

岩手県久慈市山形町の郷土料理「まめぶ」

- ◆ 「まめぶ」は、クルミや黒砂糖を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（シイタケ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ岩手県久慈市（旧山形村）の郷土料理

「まめぶ」は、岩手県久慈市山形町(旧山形村)の郷土料理であり、昆布と煮干しでとった出汁に、醤油で味を調べ、クルミや黒砂糖（集落や家庭によっては、黒砂糖を入れない）を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（シイタケ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ具だくさんの料理である。好みで、かたくり粉を水で溶かし、汁にとろみをつける。



使用される材料は、地域の畑や山で採れたもの（ごぼうやにんじん、しめじ（シイタケ）、クルミ）や、地域で作ったもの（焼き豆腐）など、身近で手に入る地元の食材であり、栄養的にも焼き豆腐のたん白質や、各種混合の野菜に含まれるビタミン類が多いなどバランスがとれており、晴れ食・行事食として食べられたことは、日頃の栄養の偏りを是正する先人の「生活の知恵」であった。

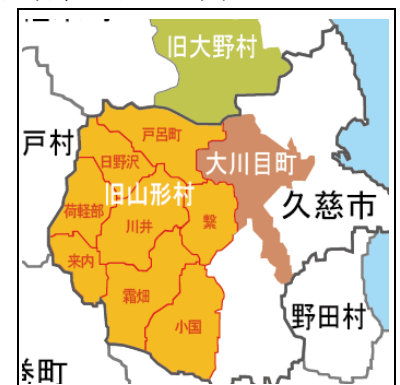


- ◆ 「まめぶ」が伝承されている地域は一部に限定

「まめぶ」が伝承されている地域は、久慈市山形町（旧山形村）以外では、「まめぶ」に似た「つぼっこ」と言われる料理がある近隣の一部地域（久慈市大川目町、洋野町大野地区（旧大野村））だけであり、ここまで伝承範囲が限られた郷土料理は珍しい。

- ◆ 「まめぶ」は、集落ごとに、団子の形や具材、味付けが異なる

久慈市山形町には8つの集落（川井、霜畑、小国、繫、戸呂町、日野沢、荷軽部、来内）があるが、「まめぶ」の団子が小麦粉で作られ、中にクルミが入るといった点において共通しているものの、団子の形（丸や楕円形）や具材の種類、味付けなどは、8集落ごとに異なっているなど、多様性、独自性に富み、各集落の人々が、「まめぶ」に対して、それぞれ愛着やこだわりを持ち、様々な思い・願いを込めていることがわかる。



- ◆ 「まめぶ」は、厳しい自然・社会環境の中で、地域の人々が工夫して生み出した

「まめぶ」が伝わる久慈市山形町は、「県北」に位置し、平地の少ない中山間地であり、雑穀の稗や粟、蕎麦、大豆、小麦などの畑作が中心となる地域であるため、これら雑穀等の食材を活かした「粉食文化」が根付いている。

また、初夏から夏にかけて沿岸地域に吹く「ヤマセ」と呼ばれる北東風の影響も受けることにより、有史以来、たびたび凶作に見舞われ、常に飢渴（きかつ）、いわゆる「ケガズ」の不安を抱えてきた歴史がある。

さらに、南部藩（八戸藩）からは、年貢の取立てに加え、飢饉対策として「儉約令」、「ぜいたく禁止令」が幾度となく発せられており、そのような状況を背景として、『江戸時代に、「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」というご法度が出され、晴れ食に麺類を作ることができなくなり、その代わりに、小麦をだんご状にして食べたのがはじまり』という「まめぶ」の一つの由來説が伝えられている。

このような厳しい自然環境・社会環境、食料事情の中で、日常は食することのできない料理をいただくことのできる、年とりや正月、結婚などの行事にふさわしい料理として、旧山形村の人々は、地元で手に入る食料をうまく工夫して「まめぶ」を生み出したものと考えられる。

また、「まめぶ」が生まれた時期は、江戸時代を背景とした言い伝えがあること、明治の初期・中期頃の

「晴れ食」を伝える資料の中に「まめぶ」が紹介されていることなどから、「まめぶ」の誕生・定着は、少なくとも、明治以前の江戸時代までさかのぼることができると考えられる。

◆ 「まめぶ」は、年とり、正月、結婚や仏事などの大切な日の特別な料理

「まめぶ」は、昔から、「行事食」や「晴れ食」として、年末の煤掃き、年とり、正月、結婚式などのお祝いの時や仏事など、一年を通じて、大切な節目に、地域や家庭の中で食されてきている。

特に、年末（12月25日頃）に、「煤払き（大掃除）」を行い、清々しい気持ちで新年を迎える準備をしたあとに食べたのが「まめぶ」であった。

「まめぶ」作りは、家族ぐるみで、「1年を無事に過ごせたことへの感謝と、新しい年も良い年であるように」との願いを込め、家族が手分けをし、力を合わせて作る。「まめぶ」の由来・語源の一つにある『忠実忠実（まめまめ）しく、健康で達者に暮らせるようにとの願いが込められている』という説は、家族の平穏を願った料理であることを物語っている。



年とりのお膳（明治初期前後）



「まめぶ」は現在、漆器や焼物の器で食べているが、昔は、「行事食・晴れ食」として「お膳」で食べる際には「つぼ」（蓋付きのお椀で、本膳料理に使う小さくて深い器）に盛り付けられた。

最近では、身近な家庭料理として食べられており、行事の際には、「まめぶ」を提供する飲食店や出店もあり、久慈市内で手軽に「まめぶ」を味わうことができる。

◆ 「まめぶ」は、地域の宝として、地域の振興・活性化に貢献

「まめぶ」は、久慈市山形町以外では、ほとんど知られていない存在であったが、平成8（1996）年には、「岩手ならではの食文化」として、県の「食の匠」に認定され、また、平成22（2010）年には、「まめぶ」を通して地域活性化を目指すまちおこし団体「久慈まめぶ部屋」の結成などにより、「まめぶ」の伝承活動、宣伝・普及活動が活発に展開されてきた。

さらに、平成25（2013）年4月、久慈市を主な舞台としたNHK連続テレビ小説「あまちゃん」に「まめぶ」が登場し、全国的に有名になったことを背景・強みとして「まめぶ」を通じた地域活性化の取り組みが進められ、全国の「粉食文化」の中でオンリーワンとも言えるコナモンとして、久慈市・県北地域の代表的な観光資源に定着し、久慈市の魅力増進・情報発信にも貢献する「地域の宝」になっている。

◆ 「まめぶ」を地域全体で、未来に向けた保存・継承活動を継続・発展

本事業を契機として、新たな「まめぶ」の保存・継承の取り組みが動き出しており、地元の小中学校の児童・生徒を対象とした『まめぶ未来継承講座』や、地域の担い手を対象とした『まめぶ継承講座』、また、地域の住民など多くの方々に「まめぶ」の魅力や、歴史、文化的価値などを広く知ってもらうための『山形歴史街道「まめぶ」講座』や『「まめぶ」展2022&「まめぶ」食フェスタ2022』を開催した。

さらに、地域の宝「まめぶ」を広く知ってもらい、次の世代にも引き継いでいくために、クオリティの高い動画「まめぶ」を作成した。

このような保存・継承活動を久慈市山形町の郷土食全体に広げ、組織的・継続的に展開していくために、山形町内の郷土食伝承団体や個人、行政機関などで構成する「山形町郷土食保存継承の会」が、令和4年3月8日に発足した。

今後は、「山形町郷土食保存継承の会」を中心に、各種講座や企画展などを開催し、連携を強めながら、「地域の宝」である「食文化」を守り、継承していくことで、地域の文化振興と地域活性化に取り組んでいく。