいもせん	種子島全域、南種子町
02092	ニガタケ料理	種子島全域、南種子町
02093	赤米	南種子町荃永、宝満神社
02094	鴨の料理	南種子町荃永、宝満池
02095	ナンカンジョセ	龍郷町、その他の地域で継承されているかは不明。
02096	ナリムチ	龍郷町、その他の地域で継承されているかは不明。
02097	ヒキヤゲ	龍郷町、その他の地域で継承されているかは不明。
02098	カシャモチ	奄美大島全土（龍郷町）
02099	アクマキ	龍郷町、その他の地域で継承されているかは不明。
02100	コガヤキ	いちき串木野市羽島地区
02101	フッカン・豆んカン	いちき串木野市羽島地区
02102	ガールドンのダゴ	いちき串木野市市口を例に
02103	マシュ（塩）	瀬戸内町加計呂麻島（徳浜・嘉入）
02104	キビ酢	瀬戸内町加計呂麻島
02105	アロールート餅	瀬戸内町加計呂麻島（諸数）

（４７）沖縄県 合計：２１件

02106	正月の豚肉料理（しょうがつのぶたにくりょうり 特に正式名称はなし）	沖縄全域
02107	琉球王朝料理（りゅうきゅうおうちょうりょうり 特に正式名称はなし）	首里（那覇市内）
02108	琉球菓子 橘餅冬瓜漬（きっぱん とうがづけ）	那覇市
02109	琉球菓子 ちんすこう	沖縄全域
02110	沖縄そば（おきなわそば）	沖縄全域
02111	東道盆（トウンダーブン）	那覇市
02112	ちんすこう	那覇市
02113	きっぱん・冬瓜漬	那覇市
02114	ぶくぶく茶	那覇市

名称、伝承地域等の表記は、原本通りとした

[illegible]

食材事例



【群馬県】おきりこみ



【栃木県】シモツカレ



【福岡県】だぶ(らぶ)



【神奈川県】けんちん汁



【奈良県】ゆうべし



【石川県】治部煮

あとがき

本調査報告は「平成 28 年度伝統的生活文化実態調査事業」により作成した調査報告書である。限られた時間のなかでの実態調査事業であったにもかかわらず、各都道府県、市町村の担当者及び調査させていただいた方々には多大な御協力をいただいた。この場を借りてお礼申し上げる次第である。

本報告書作成業務は、TEM 研究所に委託して行ったものである。

調査、写真撮影、執筆、作図業務

(TEM 研究所) 真島 俊一 (総括)

宮坂 卓也

真島 麗子

紺野 重孝

文化庁文化財部伝統文化課文化財保護調整室

平成 2 8 年度 伝統的生活文化実態調査事業報告書

平成 29 年 (2017) 3 月 30 日発行

発 行 文化庁文化財部伝統文化課
〒 100-8959
東京都千代田区霞ヶ関 3-2-2

調査・作成 株式会社 T E M 研究所
〒 191-0024
東京都日野市万願寺 5-7-2
042-587-7800
[http : //www.tem-jp.net](http://www.tem-jp.net)
Email : tem@md.point.ne.jp