令和6年度「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業

奈良の食文化（大和の保存食）情報調査・発信事業

調査報告書

令和7年3月

奈良県

はじめに

奈良県は、紀伊半島の中央に位置し、近畿の屋根といわれる山岳地帯を南部にもつ内陸県です。北部は奈良盆地を中心とした平坦地で、水稲をはじめ様々な作物が栽培されています。一方南部はほとんどを山林が占め、林業や果樹の生産がさかんな地域です。

こうした地域環境の中で、県内各地域で多様な郷土食や保存食が生まれ、受け継がれてきました。郷土食や保存食は、それぞれの地域の風土と、先人の知恵や工夫などがあわさることで生まれたものが多く、改めてそれらの魅力について情報をまとめ、後世に伝えていくことが重要です。

本県では、令和3年に「奈良県豊かな食と農の振興に関する条例」を制定し、「食の提供の充実」、「食を通した子どもの健全育成」、「健康的な食生活の実現」、そして「食を楽しむ機会の拡大」という4つの施策を進めております。

令和5年度は、地域の食文化の継承・創造・発信をすすめるため、文化庁の「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業を活用し、奈良を代表する保存食「奈良漬」「吉野本葛」「柿の葉寿司」の3つに焦点を当て、これらの歴史・製造方法・地域への拡がりなどについて調査をいたしました。

令和6年度には、昨年度の調査結果をさらに広く、かつ深く掘り下げ、「奈良漬」や「柿の葉寿司」が県内の家庭においても作られてきたのか、「吉野本葛」については原材料となる葛根の収穫技術などについても伝承すべく記録を残しました。

本報告書は令和6年度の調査結果をまとめたものですが、令和5年度の報告書と併せてご覧いただき、「奈良漬」「吉野本葛」「柿の葉寿司」の持つ歴史や魅力、そして奈良の食文化の豊かさや奥深さを知っていただければ幸いです。

結びに、2年間にわたる本事業の実施にあたり、ご指導やご助言をいただいた有識者の皆様、調査や発信にあたりご協力いただいた製造事業者の皆様、ご助言をいただいた文化庁の皆様に厚く御礼申し上げます。

令和7年3月

奈良県豊かな食と農の振興課長
吉田　和嗣

目次

Ⅰ　奈良漬

１．奈良の奈良漬　…… 1
２．地域の人々と奈良漬　…… 6
３．奈良漬の広がり　…… 13

Ⅱ　吉野本葛

１．奈良の葛　…… 17
２．原料の確保と継承　…… 27

Ⅲ　柿の葉寿司

１．奈良と柿の葉寿司　…… 31
２．地域の人々と柿の葉寿司　…… 36
３．柿の葉寿司の広がり　…… 44

例　言

１．本書は、令和６年度文化庁文化芸術振興費補助金「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業の交付を受け実施した「奈良の食文化情報調査・発信事業」の調査報告書である。
２．本事業の事務局は、奈良県食農部豊かな食と農の振興課が担当した。
３．調査及び報告書・食文化ストーリーの作成等の業務を株式会社シィー・ディー・アイへの委託により実施した。
４．本事業の実施に当たり、令和６年度「奈良の食文化情報調査・発信事業」有識者検討会委員からの指導・助言を受けた。
５．本調査の実施にあたっては、文化庁参事官（食文化担当）の指導・助言をいただいた。

有識者委員氏名（敬称略）

委員長　的場 輝佳（奈良女子大学名誉教授、奈良の食文化研究会理事）
委員　　浦西 勉　（元龍谷大学文学部教授、奈良県文化財保護審議会委員）
委員　　寺岡 伸悟（奈良女子大学教授、同学大和・紀伊半島学研究所長）
委員　　森田 育浩（奈良新聞社企画部長）
委員　　吉田 和嗣（奈良県食農部次長、豊かな食と農の振興課長）

Ⅰ　奈良漬

1. 奈良の奈良漬

(1)日本農林規格における奈良漬の定義

日本農林規格とは、農林水産大臣が定める農林物資の品質や成分、生産方法などの基準のことである。

この中の農産物漬物において「なら漬け」は「農産物かす漬け類のうち、酒かす等を用いて漬け替えることにより、塩抜き又は調味したものを、仕上げかす（最終の漬けに用いる酒かす等をいう以下同じ。）に漬けたものをいう。」とされている。

ここでいう農産物の種類には特に指定がなく、しろうり、きゅうり、すいか、しょうがなど多種多様な奈良漬が製造されている。

【さまざまな野菜の奈良漬（森奈良漬店）】

(2)文献等からみる奈良漬の歴史

■奈良漬の原型

奈良漬に関連する最古の文献記録は、平城京出土の木簡である。平城京の長屋王邸跡で見つかったもので「進物　加須津毛瓜　醤津毛瓜　醤津名我加須津韓奈須比　右種四物　九月十九日」と書かれており、粕漬けの毛瓜（とうがん）と奈須比（なす）が登場している。現代の税にあたる租庸調の調として、このような粕漬が奈良の都に運ばれた。

しかしここにいう「加須津毛」は、現在の奈良漬とはちがうもののようである。粕は古代酒の粕で、どぶろくのような古代酒の上澄みの底にたまる部分に野菜を漬けたものといわれている。この漬物は貴族などの上流階級が口にしたもので、高級食品であったと考えられる。

酒そのものが高級品であって、その醸造は国が管理していた。したがって酒粕もまた貴重品であった。万葉歌人の山上憶良なども、酒粕を湯で薄めて飲んでいたようである。

（資料：「木簡庫」奈良文化財研究所）

■奈良の酒造りと奈良漬の関係

都が奈良から京都などに移り、酒造の国家機関「造酒司（みきのつかさ）」も移った。民間の酒造りは禁じられていたが、奈良では引き続き酒造りが寺院で行われ、酒造の技術はそこで保持された。そして酒造方法・技術が改良され、どぶろくタイプから現代の透明な清酒タイプの酒へと変化した。僧房酒と呼ばれる酒がそれである。このことから奈良が清酒発祥の地ともされる。

さらに奈良の僧房酒造りから、麹米・掛米ともに精白米を用いる諸白仕込みの「南都諸白」が生まれ、現代の清酒造りへとつながっていく。そして酒造りの副産物として生まれた酒粕を使いはじめたことで、粕漬も現代のような奈良漬へと変化していったものと考えられる。

■奈良漬の全国的な普及

酒造りが盛んになった室町時代以降、それと並行するようにわが国では「奈良漬」がいろいろな文献に登場するようになる。

①『山科家礼記』（明応元年(1492 年)11 月 3 日条）

宇治の土産として「ミヤゲ、ナラツケオケ一、マススシ一桶、御コワ一器」と記してある。宇治からの土産をナラツケと称していて、奈良産でなくても酒の粕漬をナラツケと呼んでいたことがわかる。

②『言継卿記』（1557 年）

「奈良漬香の物」の記載がある。香の物は漬物のこと。

③『北野社家日記』（1590 年）
④『神屋宗湛献立日記』（1597 年）　} 奈良漬の記載がある。

⑤『日葡辞書』（1603 年）

「奈良漬は奈良の漬物の一種であり、香の物の代わりに使う」と記されている。

⑥『本朝食鑑』（1697 年刊）

「香の物には数種あり、糟漬、甘醴（あまざけ）漬、味噌漬、糠漬、乾し瓜等なり、糟漬は家々これを競造る。ただ和の奈良漬、攝の豊田、森口をもって上と為す。故に他の造るもまた奈良漬と称す。」と記され、続いて細かい漬け方が記されている。

⑦『守貞謾稿』（1837 年起稿）

「何国に漬けたるをも粕漬とも奈良漬とも云也」と記載がある。

⑧『漬物塩嘉言』（1836 年）

奈良漬の漬け方が詳しく記載されている。

上記のような文献から、1600 年前後に「奈良漬」という名が広く使われはじめ、いまのような奈良漬ができ、徐々に広く食べられるようになっていった。1697 年刊の『本朝食鑑』の時代には、庶民にも広く奈良漬が知られるようになり、江戸後期には庶民に対して奈良漬の漬け方を教えるレシピ本まで出版されるようになったということがわかる。

■奈良の人々へのひろがり

奈良漬は、奈良が発祥の地（あるいは揺籃の地）と考えられることと、奈良の酒造りの文化・歴史と結びつき、「酒粕漬＝奈良漬」と連想されて、奈良漬という名称が全国に広まり定着していったと考えられる。

江戸時代初期の『醒睡笑』には「瓜の糠（かす）づけを、奈良づけという事は、かすが（糠が＝春日）のあればよいといふえん（縁）なり」という一種のシャレがあり、江戸時代後期の『守貞漫稿』には「何國ニ漬タルヲモ、粕漬トモ、奈良漬トモ云也、古ハ奈良ヲ製酒の第一トスル故也」などとあり、粕漬→奈良→奈良漬という連想が定着してきている。

またこの頃から、奈良でも奈良漬が広く庶民に行き渡り、奈良漬の製造に携わる者が出てきている。現在の奈良の奈良漬製造事業者の創業時期をみると、早いものでは江戸後期創業の事業者もある。これらの中には、造り酒屋からの転業者もあるが、その場合酒屋としての創業はそれよりも早い。

上記は製造事業者の歴史であるが、一般の家庭でも奈良漬を漬けていたのであろうか。

家庭で奈良漬を漬けるようになったのは、『漬物塩嘉言』(1836 年)のような文献からみて、早ければ江戸末期、本格的に広がったのは明治以降ではないかと考えられる。県内各地に小規模な造り酒屋ができ、酒粕を近隣の人々に販売するようになったことで、はじめて家庭・地域での奈良漬づくりが可能になる。造り酒屋とその周辺地域での奈良漬づくりは密接な関係があり、それは造り酒屋が減少し始めるここ 20 年くらい前までは続いていたと考えられる。川上村や當麻町で、そうした記録などが残っている。

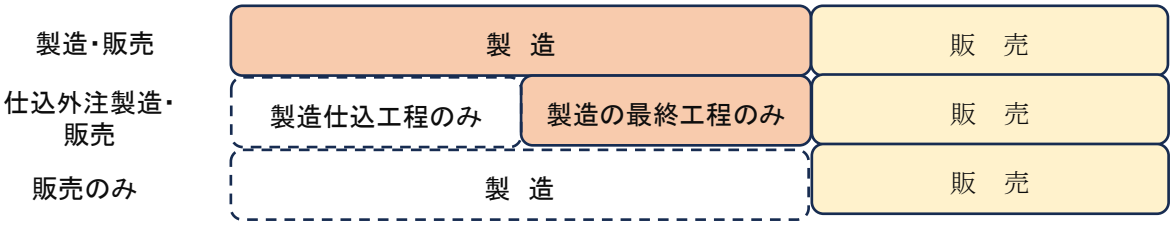
(3)現在の各地の奈良漬

■奈良漬の製造事業者

奈良県の主な奈良漬製造事業者は約 30 事業者である（令和 5 年度調査より）。この中には自社で製造販売をしている事業者と販売が主の事業者とがある。さらに自社製造の場合でも、工程の最初の段階から製造する事業者と、最後の仕上げ漬けだけを行う事業者もあり、事業形態は多様である。中でも、漬け込み用の野菜を仕入れ、塩漬け（下漬）を行い、粕床に長期間漬け込み、販売する事業者は 5 社程度と考えられる。

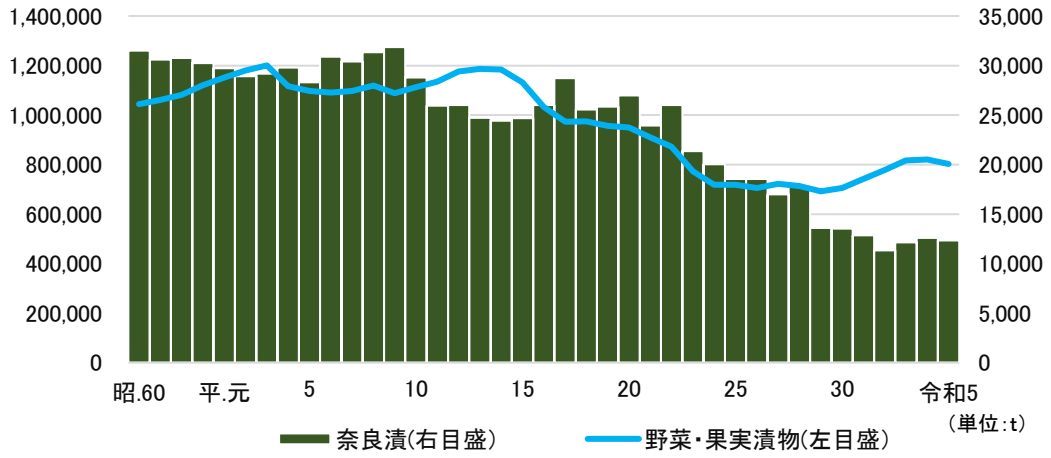
このように奈良の奈良漬産業は、歴史・文化的な背景から、製造から販売まで多様な形態の事業者があることが 1 つの特徴であるといえる。

【多様な奈良の奈良漬事業者】



なお、下記のグラフから、野菜の漬物の生産額は、全国的にみて大きくは減少傾向にあり、ここ 10 年ほどは横ばい傾向である。そのうちの奈良漬の生産量は、ここ 20 年間で半減していることがわかる。

【野菜の漬物と奈良漬の生産量の推移(全国)】



出典: 食品産業動態調査(農林水産省)

■県外の「奈良漬」

①県外における製造状況

全日本漬物協同組合連合会の運営する漬物ポータルサイトに掲載されている「全国の特産物案内」によると、都道府県単位で奈良県外の奈良漬の生産量(または出荷額)が多い産地あるいは奈良漬の知名度が高い産地は下表のとおりである。

産地	名称	概要
茨城県	奈良漬	茨城県は全国有数の漬物原料生産県(令和 4 年の漬物製造出荷額が全国第 10 位(115 億円))で、主要品目の一つに奈良漬が挙げられている。
埼玉県	奈良漬	昭和初期より漬物業が盛んな埼玉県(令和 4 年の漬物製造出荷額が全国第 4 位(212 億円))。主要品目の一つに「奈良漬」が挙げられている。
愛知県	守口漬	尾張、三河地方等の豊富な原料野菜産地があり、また首都圏や近畿圏に次ぐ大消費地圏としての市場性から「漬物王国・愛知」(令和 4 年の漬物製造出荷額が全国第 5 位(184 億円))といわれる。特産品の一つに守口大根を粕漬にした守口漬がある。
大阪府	奈良漬	大阪府の令和 4 年漬物製造出荷額は 111 億円で全国第 11 位。特産品の一つにウリ、キュウリ、小スイカを粕漬にした奈良漬が挙げられている。
兵庫県	甲南漬	兵庫県の令和 4 年漬物製造出荷額は 62 億円で全国第 17 位だが、日本酒の製造量(アルコール分 20 度換算)は兵庫県が全国第 1 位。兵庫県の特産品として、ウリ、スイカ、キュウリ、守口大根などを粕漬にした奈良漬が挙げられている。神戸市内の本みりん製造会社が奈良漬を「甲南漬」として商標登録している。

出典: 漬物ポータルサイト(https://www.tsukemono-japan.org/ 2024 年 12 月時点)
令和 4 年漬物製造出荷額(経済構造実態調査(経済産業省))、
清酒の製造状況等については令和 4 酒造年度分(国税庁)

②「守口漬」および「甲南漬」の特色と製造工程

守口漬は、愛知県の伝統野菜である細長い守口大根が素材であるという特徴がある。また甲南漬は、酒どころ灘の酒粕を扱い、その後みりんの製造販売を始めた会社が、酒粕やみりん粕などを使用して製造した奈良漬を「甲南漬」として商標登録したものである。

守口漬、甲南漬ともに原料に酒粕やみりん粕を用いて何度も漬けかえ、完成までに1年以上かかるという奈良漬の伝統的な製造方法と同様の方法でつくられている。

	守口漬	甲南漬
産地	愛知県・岐阜県	兵庫県神戸市
特色	愛知県扶桑町及び岐阜県岐阜市のみで生産される細長い守口大根（美濃干大根）を酒粕で何度も漬けかえ繊維質を柔らかくし、最後にみりん粕で味を調え仕上げる。大根の塩漬けから完成まで2年余りかかる。	灘五郷（西郷、御影郷、魚崎郷、西宮郷、今津郷の5つの地域からなる日本を代表する酒どころ）の酒粕や自社製造のみりん、みりん粕を使用する。原料の野菜は各産地の契約農場から調達し、1年以上かけて漬け込む。
沿革	・名古屋では江戸時代末期頃に、一部の料理屋でウリや大根を粕漬にして客に提供していたという記録がある。 ・明治15年（1882年）、名古屋の漬物店主が「守口大根味醂粕漬」として売り出し、その後「守口漬」と呼ばれるようになった。現在の守口漬は、この漬物店主が考案した手法が基本となっている。 ・戦前（1945年）までは美濃干大根の産地である岐阜県で多く製造されていた。	・明治3年（1870年）創業、明治29年（1896年）に、焼酎を原料とする本みりんの製造販売を開始。 ・明治37年（1904年）に、酒粕、本みりん、みりん粕を使用した奈良漬の製造販売を開始。 ・昭和3年（1928年）に「甲南漬」と命名し、商標登録。
製造工程	①守口大根を塩漬けにする。 ②塩または塩に酒粕を加えたもので守口大根を漬けかえる。 ③1回目～5回の味付け 塩漬けが終った守口大根を酒粕で何度も漬け込む。 ④仕上漬として、酒粕にみりん粕を加えたものに漬け、味を調える。	①塩漬工程（3～6ヶ月） ②下漬工程（約3ヶ月）中漬に使用した酒粕に漬けかえる。 ③中漬工程（約3ヶ月）上漬に使用した酒粕に漬け込む。 ④上漬工程（約3ヶ月）踏込粕とみりんを混ぜた新しい粕に漬け込む。 ⑤本漬工程（約1ヶ月以上） 本漬粕に漬け、本みりんをたっぷりかける。

出典:愛知県漬物協会ウェブイト「守口大根と守口漬」（http://www.tsukemono.sakura.ne.jp/moriguchi.html　2024年12月閲覧）　高嶋酒類食品株式会社ウェブサイト（https://www.konanzuke.co.jp/　2024年12月閲覧）

2. 地域の人々と奈良漬

(1)県内地域での奈良漬づくり

家庭での奈良漬づくりについては、奈良漬の作り方が 1980 年代に発行された東吉野村及び川上村に伝わる料理をまとめた冊子[1]に記載されている。作り方は、塩漬けしたシロウリやキュウリなどを、砂糖類や焼酎などで調味した酒粕に漬けるというもので、昭和の頃までは、家庭でもよく奈良漬が漬けられていたと推察できる。

現在でも多くはないが奈良漬を漬けている家庭もあり、また地域の農産加工グループや個人で奈良漬を漬け、直売所などで販売している事例がある。

■家庭で漬ける奈良漬（広陵町）

広陵町在住の 84 歳の女性は、スーパーで酒粕を購入し自家消費用に奈良漬を漬けている。以前は近所の酒蔵から夏の土用の頃に販売される奈良漬用の酒粕を購入して漬けていた。

奈良漬用の酒粕というのは、清酒を絞ったあとの酒粕（板粕）を練って柔らかくし、熟成させ夏場に販売する「練り粕（踏込粕）」のことである。練り粕は柔らかく野菜が漬けやすくなっている。この練り粕を焼酎やザラメなどで調味する。漬け込む野菜は、奈良漬用に栽培されている「大和三尺きゅうり」で、塩漬けし土用干ししたのちに、調味した酒粕に漬ける。1 年後、新しく購入し調味した酒粕で漬けなおす。これを 3 回ほど繰り返す。 4 年目の奈良漬が好みの味に仕上がるという。

このように、家庭でも時間をかけて奈良漬が漬けられてきたことがわかる。

■自家栽培のウリで奈良漬づくり（天理市）

天理市在住の岡本弘子さんは、自身の農園で育てた野菜や果物を加工し、漬物やジャムなどの加工食品を製造している。

奈良漬の製造を始めたのは平成 25 年（2013 年）からである。それまでお姑さんが奈良漬などの漬物やジャムなどさまざまな農産加工品を作っていたが、お姑さんが亡くなり、いろいろな材料も残っていたのでもったいないと思い岡本さんも加工品を作るようになった。

加工食品を作るための資格を取得し、また自宅の敷地に加工場をつくり、奈良漬をはじめとする各種加工品の製造販売を手掛けるようになった。奈良漬のほかに、梅干や紅ショウガ、らっきょう漬、イチゴやイチジク、トマトなどのジャム等を製造している。

▲岡本弘子さんの加工場には漬け込んでいる奈良漬が並ぶ。

岡本さんの奈良漬はお姑さんの作り方をもとにしている。漬け込む材料は、農園で種から育てたシロウリと、岡本さんが所属する天理

[1] 「ふるさとの味 東吉野」（東吉野村教育委員会）昭和 59 年、「ふる里の味を訪ねて―奈良県吉野郡川上村から―」（川上村教育委員会）平成元年

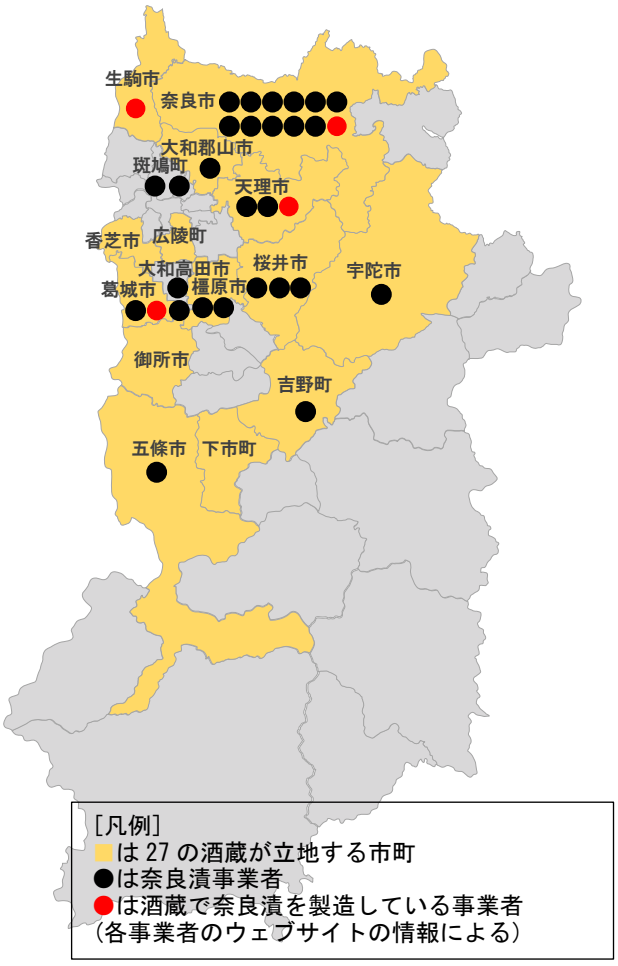
市生活改善グループの方が栽培したキュウリである。酒粕は近くの酒蔵から３月頃に仕入れ、焼酎をふって７月まで寝かせる。その量は 150kg。配合は酒粕 4kg に対し砂糖１kg を入れて調味する。野菜は、大きめの漬物樽にシロウリは２杯分、キュウリは３杯分を、野菜の量の 20%の塩で漬ける。１ヵ月塩漬けしたあと容器から出して小さめの樽に移し、まずは以前に奈良漬を漬けていた古い酒粕に漬ける。１ヵ月間漬けるが、この漬けかえの工程を４～５回繰り返す。４回目と５回目は調味した新しい酒粕に漬けかえる。塩の抜け加減を確認しながら仕上がりを見極めるが、塩漬けから完成までには約１年間かかる。塩がほどよく抜けた頃がポイントで、ウリやキュウリに酒粕のうま味が加わり、岡本さんの奈良漬ができあがる。緑色だったウリはべっ甲色となり、食すとウリのパリッという食感、酒粕の芳醇な香りとうま味が口いっぱいに広がる。完成した奈良漬は近隣の農産物直売所などで販売している。

▲岡本さんが漬けたシロウリとキュウリの奈良漬。

(2)県内の酒蔵を対象とした調査

■調査の背景

奈良漬は清酒を製造する際の副産物である酒粕を使用してつくられる。奈良県内の主な奈良漬製造事業者は約 30 事業者あるが、奈良県内には現在 27 の酒蔵[2]がある。奈良漬の事業者と酒蔵の位置を地図上で重ねてみると、奈良漬製造事業者と酒蔵が立地するエリアが重なる傾向にあり、酒粕の供給元である酒蔵と需要者である奈良漬事業者は関連性があることがわかる。近年では、日本酒の生産量の減少に伴い、酒粕の供給量も変化していることなどから、奈良漬製造事業者による酒粕の仕入れ先が必ずしも近隣エリアの酒蔵とはいえないが、歴史的には地理的に密接な関係があったであろう。



県内各地の酒蔵は、奈良漬製造事業者だけではなく、家庭などで奈良漬を漬ける人たちにも酒粕を提供していたことは十分に考えられる。前述の奈良漬の作り方が記載されている冊子(「ふる里の味を訪ねて―奈良県吉野郡川上村から―」平成元年発行)には、「8 月頃酒粕が店に出まわるので」という記述がある。このようにかつては日常的に地域（家庭）においても奈良漬が漬けられていたことがうかがえるが、さらに地域（家庭）での奈良漬づくりの現状について明らかにするため、27 件の酒蔵に奈良漬用の酒粕（練り粕（踏込粕））の販売

[2] 奈良県酒造組合のウェブサイト（https://yamato-umazake.com/brewery-introduction/ ）による。令和６年 11 月１日閲覧。

状況についてのアンケート調査を実施した。

■調査の概要

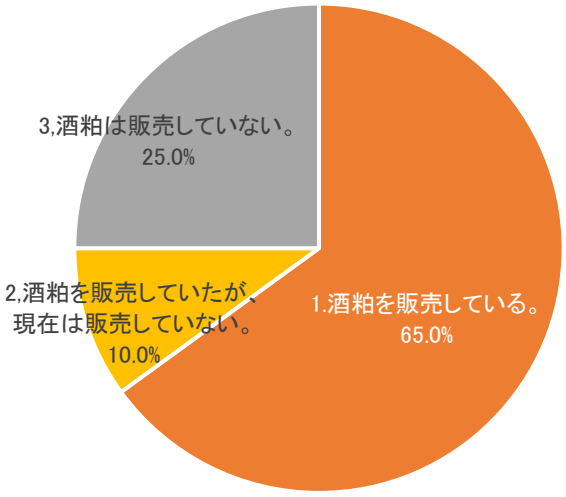
奈良県内の清酒製造業者(酒蔵)を対象に、家庭や地域で奈良漬を漬けるために使用される「奈良漬用の酒粕」の販売状況について尋ねた。

●調査対象　27 件
●有効回答　20 件（回答率:74.1%）
●調査方法　郵送
●調査時期　令和 6 年 12 月

■調査結果

①奈良漬用の酒粕の販売状況

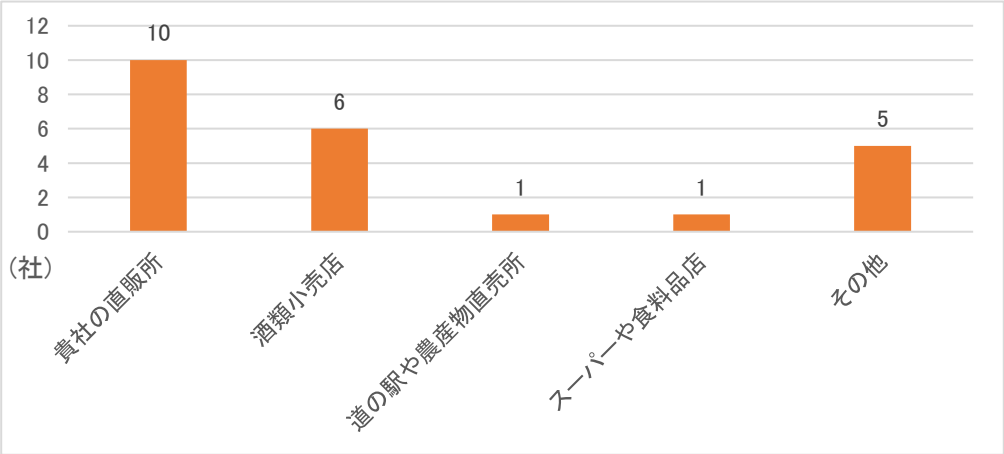
回答した酒蔵 20 件のうち 13 件が奈良漬用の酒粕を販売している。また 2 件はかつて奈良漬用の酒粕を販売していた[3]。



[3] かつて奈良漬用酒粕を販売していた事業者は、奈良漬製造業者へ販売していたと記述している。

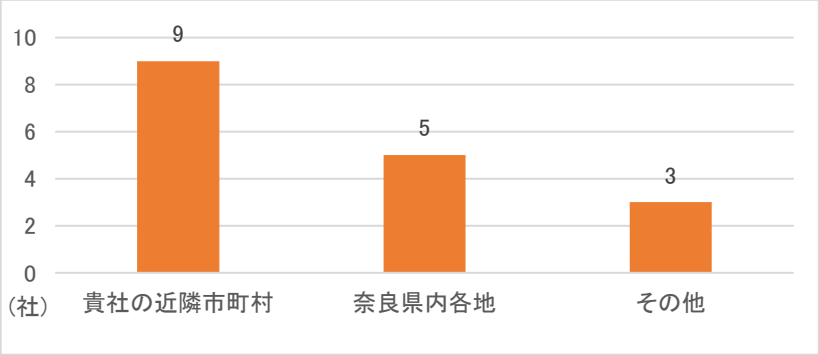
②奈良漬用の酒粕の販売先

販売先（どこを通じて販売しているか）は、「自社の直販所」が最も多く（15 件のうち 10 件）、次いで酒類小売店（15 件のうち６件）で販売されている。



③販売エリア

販売エリアは、自社の近隣市町村が 15 件中９件、次いで県内各地が５件となっている。その他は、大阪や県外などである。



④奈良漬用の酒粕の販売時期について（任意回答）

・７月に、土用の頃に「土用粕」を販売
・１年中、踏込粕として販売

⑤奈良漬用酒粕の特徴など（任意回答）

・純米の粕より普通酒系の粕の方が、締まりがあり、味もしっかりしている。
・１袋４kg（１貫）で販売している。

⑥奈良漬用の酒粕の販売状況（任意回答）

・今は自宅で奈良漬を漬ける方は少なくなり、少しだけの注文である。
・2000 年頃までは、家庭で漬ける人がいたが今はいない。

(3)県内の農産物直売所を対象とした調査

■調査の背景

酒蔵調査の結果から、奈良県内には現在でも自家消費用に家庭で奈良漬を漬けている人たちが少数ではあるがいることがわかった。また令和５～６年度の調査から、各地域で奈良漬を製造している個人やグループがあることもわかった。そこで、大手製造事業者以外にグループや個人で奈良漬を製造販売している事例がどの程度あるかなどを把握するため、県が協定を締結している農産物直売所を対象に下記のアンケート調査を実施した。

■調査の概要

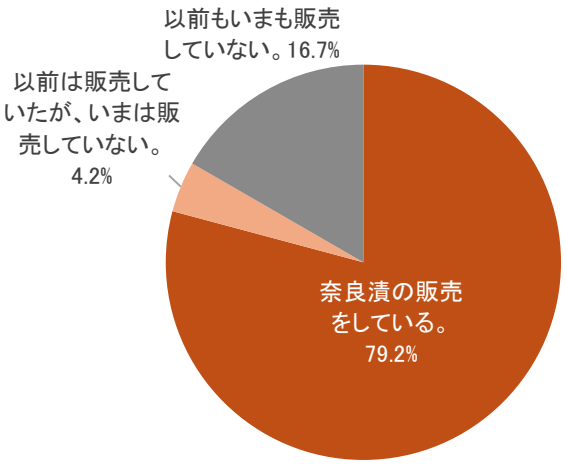
奈良県内の農産物直売所 42 件に対し、奈良漬や柿の葉寿司等についての販売状況や購入目的、家庭で作られているか等について尋ねた。

●調査対象　42 件
●有効回答　24 件（回答率:57.1%）
●調査方法　郵送、回答はファックス
●調査時期　令和６年 12 月

■調査結果

①直売所での奈良漬の販売状況

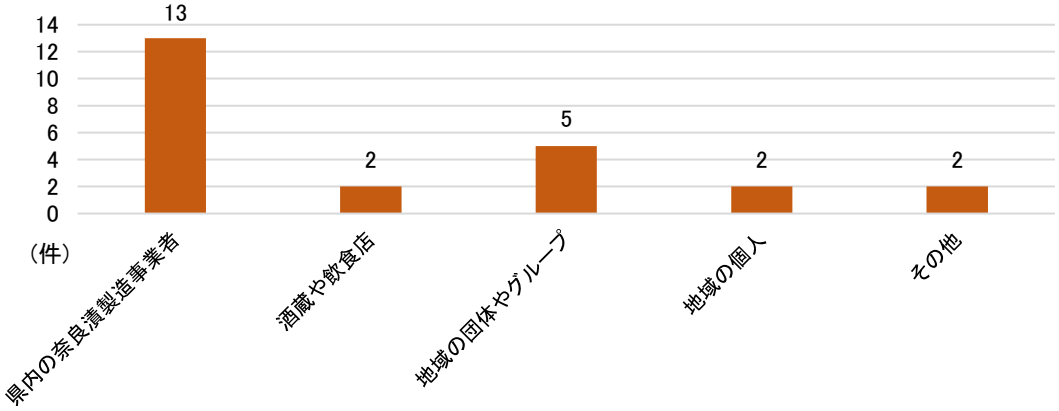
奈良漬を販売している直売所は 19 件（24 件中）、以前は販売していたがいまは販売していない直売所が 1 件（24 件中）で、併せて 20 件であった。奈良漬は全体の約 8 割の直売所で販売している。



②直売所で奈良漬を販売している事業者の種類（複数回答）

奈良漬を販売している 19 件の直売所のうち、仕入れ先が県内の奈良漬製造事業者は 13 件で最も多い。続いて地域の個人が 5 件である。酒蔵や飲食店、地域の個人がそれぞれ 2 件となっている。

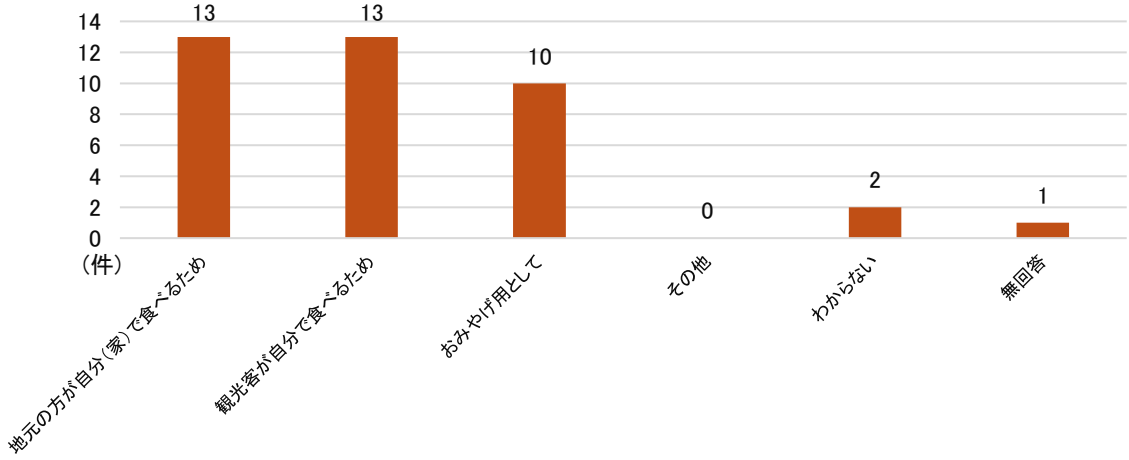
（N=19）



※その他は、和歌山の製造業者、生産者各 1 名（1 件）、その他（1 件）

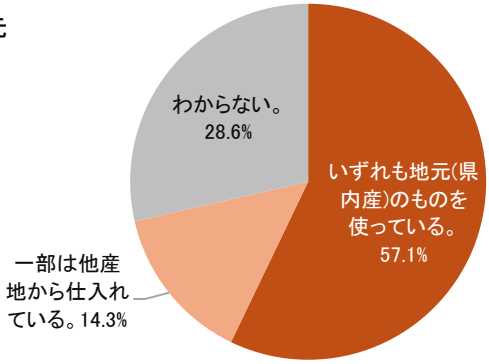
③直売所で奈良漬を購入する目的（複数回答）

奈良漬を販売している（かつて販売していたを含む）20 の直売所では、奈良漬を購入する目的は、地元の方が自分（または家）で食べるためが 13 件、観光客が自分で食べるためが 13 件、おみやげ用が 10 件となっている。



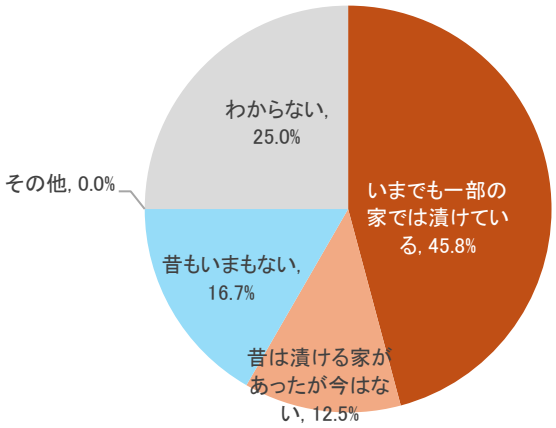
④地域のグループや個人が奈良漬に使用する野菜の入手先

仕入れ先が地域の団体やグループ、あるいは地域の個人から奈良漬を仕入れている 7 件のうち、奈良漬製造事業者が、地元（県内産）のものを使っているのは 4 件、一部は他産地から仕入れた野菜を使っているのは 1 件である。



⑤奈良漬をつくる家庭の有無

直売所が立地する地域で、いまでも一部の家庭で奈良漬を漬けていると回答したのは 11 件。回答のあった 24 の直売所が立地する地域の半数近くは奈良漬を漬けている。昔は漬ける家があったが今はないが 3 件、昔も今もないは 4 件となっている。



【奈良漬を家庭で漬けている（昔は漬けていた）地域】

●いまでも一部の家で漬けている:

奈良市(2 直売所)　大和郡山市(1 直売所)　橿原市(2 直売所)　桜井市(1 直売所)　明日香村(2 直売所)　宇陀市(1 直売所)　　曽爾村(1 直売所)　五條市(1 直売所)

●昔は漬ける家があったがいまはない

葛城市(1 直売所)　宇陀市(1 直売所)

⑥奈良漬以外の漬物類の販売状況

奈良漬の他には、次のような漬物類を販売している。

・山椒、柚子、わさび割干し、たまり漬、大根一本漬、生姜しょうゆ漬
・白菜、きゅうり、カブラ、梅干し、しば漬、たくあん
・白菜漬、大根漬、カブラ漬
・浅漬、たくあん、水ナスぬか漬
・たくあん、ごぼう、うめぼし
・漬物、梅干
・浅漬け、古漬け

※自由記述。回答者ごとにまとめている。

3. 奈良漬の広がり

(1)奈良漬と発酵

■発酵の観点から見た漬物

味噌、醤油、日本酒、納豆、鰹節など日本の伝統的な食品の多くが発酵食品である。世界でもパン、ヨーグルト、チーズ、ワイン、ビールと枚挙にいとまがない。発酵とは、酵素の働きで有機物質に化学変化をもたらす代謝プロセスのことだが、発酵食品の発酵は「微生物の活動が食材や飲み物に人にとって望ましい変化をもたらすこと」ともされる。同じ代謝プロセスでも、人間にとって都合のいいものは「発酵」といわれ、都合が悪いものは「腐敗」といわれる。

漬物の多くも発酵食品である。6 世紀中頃に記された中国最古の農業書『斉民要術』には、野菜の塩漬け方法などが見られ、これが世界最古の漬物の製造方法に関する文献とされている。漬物は『延喜式』にもあるように、塩漬、粕漬、味噌漬、糠漬、醤漬、酢漬と多様で、漬けるものもまた野菜から山菜、肉、魚貝類と多様である。

これら漬物には、発酵を伴うものと発酵を伴わないものがある。発酵を伴わない漬物とは、梅干、紅しょうが漬、福神漬などの「浅漬」や「調味漬」など、醤油や酢などを混ぜた調味液に短期間漬け込み、食材に味を染み込ませたものである。

一方、発酵を伴う漬物には２種類あり、「微生物が直接関与してできる漬物」と、味噌、醤油、酒粕、麹、ぬか床などの「発酵生産物を漬け床に使用した二次的な漬物」とがある。前者は長期保存の間に乳酸菌などによって発酵するものが多い。沢庵漬、野沢菜漬、しば漬け、すぐき漬、高菜漬などがその代表である。（ただし最近では、発酵していない沢庵漬や高菜漬もある。）後者は漬け床の発酵生産物の種類によって多種多様で、奈良漬はここに分類されてきた。

前者と後者のちがいは、漬ける野菜など「漬け原材料」自身が発酵しているかどうかである。酒粕や味噌に漬け原材料を漬けていれば漬け床が発酵生産物なので、できあがった漬物は発酵漬物と思われがちだが、必ずしも漬け原材料自体が発酵しているとは言い切れない。酒粕や味噌などの発酵生産物の漬け床は、漬け床の風味付けの役割だけを果たしているかもしれないからである。

一般的に奈良漬は発酵漬物であると認識されていたと思われるが、科学的に明らかにはされてはいなかった。

■奈良漬と微生物

奈良漬が発酵漬物であるかどうかを、科学的に確かめる研究は、奈良先端科学技術大学院大学で 2023 年から進められた。

その検証は、およそ次のような進め方で、最終的には「奈良漬は独特の発酵漬物である」という結果が得られている。

（以下は、奈良先端科学技術大学院大学微生物インタラクション研究室 渡辺大輔准教授からの聞き取り調査および提供資料にもとづき本稿の作成者が作成した文章である。）

研究の経緯

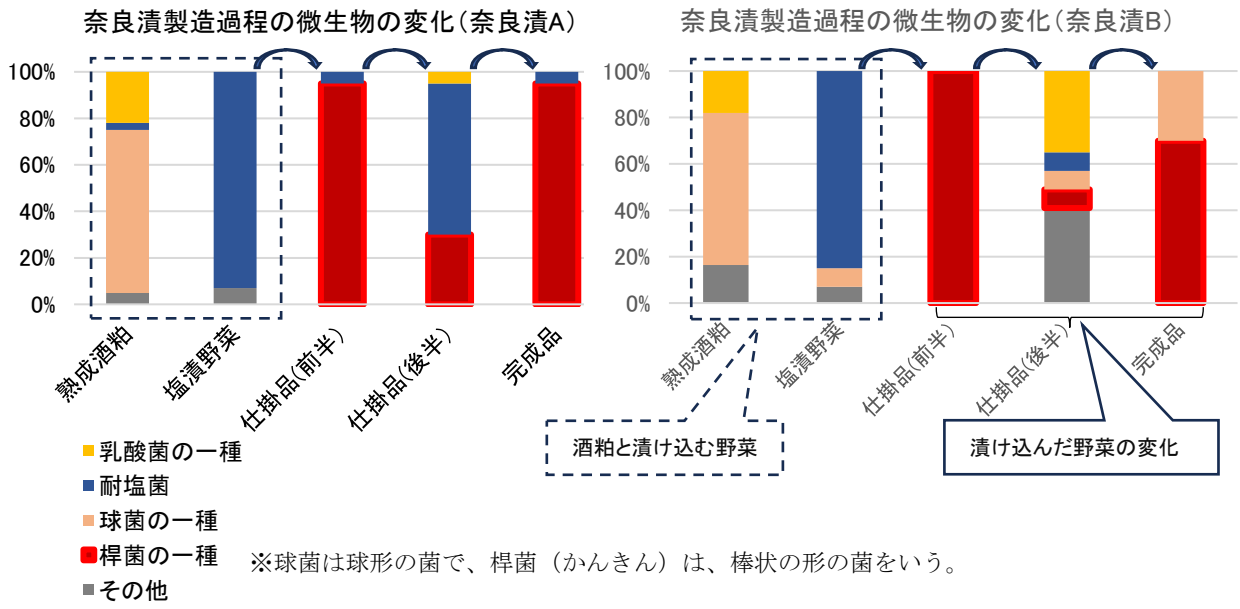
一般に奈良漬は発酵食品だと思われている。しかし粕漬にはいろいろあって、中には魚などの粕漬けのように香りづけやアルコール分を活かしたものもある。それは漬けている間に微生物の発酵を伴わない。奈良漬は、多くの人は発酵食品だと思っているが、厳密には調べられてはいなかった。

奈良漬と発酵に関する研究は、これまでにもいくつかあった。しかしそれは奈良漬から菌を取ってくるという研究ではあったが、たまたま採取されたその菌は、たまたま混入したものだったかもしれないし、それが例えば酒造りの酵母のように発酵に大事な役割を果たしているのかはわかっていなかったため、そこを明確にするために研究した。

乳酸菌と奈良漬

奈良漬はアルコール分が高く、また塩漬けした野菜の塩分が高いので、微生物は生息していないのではないかという考え方もあった。そこでまずは本当に微生物がいるのかというところから調べた。

伝統的な方法で漬けられた奈良漬２種類（異なる製造業者のもの）の菌の状態について調べたところ、これらの奈良漬には、製造工程ごとに下記のような微生物がいることが確かめられた。



この２種類の奈良漬では、製造過程で共通した１種類の乳酸菌が採取できる。分類名を「フルクチラクトバチルス・フルクチボランス」という。

上のグラフのように、どちらの奈良漬においても、赤色で示したこの乳酸菌の構成割合が同じように変化する。これが奈良漬にとって重要な乳酸菌であると考えられる。

野菜に付着した乳酸菌の違いによって奈良漬の菌も異なるのか調べてみたが、すべて同じ菌であったことから、漬け種の野菜由来ではなく製法に依存した乳酸菌が増えたのだと考えられる。

すべての奈良漬については調べられていないが、伝統的な製法で作られるこの２種類の奈良漬については共通した現象であった。

奈良漬が発酵食品である根拠

この乳酸菌については、製造過程で混入したのではないことを確認している。そこで、この乳酸菌が奈良漬を作るところに関与しているのかを調べた。

奈良漬を作る工程において、上漬（仕上げの段階）では新しい酒粕で漬けるが、その前の段階の漬け床には、新しい粕ではなく今までに漬け床として使っていた粕床を使う。仕上げ用の乳酸菌がいない酒粕に、漬けかけの野菜を入れると、乳酸の量が増加する。これは乳酸菌のはたらきで乳酸発酵しているからこそ起こることであり、このことから奈良漬は発酵食品であるといえる。

仕掛品（前半）には、非常に多くの乳酸菌がいる。これを新しい酒粕に漬け替えると、一旦は乳酸菌の比率が減少する(仕掛品(後半))。ところが完成品ではまた乳酸菌が増えていることから、この菌は酒粕の中で増殖できるのかもしれない。実際に、実験室内で奈良漬の製造を再現する実験も行ってみたところ、この乳酸菌は酒粕の中で増えることができるというデータが出た。

奈良漬粕がついていないウリを使うと乳酸菌は増えず、乳酸発酵もしないことから、それまでに漬けられていた粕床から乳酸菌が持ち込まれて、それが新しい粕床でも増えるということがわかった。

乳酸菌「フルクチラクトバチルス・フルクチボランス」の性質

この乳酸菌が、塩分やアルコール分を好む性質があるのか等について調べたところ、塩分はとくに好きではなく、アルコールを好むということがわかった。多くの乳酸菌はエタノール（酒粕のアルコール分）には弱いが、この乳酸菌はアルコールがある環境の方が増えるという性質（好アルコール性）であった。

好アルコール性のこの乳酸菌は、じつは日本酒にもいることがある。日本酒の風味を劣化させる(火落ちさせる)菌で、「火落菌」とも呼ばれる。この菌によって火落ちした日本酒は濁り、すっぱいにおいと味を生じる。日本酒にとっては都合の悪い菌である。しかしながら、奈良漬の製造にとっては重要な役割を果たす菌なのではないかと期待される。

この乳酸菌（フルクチラクトバシラス・フルクチボランス）は、元々はラクトバチルス属(ヨーグルトなどの発酵食品に広くみられる菌)の一種とされていたが、最近は菌の分類学が進み、細かく分けられている。乳酸菌には多くの種類があり、漬物、ヨーグルト、チーズなどに固有の乳酸菌が存在し、発酵食品のおいしさに関与している。

奈良漬の乳酸菌はどこからきたのか

新しい粕床や野菜を分析しても、この菌は出てこない。また、熟成酒粕、塩漬け野菜にもいない。

おそらくこの乳酸菌のいる漬け床から新しい漬け床へと代々漬け替えているからこそ、伝統的製法の奈良漬にはこの乳酸菌がいるのではないだろうか。その他に、この菌は漬け蔵、樽などの器具にいる可能性も高い。奈良漬の製造事業者さんは、奈良漬の蔵を増設したり、海外で新しい工場を建設したりした時には、すぐにはよい奈良漬ができない、おいしくならないと言われるが、その背景にはこうしたことも関係しているのかもしれない。

また、殺菌能力の高いエタノールに適応できる菌は少ないので、エタノールを含む酒粕を用いて製造されていた奈良時代の奈良漬からの乳酸菌が長きにわたって受け継がれてきたという可能性もある。

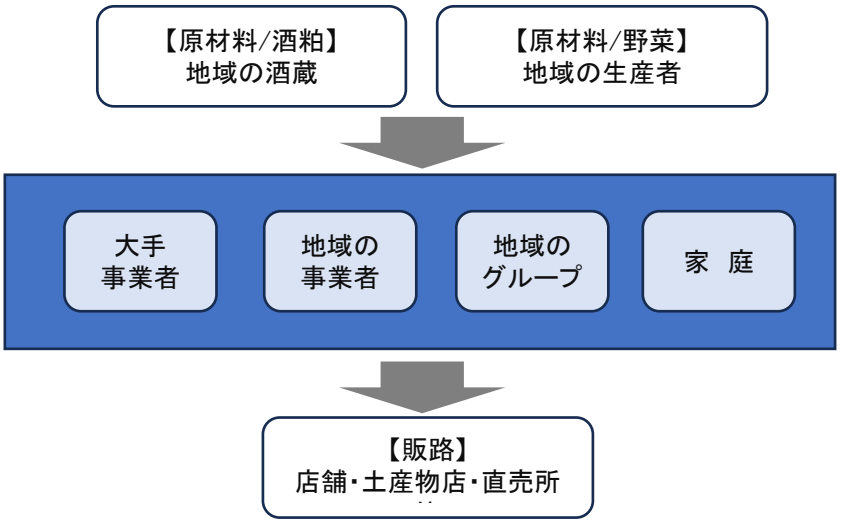
奈良漬の乳酸菌のつくる成分について

この乳酸菌の健康面でのはたらきはまだわからないことが多い。この菌がいくつかの成分を作っていることはわかっているので、今後その成分がどのように健康面で作用するのかなどの調査を進めていくことが必要である。

(2)奈良漬の多様な製造者

今回の調査で、奈良ではその奥深い歴史と文化のうえに、現在もさまざまなかたちで奈良漬が作られていることがわかった。

【奈良漬の製造者と周辺環境】



「奈良の奈良漬」というと、伝統と技術を持つ大手事業者に着目されることが多いが、掘り下げれば地域や家庭でも、奈良漬を作る習慣が浸透していることがわかった。併せてそれを地域の酒蔵や野菜作り、そして直売所などの活動が支えていることもわかった。

奈良で奈良漬の歴史と文化を継承していくうえで、こうした一種のエコシステムがあることは非常に意義深いことである。

奈良漬はかつて「奈良の野菜を」「奈良の酒蔵の酒粕で」「奈良の人が」漬けていたが、時代の移り変わりとともに、担い手の減少や原材料価格の高騰などの要因で、これを継続していくことは難しくなっている。

しかし、地域の食文化を守り継承していくには、さまざまな観点からの取り組みを進めていく必要がある。例えば奈良漬を食べる際にあわせてその歴史を知ることや、新しい食べ方や味わい方を考え発信すること、あるいは奈良漬の漬け方を伝承していくことなどが考えられる。

奈良漬には多様な担い手がいるからこそ、こうした取り組みも幅広くできるであろう。まだ奈良漬の魅力を知らない方々に、奈良の貴重な食文化の一つとして伝えることが必要である。

Ⅱ　吉野本葛

1. 奈良の葛

(1)葛(くず)とは

■クズ（葛）という植物の概要

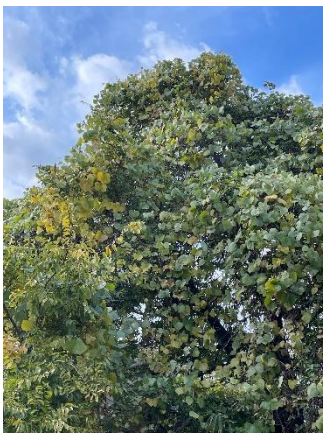
クズ（葛）は、マメ科のつる性多年草で、わが国の山野に広く分布している。主に本州・九州・四国で多くみられるが、沖縄県や北海道にも分布している。

繁殖力が強く、生育場所も広範で、山野から都市部の空き地のような場所でもみることができる。例えば、高速道路でも、その法面やフェンスなどで繁茂しているのをしばしば見かけることができる。

また、山林でも多く見かけることができる。山林では、他の木に巻きついて生育する。巻きついたツル（幹）は木を締めつけ、葉は一面に覆かぶさり、やがてその木を枯らす、林業にとっては迷惑な植物である。

【高速道路の法面に繁茂するクズ】（西名阪国道；奈良県香芝市付近）
（グーグルマップ・ストリートビューより　令和７年２月 14 日参照）

【木を覆いつくすクズ】



クズは、近隣種まで含めれば、中国から南アジアにかけて広く分布している。日本では古くからあった身近な植物で、その花は、ハギ・キキョウ・オミナエシなどとともに「秋の七草」として歌にも詠まれている。

【クズの花】

なお、「葛藤する」の表現のように、フジとクズはともによく似たツル性の植物であるが、フジは木本性（いわゆる樹木）で、クズは草本性（いわゆる草）という違いがある[4]。なお、奈良県の葛根を掘る人(掘り子)は、クズのことをフジと呼ぶ人もいる。

[4] クズを木本または「草本～木本」とする記述もある。多くの植物図鑑は草本としている。クズもフジもともにマメ科。

■葛にまつわる地名

クズ（葛）が、日本人にとって身近な植物であったことをものがたるものに、地名の中に「葛」の字を用いるものが多いことがある。国勢調査の「字（あざ）」レベル、あるいは農村調査の集落レベルまでの地名を含めると、葛の字を含む地名は、北海道と沖縄県を除く 45 都府県にある。

「葛」の字は、クズのほかにカツ・カツラ・カズラなどとも読むが、植物としてのクズや、クズの特徴であるツルを表してカズラなどに転訛しているが、多くはクズ(葛)が元になっていると考えられる。葛岡、葛野、葛原、葛川、葛谷、葛尾、葛巻など、そのバリュエーションも多様である。ただしカツという言葉は丘陵や崖を表す場合もあり、葛の字であっても由来には諸説ある場合が多い。それでも表記に「葛」の字をあてること自体が、葛が身近で、なじみ深い植物であることをものがたっている。クズが一面に生い茂っている野原は「真葛が原」と呼ばれ、歌にも詠まれる。

奈良県では、御所市に「葛」という地名があるが、「葛城」という地名（葛城市、北葛城郡など。葛木と記されることもある）が葛と関係が深い。この地名・葛城の由来は古く、『日本書記』(神武紀)に、神武（天皇）が山中に棲む土蜘蛛(土着の人々)を葛網を使って一網打尽にしたので、ここを葛城（葛木）としたとあり、これを地名の由来とする説もある。ただしこの葛は、クズではなくカズラ類全般を指すのではないかという説もある。

■葛の利用の歴史

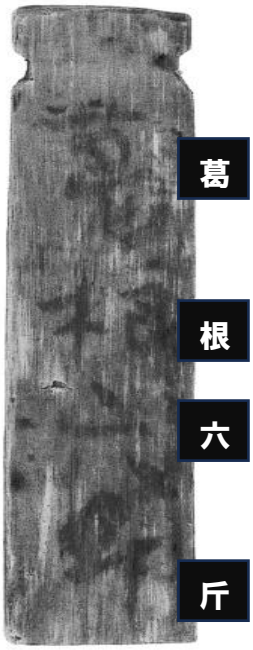
葛は古来より、秋の七草に数えられる人々の生活にとって身近な植物で、様々に利用されてきた。

花は乾燥して葛花（かっか）と呼ばれる生薬になる。酒毒を消し、二日酔いに効果があるとして、日本や中国で服されてきた。『延喜式』(927 年成立)には諸国から貢納する薬種に葛花の名があり、上総、若狭、紀伊から都に運ばれている。

葉は、かつては家畜の飼料として利用する地方もあり、ウマノオコワ、ウマノボタモチといった方言もある。米国に渡った葛は、豚の飼料にされている。また、茶にもなる。新芽は食用にもされる。

茎や根の繊維を利用して葛布(くずぬの、くずふ、かっぷ)が織られる。葛布は、古墳時代前期の遺跡からも見つかっており、古くからの織物で、江戸時代まで公家や武家の衣料には欠かせない織物であった。静岡県掛川市では、こうした葛布を復元し、製造・販売している。京都の蹴鞠の袴は伝統的に葛布が用いられ、定期的に掛川に製造を発注している。

根も古来より薬種の一つとして珍重されてきた。いわゆる葛根（かっこん）である。現代においても葛根湯という風邪薬があり、葛根成分（イソフラボンやサポニンなど）が主成分である。



薬種としての葛の利用は中国から伝わったものといわれ、中国の古い文献(『本草経集注』(500 年頃)でも薬用としての利用法が書かれている。わが国の葛に関する最も古い資料は、藤原京から出土した木簡である。１枚の木簡に、「葛根六斤」と記されている。また平城京から出土した木簡には「黒葛」と記したものがいくつかあり、「英多郡吉野郷黒葛十斤」などと記されていることから(英多郡は美作国)、

古くから奈良の都に各地から葛が運び込まれていたことがわかる[5]。

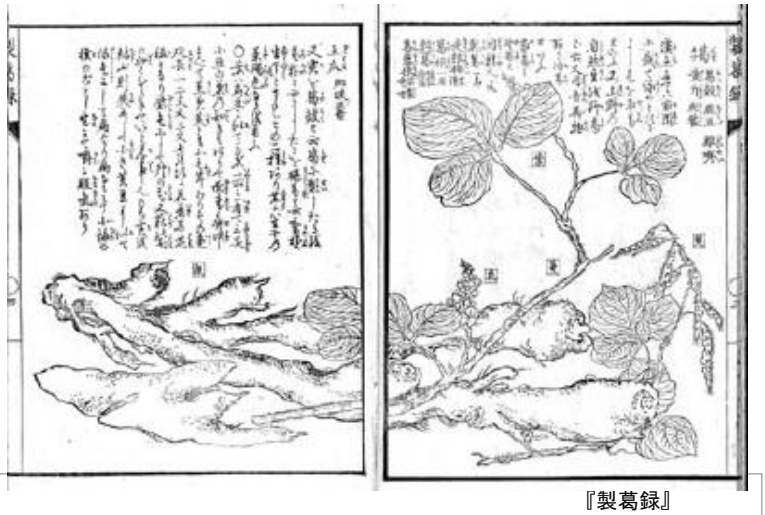
この後、『本草和名』(日本現存最古の薬物辞典：918 年編纂)や『和名類聚抄』(平安時代)などに「久須乃祢(クズノネ)」、「久須加豆良乃祢 (クズカズラノネ)」とある。『延喜式』(平安時代中期)典薬寮には、葛根が山城(32 斤)・伊勢(10 斤)・近江(22 斤)各国の年料雑薬と記載されている。奈良(大和)自体は貢納してはいない。

このように、もともと葛は主に根が薬用として利用されていたが、やがて葛根に含まれるデンプンを精製した葛粉が食用にも利用されるようになった。

いつごろから精製された葛粉を料理や菓子などの食材として使うようになったのかは定かではないが、鎌倉時代以降ではないかといわれる。その頃から書物に、葛料理や葛切りに関する記述が出てくる。

葛根が葛粉に精製され、現在のような洗練された菓子や料理の材料として本格的に使われるようになったのは、茶の湯の文化が盛んになった、安土桃山～江戸期以降ではないかといわれる。古い文献の一つである、京都の粽(ちまき)の老舗川端道喜の記録に、粽の原料として葛を使い、ササ(チガヤやマコモ、アシの説もある)の葉で巻くとあり、これが 1570 年であるので、この頃から粽の原料にも使われ始めていたことがわかる。砂糖の生産量が増え、いまのような菓子(スイーツ)が成立し、幅広く庶民が口にし、各地の名物ができるのは江戸時代中期以降のことである。

江戸時代には、こうした葛(粉)の食材化とは少し異なる歴史が刻まれた。それは救荒食(物)として葛(粉)が注目されたことである。江戸時代は天明・天保の飢饉など、しばしば各地で飢饉が起こった。葛(粉)は飢饉対策の救荒食として、知識の普及や採集・備蓄の奨励などを行った藩も少なくない。江戸時代後期には『製葛録』(1828 年：大蔵永常著) という農学書も出版され、葛について、次のように詳しく記している。この時期は、農学や本草学が盛んになった時代で、クズに関する関心も高まり、知識や情報が広まったことがわかる。



『製葛録』

【製葛録】(抜粋し、現代語訳したもの)

葛はどこにでも生えるが、平地の堅い地では根は痩せて粉を得る事は少ない。また、樹木の茂る林は、根は太くなるがとれる粉は少ない。いずれにしても、黒土またはきつね色をした軽い土の堅い悪い土地は粉はいたって少なく、色もよくない。

また陰地は根は細く粉も少ない。陽地は根もよく粉も多い。ただ、樹木のまばらな山のよこ腹、または東南の日当りが良い谷間の岩石に 添って生えた葛の根は良い。それは、小さくても粉が多い。たとえば、木の生えた山や平原の地でも、土の性質が少し軽く、石が多い土地では、根がよくて、粉も多い。砂ばかりの土地は、生育しない。一般に暖国より寒国の葛が良い。

俳句が盛んになった江戸時代後半には、秋の季語に「葛掘る」(あるいは「葛根掘る」「葛を引く」) が

[5] 黒葛は粗製段階の葛粉をいう場合と、『延喜式』には「ツヽラ」の読み仮名がふってあり、これはクズで編んだ容器のツヅラとも考えられる。

登場し、花だけではなく、葛根掘りが季節を表す語になったことがわかる。

■吉野本葛の定義

吉野本葛とは、奈良県吉野地方で製造された葛粉のことをいう。

【吉野本葛の商品例】

吉野本葛は「吉野晒し」や「寒晒し」といわれる伝統的な製法で作られる。添加物や化学薬品は使用されていない。

また吉野本葛は、葛根から採取した葛デンプンを 100%使用している。一般に葛粉といわれるものは、カンショ(甘藷：サツマイモ)やジャガイモ、トウモロコシなどのデンプン粉が混ぜられている。業界で「業務用並葛」といわれるものはカンショデンプン 100%のものである。

吉野本葛は商標登録されており、次のように規定されている。この規定では、原産地の意味が、原料の産地ではなく、その製造・加工地となっている。また葛粉の純度も登録の要件となっている。

商標登録第 5063960 号　吉野本葛（よしのほんくず）	
商標	吉野本葛
権利者	吉野葛製造事業協同組合（奈良県御所市大字戸毛 107 番地）
指定商品又は指定役務	奈良県吉野地方産のくず粉
商品・サービスの特徴	「吉野本葛」は、葛根から採取したデンプン粉を原料とし、奈良県の吉野地方およびその周辺地域で製造または加工(少なくとも精製加工を行うものに限る）されたデンプン粉のことです。混じりっけのない真っ白な本葛で作った料理やお菓子は、なめらかな口あたり、上品な透明感と艶が特長で、全国の有名料亭にもご使用頂いております。組合員全員が品質向上に日々努力し、他の商品との差別化に取り組み、地域団体商標を活用し、よりよい商品を製造・販売していきます。

(注)「吉野葛」も商標登録されている。

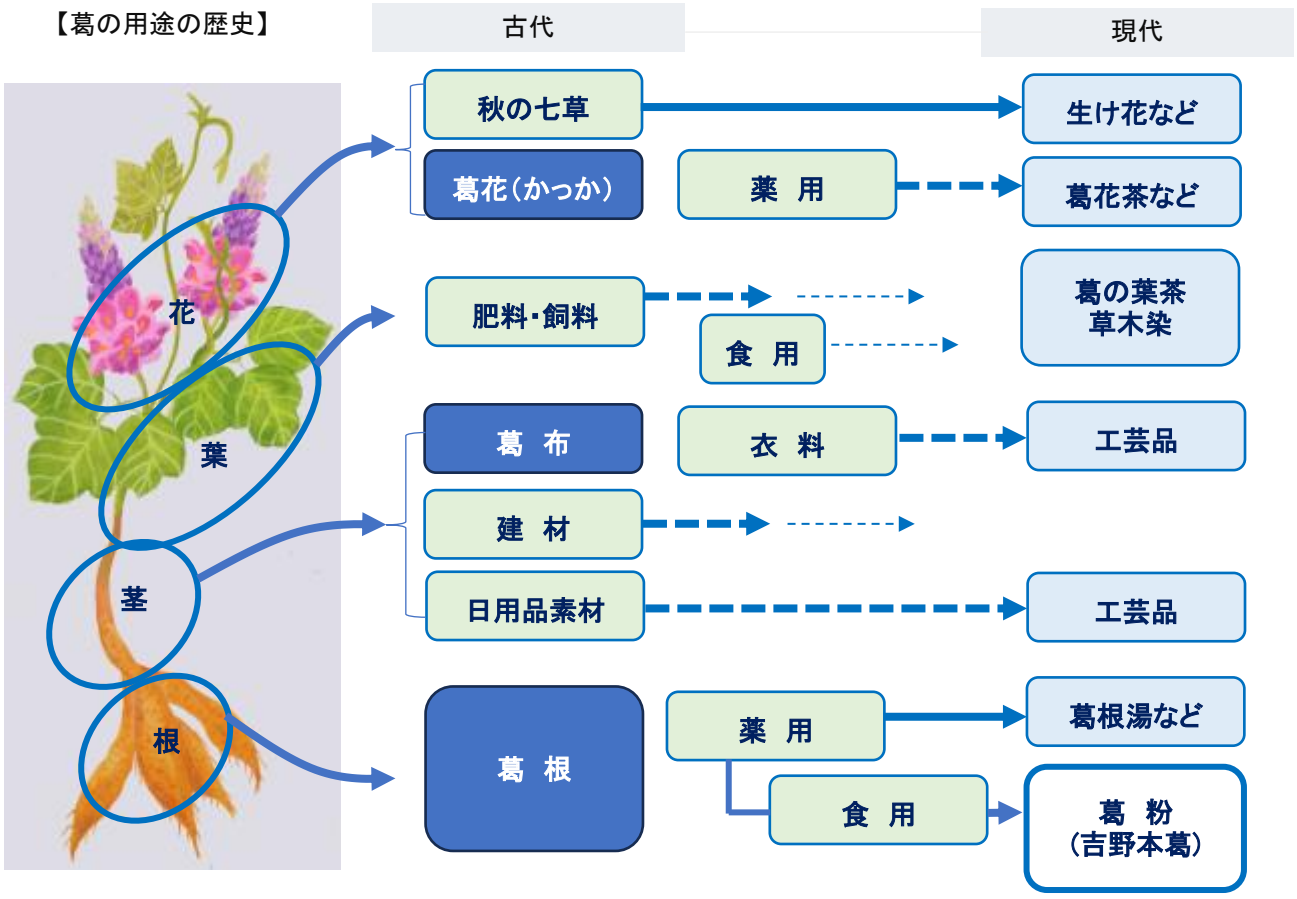
吉野葛では「葛根から採取した葛澱粉を主原材料に用い奈良県の吉野地方およびその周辺地域で製造または加工（少なくとも精製加工を行うものに限る）された澱粉のこと」とされる。

(2)奈良における葛利用の歴史

■葛の用途の歴史

葛は古代から身近にある植物で、様々な用途に利用されてきた。なかでも葛根の利用は、薬用に始まり、それに食用としての利用が加わって、現代まで続いているという長い歴史がある。

【葛の用途の歴史】



イラストは（株）井上天極堂『葛の本』より

古代の都であった奈良では、葛花も含め、葛が薬用に盛んに利用されていた。その歴史は、古代から現代の吉野本葛に至るまで、たいへん長いものである。またそれが、さまざまな文献記録に残っている。これは奈良以外わが国のどこにもないものであり、奈良の葛の歴史は伝説や物語から始まっている。

①「国栖（くず）」地域と葛の関連性

葛（くず）という植物の名は、かつて大和国吉野川（紀の川）上流の国栖（くず）(現奈良県吉野郡吉野町国栖)の地名に由来するという説がある。国栖の人々をさして、「日本書紀」には「国栖人（くずびと)」、万葉集には「国栖ら」という言葉が出てくる箇所がある。「国栖人」というのは、大和国家成立以前の山地に住み稲作をしていない人々に与えられた呼び方であったという説がある。国栖の人々は葛を含む山の植物の利用法をよく知り、蔓草（つるくさ）の根を砕いてデンプンを採る特殊技術をもっていたことは大いにありえる話である。それが起源となって「くず」という名ができたという説である。

②修験道と葛

修験道の山である奈良県の大峰山に修行に入る行者が食料として、あるいは滋養強壮用に葛根を利用していたといわれる。また飛鳥時代の修験の祖・役行者(えんのぎょうじゃ)は葛城の人といわれ、陀羅尼助（だらにすけ）という薬を各地に伝え、同じく葛の利用法も各地に伝えたという伝説がある。その後、村人が自家製造し販売した葛製品が吉野葛のルーツともいわれる。

③吉野晒しの技法

約 400 年前、もとは吉野の下市で農業の傍ら葛粉をつくっていた森野藤助（初代）が、1616 年に、葛粉精製に適した水と寒冷な気候を求めて宇陀に移った。現在も宇陀市で、葛粉の製造を続ける森野吉野葛本舗の初代であり、同本舗はこれによって創業は室町時代としている。

この時の製造技法が「吉野（寒）晒し」といわれるもので、現代も吉野本葛の製造技法の代名詞となっている。この技法も、吉野葛のブランド力を高める要因となった。

なお、森野吉野葛本舗には、現在も森野旧薬園という薬草園があり、国の文化財史跡に指定されている。

④京とのつながり

宇陀にはもう 1 つ吉野本葛の製造事業者がある。これも江戸時代初期のことで、京都で薬の製造をしていた（1615 年創業といわれる）黒川道安という人物が、葛根を吉野から取り寄せて葛粉を作り、朝廷に献上しその風味を賞せられた。その後、1650 年に、黒川家はより良い葛の原料を求めて京都から宇陀に移転した。そしてこの地で現在も葛粉の製造を続けている。

森野家、黒川家ともにもとは薬業から発し、葛粉の精製へと転換している。また宇陀という地は標高が高く冷涼な気候や良水に恵まれているとともに、古代より薬猟(くすりがり:薬草の採集)の地でもあった。この点でも、葛における薬と食のつながりがみてとれる。

このように 1600 年前後に、葛の用途が薬から食へ、あるいはその両方へと広がっていったが、江戸時代には、全国的にも藩ごとで特産品づくりが奨励された。当時の葛粉生産奨励は、飢饉に備えた救荒食と、特産品との二通りの目的があったと考えられる。

例えば前述のように、２軒の老舗が宇陀に根付いたのは、城下町宇陀（大和松山藩）の藩主織田長頼の殖産政策によるところも大きいと考えられる。

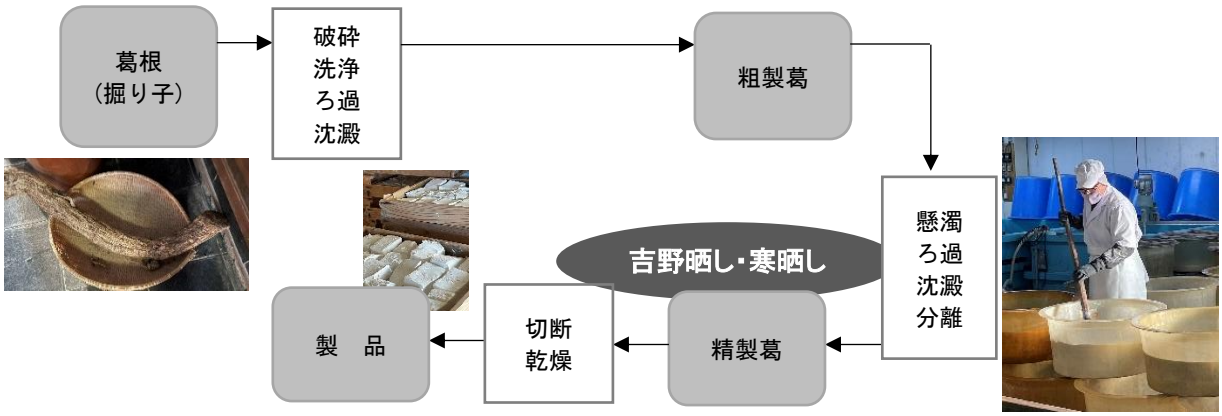
なお、この時代、吉野葛以外に、全国では白石葛（宮城県）・宝達葛（石川県）・若狭葛（福井県）・石見西田葛（島根県）・秋月葛（福岡県）などが生まれ、その一部は現在も葛粉の産地として存続している。

■大和（奈良）の「晒し」の文化

商標登録の項でみたように、吉野本葛の真骨頂はその製法、精製技術にある。「吉野晒し」「寒晒し」という伝統的技法である。

【吉野本葛の基本的な製造工程】

葛根を掘り、粗葛を作るところまでは、主に葛根の産地での一連の作業である。



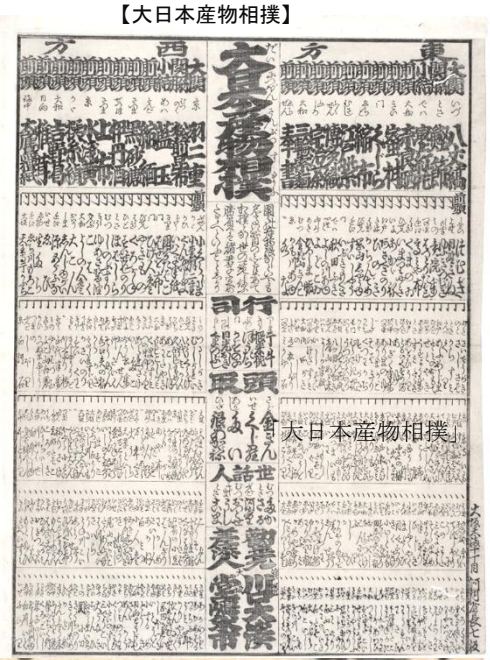
懸濁・ろ過・沈澱・分離の過程は、廃液が透明になるまで繰り返し行われる。これがいわゆる「晒し作業」で、吉野本葛の品質を生み出す重要な過程。雑菌等の発生を避けるために水温の低い冬季に行われ、「吉野晒し」「寒晒し」ともいわれる。この工程は通常約１ヵ月を要するが、より長い時間をかけるところもある。

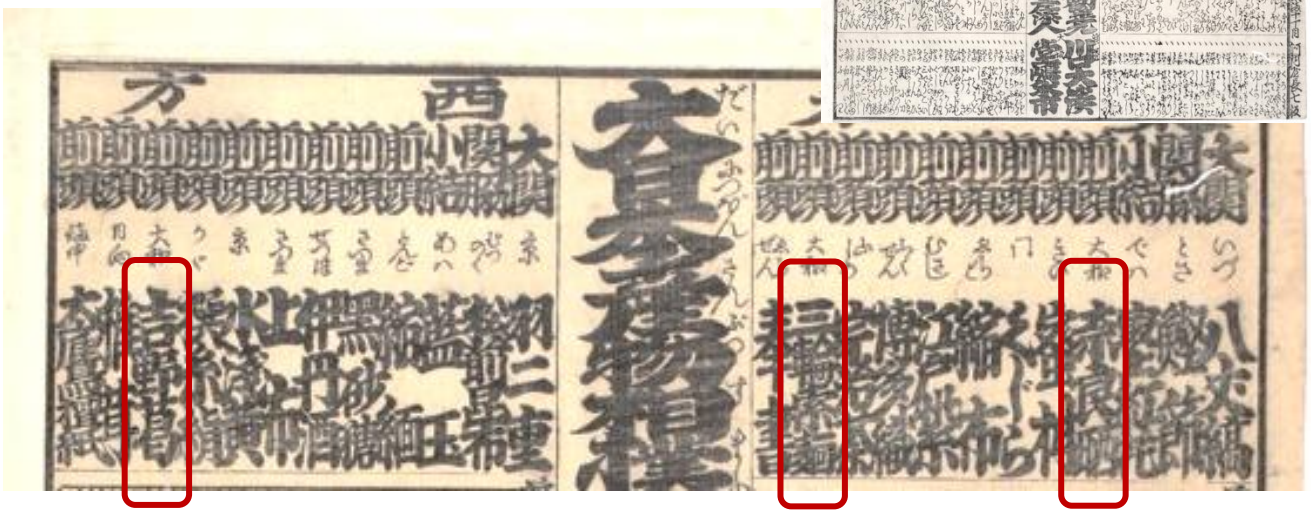
江戸後期に発行された「大日本産物相撲」という出版物には日本全国の産物のランク付けがある。

大和（奈良）の「奈良晒」「吉野葛」「三輪素麺」の３品目が上位 24 品目の中に選ばれている。

これらに共通する点は、いずれも極寒期に作られることである。そして「白さ」を求めることである。さらに奈良晒と吉野晒しはいずれも水を多く使う「晒し」という工程が共通している。奈良（大和）盆地やその周縁部・小盆地では冷たい良水、冷涼な気候などの製造に必要な条件が揃っていたからこそ、これらの産物を作ることができたのである。

【大日本産物相撲】


大日本産物相撲」



■昭和初期の吉野葛

吉野葛は、早くから奈良の特産品となったことで救荒食(物)や自家消費用としての性格以外に、農家の換金作物(採集物)として、農家の家計を助けてきた。

昭和初期頃、奈良県の山村地域では、村の女たちが葛根を掘って米屋に持ち込み、米などと交換していたという記録がある。かつて奈良県では、吉野山、金剛山、大和高原の奈良県内及びその周辺地域で葛根が採集され、採集地で粗葛（あらくず）として加工された。これら粗葛を原料に宇陀や御所で精製し、吉野葛が製造され、全国に出荷され、奈良の地場産業を形成していた。

わが国の精製葛粉の生産のピークは戦前で、年間 1,000 トン程度だったといわれ、原料はすべて国産であった。そしてこのうちの約半分が、奈良で掘られた葛根であったといわれる。

(3)現在の生産状況

■生産量

戦前のピーク時に約 1,000 トンであったいわれる葛粉の生産額は、カンショ（サツマイモ）やジャガイモのデンプン粉に、シェアを奪われていった。葛及び葛粉に関する細かい統計はないが、現在の精製葛粉の生産額は、約 400 トンと推計される。生産地は九州が 90%以上といわれる。400 トンのうち約 200 トンは国内産の原料から生産され、残りの 200 トンは主に中国を中心に韓国他のアジア諸国から輸入された原料が使われている。（文献や生産者へのヒアリング等による。）

なお、植物学的には中国産の葛根はシナノクズ、台湾産はタイワンクズで国産のヤマトクズと同種ではない。

■製造事業者

葛粉の製造事業者の組織として一般社団法人全国葛製造業協会があり、６社から構成されている。そのうち３社が奈良県内にある。

商標登録においては吉野本葛は「吉野地方またはその周辺地域で生産・加工したもの」とされているので、下記の６社の中で吉野本葛を製造しているのは奈良県内の３社である。

【一般社団法人全国葛製造業協会会員】

会員名	所在地	創業年
株式会社　井上天極堂	奈良県御所市	1870（明治 3）年
株式会社　黒川本家	奈良県宇陀市	1615（元和元）年
株式会社　森野吉野葛本舗	奈良県宇陀市	1615（元和元）年
株式会社　廣久葛本舗	福岡県朝倉市	1819（文政 2）年
株式会社　廣八堂	福岡県朝倉市	1876（明治 10）年
株式会社　都食品	鹿児島県曽於郡大崎町	1957（昭和 32）年

(注)創業年は各社の資料による。

奈良県ではこれら大手 3 者の他に、小規模な葛事業者が 6 者ほどある。これらは主に葛粉加工品(菓子など)を製造し、販売する業態である。上記の協会会員事業者も、葛粉だけの製造ではなく、加工品の製造も行っている。

■吉野本葛の流通と消費

吉野本葛はデンプン粉の中では高価であるため、一般の家庭での消費は少なく、多くが業務用として消費される。業務用としては、60%以上が菓子の材料として、残りの 40%程度がその他の食品（胡麻豆腐など）や料理用といわれる。

製造者からの流通経路としては、①卸売へ行くもの、②菓子製造や料理関係に行くもの、③通販等で一

般家庭に行くものの 3 系統がある。

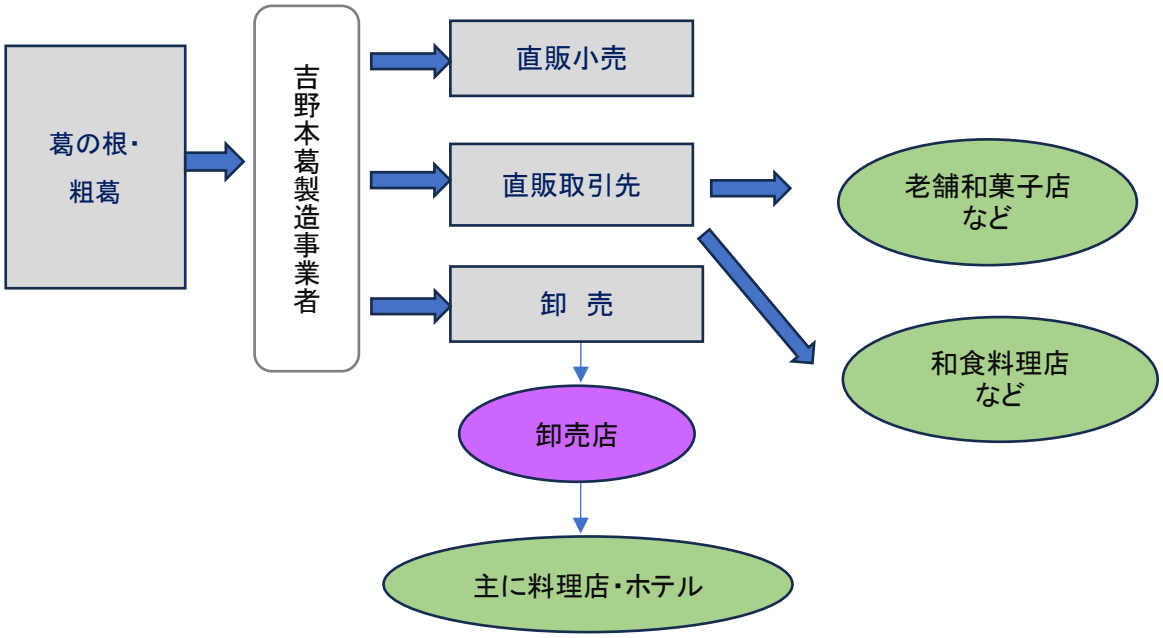
宇陀で製造されている吉野本葛は主に西日本に向けて販売されている。西日本に比べると、東日本での需要は少ない。西日本では、大阪や京都が大きな消費地である。これに加えて金沢、松江、福岡、山口などのいわゆる菓子処地域への出荷が多い。

最も多い菓子材料としての用途は、葛饅頭や葛餅、葛切などの葛菓子と、羊羹のように菓子の材料の一部として使われる二通りがある。

料理では、胡麻豆腐や葛入りの麺類のように加工食品の原材料として使われる場合と、あんかけなどの料理のとろみ付けとして使われる場合などがある。

和食も料理も老舗が吉野(本)葛を使う例が多く、京都の有名和菓子屋の多くが商品説明に「吉野（本）葛使用」をうたうことで品質の良さをアピールしている。高級食材として吉野（本）葛の存在感は大きい。

【吉野本葛の生産と流通】



■製造技術

吉野本葛の製造には、吉野晒しとよばれるような寒冷な気候と、適した水質の水が豊富にあることが重要である。そして全体的な工程に係る経験的なノウハウと、繰り返し精製する丁寧さとそこでの繊細さが技術的に求められる。

2. 原料の確保と継承

(1)葛の根を掘る職人「掘り子」

吉野本葛の原料の葛根には天然のものと栽培したものがあるが、基本的には天然のものを用いる。デンプンを多く含む 5 年以上の根が用いられ、なかには 10 年、20 年のものもある。栽培すると時間がかかるので、天然のものが用いられる割合が高い。

天然の葛根は雑木林などの山林から掘り出される。葛は強害雑草に区分されるほど繁殖力が強く、空き地や道路、土手などに多く見られるが、これらの根は細く、雑味があり、葛粉の原料とはならない。また古くは『製葛録』にも記されているように、こうした地味で生育した葛は、葛粉の原料として良いものとはいえない。そのために、適した土壌の山林で採取することが主となる。葛のある場所は山地の斜面が多く、葛根掘りは重労働であり、良質の葛根を探し出すには知識や経験が必要である。

天然の葛根を掘る人々は「掘り子（ほりこ)」あるいは「山方（やまかた)」とよばれる。かつては農閑期の農民がこれに従事していた。しかし葛粉の需要の減少もあって、生産額が減少し、掘り子の数は激減した。現在では、奈良県内でも掘り子は数えるほどしかいない。

吉野葛が奈良の原材料から製造されないのは、奈良の山林から原料の葛根がとれないということも問題ではあるが、掘り子の減少や高齢化によって、奈良で原料を確保・入手することができないことに原因がある。こうしたことから、吉野葛の原料は、九州産や外国産に頼るしかないというのが現状である。

(2)掘り子が語る葛の根掘り

以下は、令和 6 年 9 月に、掘り子の竹川徳行(たけかわのりゆき)さん（85 歳）へのヒアリングを行い記録したものである。なお竹川さんは、数年前に掘り子を引退している。

■掘り子になったいきさつ

父親が掘り子をしていた。子供の頃、父親の葛の根掘りについて行って、遊びながら葛の根掘りを覚えた。20 年ほど前に勤めていた会社を定年退職したあと掘り子となったが、現在は引退している。

■むかしの掘り子

父親が掘り子をしていた頃は、このあたり(御所市葛)には葛根掘りをする人がまだ多くいた。掘り子といっても専業というわけではなく、秋まで農業をするが、冬は仕事がないので葛の根を掘りに行った。

葛根掘りは、お金になった。農業の 3～4 倍くらいの稼ぎになり、それでみんな大きな家を建てた。

しかし、農業に比べれば、葛根を掘るのは汚い、しんどい、つらいものである。だから若い子はしなくなったが、かつては旦那さんが掘り子で、奥さんが葛根を洗い、そしてバケツ一杯の葛を天極堂さん（御所市内の葛粉製造業者）に売りに行っていた。

■葛の生育の特長

しかしいま、葛はこの周辺には無くなってしまった。50～60 年ほど前、父親が葛を掘っていた頃に、ここらの人々が掘り子として掘りつくしてしまった。

そして、それから 50～60 年の間に、葛が再び生育して、ほどよい大きさになったが、今度は自分の代になり、それを 15 年ほどの間に掘りつくしてしまった。葛根からとれる葛粉は、葛根の重さの 10%にも満たない。相当な量の根をとらないと必要な量の葛粉にはならない。そのために年間何トンと根を掘る。

葛の花が咲いて種が落ち、芽が出て、葛はいっぱいできるので、山（林業）では葛は嫌われている。そのために葛のツルの部分、上のほうだけ切るのだが、ツルを 1 本切っても、根が 3 本くらいに分かれ伸びて、葛は枯れない。しかし、葛粉をとるためには、根っこを掘る。根を掘ると、その葛は枯れてしまうので、葛が無くなってしまう。

■葛の生育に適した場所

良い土だと良い葛ができる。石のあるところには良い葛はできない。葛の生育に適した土、良い葛ができる土は、砂地まじりの赤土である。あるいは、1m、2m が赤土、その下が砂地といったところがよい。葛は水分を嫌うので水はけがよくないといけない。また、山の中腹から頂上にいくほど良いものができる。

三重県から明日香村にかけての土が良い。このあたりは気候も葛の生育に適しているのではないか。東北は冬が早く、九州は暑いのでデンプンが少ないのではないか。この付近は気候も適していて、土もよく、良い葛ができるのではないか。

葛の根をとる葛は、10 年ものでもよいが、50 年くらいのもの、葛根の総重量 100 キロくらいの葛が一番おいしい。

今ではインターネットでも葛がとれる山の土を調べることもできる。インターネットで山の写真をみると葉っぱのもりあがりから、葛がわかる。土の状態も道もわかる。

■掘る場所を見定め、交渉する

山はどこも自由に掘ってもよいかというと、そうではない。山の持ち主に許可をもらわなければならない。山持ちの人のところは頼みに行くとだいたい許可してくれる。葛の蔓が檜に巻きついて締め付け、檜を倒してしまったり、木の根の栄養分を取ったり、葉が茂って日が当たらなくなるという被害が出たりするので、葛根掘りは山持ちの人には喜ばれる。明日香のほうの山はきれいで、掘り子が掘っても良い山がある。和歌山のみかん山からも良い葛が掘れた。和歌山の方に葛根を掘れるよう頼みにいったら、箱入りのみかんやお酒をもらって帰ったこともある。

しかし持ち主がわからない山も増えてきている。30 年前は葛の根掘りができる場所はたくさんあったが、ゴルフ場が増えたので掘るところが減ってきた。

■危険を伴う葛掘り

山は危険なところである。腐っている木はいつ折れて倒れてくるかわからない。また山は迷いやすく、下山するときには方向がわからなくなることもある。そのため山を登りながら枝を切って、印をつけないといけない。

山ではクマやイノシシも出る。イノシシが寝ているところにも、良い葛がある。イノシシは葛を掘って食べるからである。

最近はブタとイノシシの交配種のイノブタが和歌山県などで増えた。これらは、山芋、自然薯、イタドリの根っこのほかに葛の根を食べる。昔のイノシシは山芋、自然薯、イタドリの根っこなどは食べなかった。

このあたりは、紀伊半島から上陸した台風が来る。台風の通り道の裏側で、風があたらないところには良い葛ができる。風が当たらないので葉がとばない、葉の茂ったところは葛がデンプンを作るので良い葛となる。そして、蔓が伸びる方向に根っこも伸びる。

■良い葛のあるところ

山では、山自体が生きているように感じる。山を歩くと葛の葉が 1 枚落ちている。冬は西風が吹くので葛の葉がどの方向から飛んできたかがわかり、葛にたどりつくことができる。11 月の下旬ごろ、秋になると良い葛をさがすのと足ならしをかねて山に入る。葛がありそうな山の谷に入り、目印のために山に入った日付と付近の電柱の番号を書き留めておく。(竹川さんは電力関係の仕事をしていたのでその経験が葛掘りにも役立っている)

山に入ると、まず親株を狙う。親株とは、そのあたりでいちばん早く根がついた葛の株のことである。それはパッとみたらわかる。

しかし、葛でも根にデンプンが入っていないものがある。それを見定めるために、根に鎌を入れてみて、切り口から白いデンプンの乳液のようなものが出るか確認する。切り口や乳液が黒ずんだりしているのは病気の葛である。葛にもフジにも病気があり、その葛の状態がこの方法でわかる。

良い葛根があるのは、信楽、青山高原、明日香、紀州あたりである。三重県にも 2 か所ほどあるが、デンプンが少ないのでそこは掘らないようにしている。

■葛掘りの作業

葛掘りをするのは冬期である。1 月から 2 月の葛が最高である。昔は 5 月頃まで掘っていたが、今は温暖化で 3 月頃までしか掘れない。また雨や雪が降ると葛根掘りはできない。

掘り子は鍬と鎌で葛の根を採取する。専用の道具があるわけではない。ただ、掘り方にコツがあるといえばある。

葛根の上の方は、だいたい 2m くらいはまっすぐ掘ることができる。“表スコ”、“裏スコ”といって、斜面の表側からと裏側からスコップで根を掘っていく。

掘った葛の根っこは、鍬で半分に切る。そして山から出す。

■葛根の下処理

掘った葛の根を持ち帰り、洗って、砕いて、水にさらし、デンプンを沈殿させて、泥が混じっているようなデンプンを取り出し、それを葛粉精製事業者に納めるところまでが掘り子の仕事である。

昔の農家には納屋などの作業スペースがあって、そこでこうした作業が行われていた。あるいは葛粉精製事業所にそうしたスペースがあった。

(3)吉野本葛から見る地域社会の変化

このインタビューの中で、葛について実に多くのことが語られている。掘り子は代々受け継いできた技術や長年の経験に基づいて、堅い山土の中で何年も育ってきた葛根を力強く掘り出す。日本の食文化を支える大切な仕事を担ってきたのである。

そして葛を地域や産業の観点から見ると、様々な要素が関連して現在の状況を生み出している。

■掘り子を取り巻く地域社会の変化

○かつて葛掘りは、父から子へ、あるいは地域社会の中で継承される地域の生業の一つであった。

○地域には農業という基盤産業があり、農閑期の副業として葛掘りが行われていた。家族全員で分業して取り組むこの副業は、農家にとっては重要な収入源でもあった。

○地域には、葛根を農家から仕入れる葛粉の製造事業者があった。これも地域の地場産業の一つであった。

○しかし農業が基盤産業ではなくなり、農業従事者が減少した。

○農業従事者の減少に伴い、葛根掘りもつらい仕事として敬遠されるようになった。収入も他の仕事からたやすく得られるようになった。

■葛の生育環境を取り巻く変化

○良い葛の根を得るためには 20 年以上生育したものであることが望ましい。このことが栽培には適さず、また一度根を掘るとそこでは 10～20 年経たなければ葛の根は取れない。

○かつて林業が盛んだった頃は、杉や檜の有用林にとって葛は邪魔なものであった。そのため葛根の掘り子と林業従事者は利害が一致していた。

○しかし林業も廃れ、そうした共存関係も成り立たなくなった。一部の山林は放置されて荒廃し、ゴルフ場や宅地へと、近年ではソーラー発電の土地として開発され、葛の生息に適した山も少なくなってきている。

(4)食文化継承への取り組み

このように、地域における産業構造やライフスタイル、価値観の変化などがからみあい、現在の吉野本葛の状況をもたらしているといえる。しかし吉野本葛だけに限らず、多くの食文化がこのようにさまざまな要因の変化によって存続が難しくなっていると考えられる。

吉野本葛では食文化継承の取り組みとして、製造事業者が中心となって、葛粉の食べ方のレシピを開発したり、子供を対象とした講習会、葛根掘りの体験などにも取り組んでいる。こうした活動を広く発信し、他の食文化においても継承に向けた取り組みを図っていく必要があるだろう。

Ⅲ　柿の葉寿司

1. 奈良と柿の葉寿司

(1)柿の葉寿司の歴史

■木簡に記された食材からわかること

藤原京や平城京(宮)から発掘された木簡に、鮓や鮨の字を記したものが多く含まれている。右の木簡は、若狭国(現在の福井県)から鯛の鮓は奈良に運ばれたことを示す荷札である。鯛の他に海産物では鰯、鯵、鰹、鮭のほか、鰒（あわび)、貽貝（とりがい）などの貝類、淡水魚では年魚・鮎（アユ)、鮒などがみられる。

木簡の文字には「鯖」がしばしば登場する。たんに鯖と記されているものが主だが、鯖と鮨の併記が１件(「鯖鮭鮓」と記されている)、塩鯖が１件(「塩鯖」と記されている)ある。この木簡から、この時代からスシ(鮓・鮨)があったことがわかる。この時代のスシは、現在のものとは異なり、魚貝類を保存するために発酵させたもので、「漬物」の一種であった。それは調理法というよりは、海から遠く離れた内陸まで魚貝類を運ぶための保存法であった。

鯖はスシが１件、塩が１件で、それ以外の木簡には保存法が記されていないが、能登・越中などの北陸地方や、伊予・安芸・吉備などの中国・四国地方といったとても短時間では運べないところから届けられていた。また、鯖は鮮度が落ちやすいため、塩蔵など何らかの保存方法が施されていたと考えられる。

平城京跡から出土した木簡（「鯛鮓」とある。若狭より納入された。）

（資料:「木簡庫」
奈良文化財研究所）

■発酵からみた「すし」の変遷

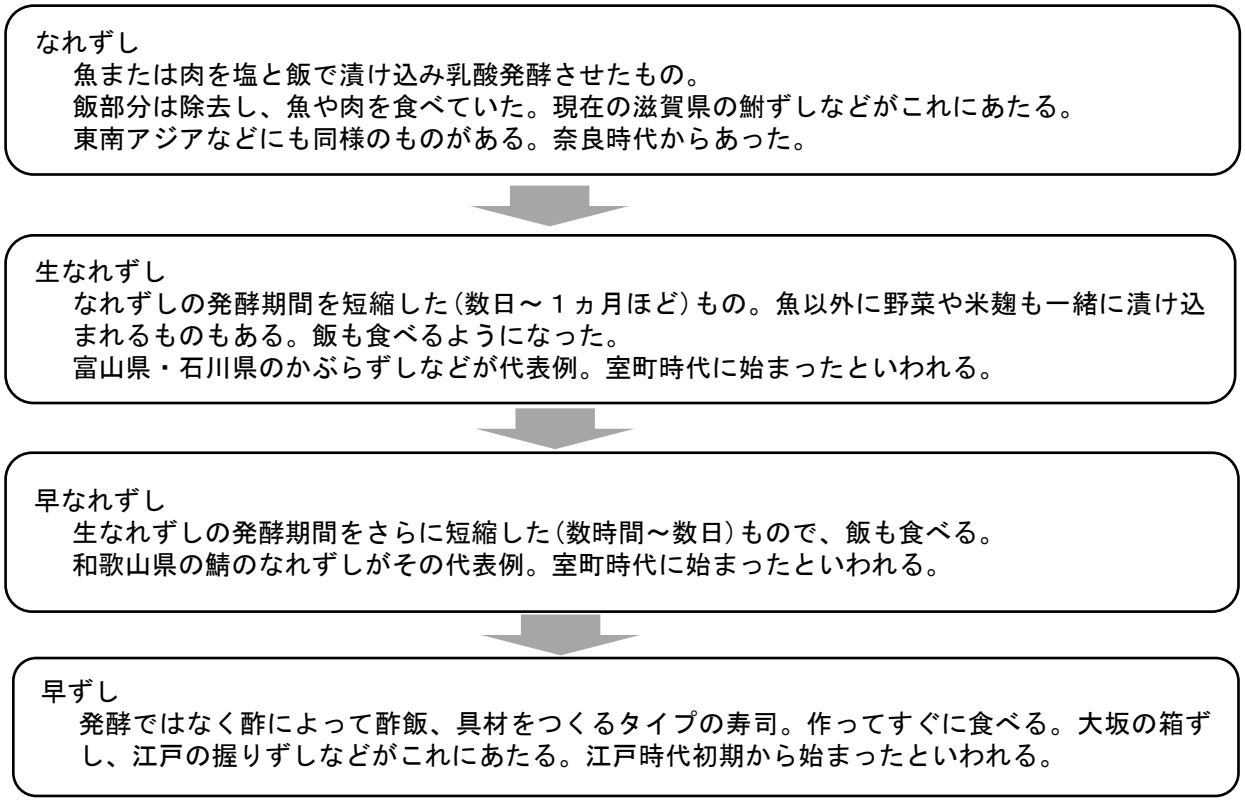
すしは、もとは乳酸発酵による発酵食品であった。その変遷については諸説あるが、発酵の度合いによって「なれずし」「生（なま)・早（はや）なれずし」「早（はや）ずし」と変化してきたとされることが多い。なお、「なれ」には「馴れ」「熟れ」の字があてられる。

すしにおける発酵は、主に魚とデンプン（米飯が主）に塩を加え乳酸発酵させる。なれずしは長期間の乳酸発酵により酸味を生じさせる技法で、奈良時代からあったと考えられる。やがて江戸時代に、米飯に酢を混ぜて作られるようになり、これを「早ずし（はやずし、江戸前寿司)」という。なれずしと早ずしの間には「生なれずし」や「早なれずし」もあるが、これは発酵の度合いが中間的なものであり、時代とともに発酵させる期間が短くなってきた。

この変遷に、柿の葉寿司を当てはめると、ほぼ「早なれずし」の時代に登場し、徐々に「早ずし」タイ

プに移行したと考えられる。

【すしの変遷】



（参考資料：『すしのひみつ』（日比野光敏）他）

いっぽう奈良でも、独自のすしの変遷の歴史がある。

奈良時代の木簡に登場する「鮓」「鮨」から千年ほどたった江戸時代中期の書物『和漢三才図会』(1712年)に、「大和国（奈良県）土産」には「鰷鮓（アユノスシ)」[6]が吉野下市の名物としてあげられ、釣瓶の形状をした曲げ物の桶に鮎を押したすしであるとされている。このすしはその容器の名にちなみ「釣瓶鮓」と呼ばれ、鮎や鰷を押して作られる「なれずし」であった。このように吉野川流域の村々では釣瓶型の器の中に何匹も、鮎のなれ鮓を押して作っていた。この釣瓶鮓は、歌舞伎の『義経千本桜』にも登場し、全国に知られるようにもなった。このあたりに柿の葉寿司の古いかたち、奈良の「なれずし」の原型があるようである。やがてこの鮎鮓が鯖鮓になり、柿の葉寿司になっていったと考えられる。

■サバが運ばれたルート

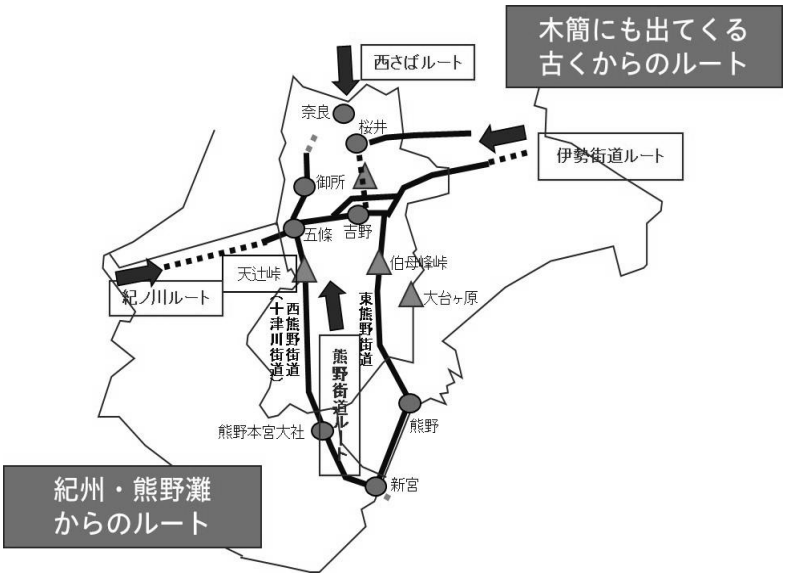
全国には「鯖街道」や「鯖の道」と呼ばれる、海から内陸に鯖(塩鯖)を運んだといわれる道・街道がいくつかある。なかでも若狭と京都を結ぶ鯖街道は日本遺産にも認定され、よく知られている。この他にも、出雲街道、因幡街道、美濃街道などの日本海と内陸部を結ぶ街道が鯖街道といわれている。これらの鯖街道の途中や終点には、それぞれ鯖寿司があり、祭りのごちそうとなっている。

奈良の柿の葉寿司にも鯖が欠かせない。柿の葉寿司ができるより前の奈良時代以降、奈良に鯖が運ば

[6] 「鰷」の漢字に「アユ」とルビを打ってあるが、本来この漢字は「ハイ」と読み、はこの地方で「ハイ〔ハイジャコ〕」と呼ばれる魚であり、鮎より小ぶりである。吉野川で豊富にとれた。

れたルートは東西南北あると考えられ、奈良は「鯖の十字路」とも言えるであった。鯖街道の中でも太平洋側の鯖が運び込まれていたことが奈良の特徴で、これで初めて「十字路」ということができる。南の熊野川ルート、西の紀ノ川ルート、東の伊勢ルートから、太平洋の鯖が運び込まれたと考えられる。

【奈良に鯖が運ばれたルート】



とくに柿の葉寿司に鯖は、「熊野の鯖」「紀州の鯖」を用いるということが認識されている。川上村の民俗調査では、夏祭りの柿の葉寿司には熊野の塩漬けの鯖を使ったとされている。また、「さばいらんけ、熊野さばのうまいの」といってさば売りが来たという記録もある。

なお、鯖の道は「塩の道」でもある。奈良のような内陸部では、海産物の中でも、塩を得ることが重要であった。木簡に記された海産物のルートは、同じく木簡に記された塩（鹽）のルートと重なっている。吉野の山奥の地域では、古くから熊野から塩が運ばれていた。川をつたえばそれが最短ルートであったからである。近代になって、食料・衣料をはじめとする生活物資が紀ノ川流域の上市・下市・五条から入ってくるようになっても、塩だけは熊野から入ってきていた[7]。いっぽう五条の下流の橋本には紀州藩の塩の市があり、紀州や瀬戸内の大規模な塩田で作られた塩が奈良(大和)に専売的に売られていた。それでも熊野とつながっていたのである。塩も、塩鯖も同じようなルートを経由して届いていたと思われる。

■奈良における柿の歴史

柿は、平城京の木簡にも「柿子」や「干柿」と記され、奈良では古くから食されてきた。

干柿を作るため、あるいは繊維や紙に塗って防腐・強化する渋を取るために、民家の周りには柿の木があったと想像される。

なお、柿の葉寿司には、よくしなって包みやすい渋柿の葉が適しているといわれる。昔の柿に甘柿はなく、渋柿であった。はじめての完全甘柿・御所柿が奈良で生まれたがそれは江戸時代のことであった。また紀ノ川周辺で柿の産地が形成されたのは、大正時代のことであって、当時の寒波でそれまで作られてきたミカンの木が枯れてしまい、柿栽培に切り替えられたことが背景にある。ここにおいては、柿の葉という点では、紀ノ川流域が柿の葉寿司との関連が深いと考えられる。

■米と郷土食･伝統食

なれずしにするにも、早ずしにするにも、米（すし飯）が必要である。しかし鯖同様に、米もまた昔は貴重品であった。それゆえに、柿の葉寿司は「祭りのごちそう」であった。そもそも郷土食・伝統食とい

[7] 『山に生きる人々　日本民衆史２』(宮本常一　1964 年)

われるものの多くは、祭りや伝統的行事、信仰などと結びついて「ハレの食」「神仏への捧げもの」である。貴重な米が「ハレの食」となることがある意味で当然のことである。前述の鯖街道沿いに分布する鯖寿司も、ほとんどが祭りのごちそうである。

日本で庶民が米を常食とするようになったのは、江戸時代以降のこととされている。それ以前は、米は貴族や武士などの一部の人しか食べることができず、庶民は麦や雑穀を主に食べていた。江戸時代に入ると、農業技術や流通の発展により米の生産量が増加し、庶民も白米を食べる機会が増えた。しかし、白米を常食とすることが一般化したのは都市部が中心で、地方では引き続き雑穀や玄米が主流だったといわれる。

こうしたことから、柿の葉寿司が家庭で調理されるようになったのは、少なくとも江戸時代以降のことではないかと考えられる。

【奈良の柿の葉寿司の変遷】

時期	奈良時代～	室町時代～	室町時代～	江戸時代～
すしの変遷	なれずし	生なれずし	早なれずし	早ずし
奈良のすしの変遷	鮓・鮨（木簡に記された県外から運ばれたもの）	鮎寿司（柿の葉寿司の原型といわれる）	柿の葉寿司（発酵をともなう）	柿の葉寿司（発酵をともなわない）
奈良の寿司に変化をもたらした要因		海産物である鯖が入手できるようになった	酢が普及した	

(2)現在の柿の葉寿司の製造状況

柿の葉寿司が奈良県の「名物」となったのは、おそらく明治期以降のことではないか考えられる。なぜならば、江戸時代に多く出版された各地の名物紹介に奈良に柿の葉寿司は出てこないためである。また江戸時代の落語に出てくる都（江戸・京・奈良・大坂）の名物について、奈良は「大仏、鹿の巻筆、奈良晒、あられ酒、奈良漬、茶粥、春日灯篭、町の早起き」と言われている。

現在の柿の葉寿司製造事業者のなかで、創業がもっとも古いのは 1861 年(文久元年)だが、これも創業当初は吉野上市村で、すし、川魚、乾物の製造販売業としての創業である。その後、鮎寿司の駅弁が主力商品となり、柿の葉寿司が主力となったのは昭和 30 年代である。他の事業者は、1903 年(明治 36 年)創業、柿の葉寿司への進出は 1973 年(昭和 48 年)、あるいはもう 1 社は 1976 年(昭和 51 年)柿の葉寿司参入などで、いまのような土産物としての販売は、比較的最近のことである。

柿の葉寿司製造事業者は、大手は奈良県内に 4 社、大阪に 1 社ある[8]。さらに、自営業型の小規模事業

[8] 大阪の事業者の出自は天川村としている。

者も合わせると全体で約 30 事業者ある（令和５年度調査)。これらの事業者の製造販売額に関する統計データはないが、業界関係者の推測では年間約 120 億円といわれる。また大手事業者の中には販売エリアを県内だけでなく県外へと広げている事業者もある。

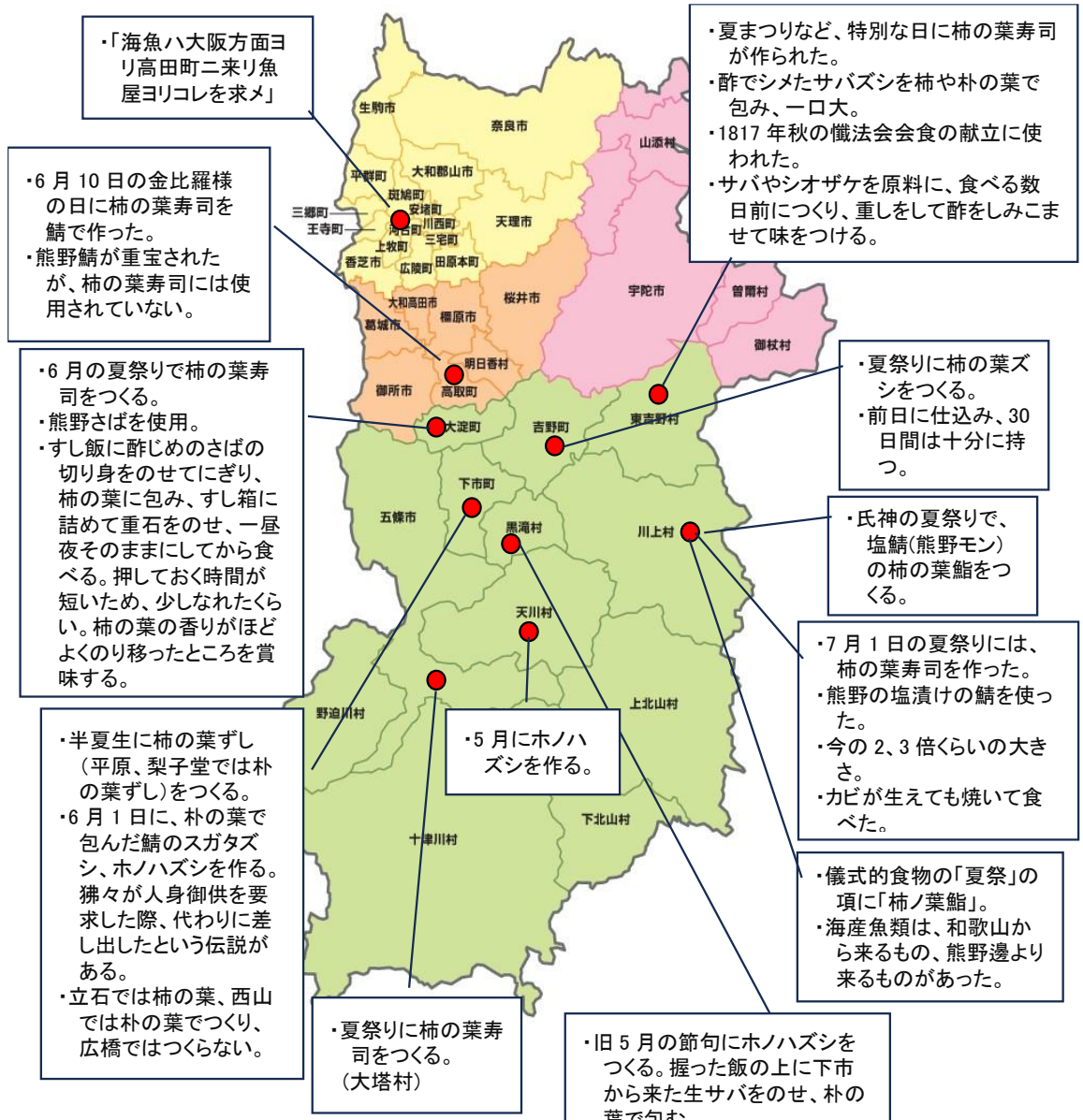
2. 地域の人々と柿の葉寿司

(1)県内各地の柿の葉寿司

下の地図は、奈良県の各市町村史等から、柿の葉寿司に関する記述を抽出したものである。傾向として県南部の熊野川流域と紀ノ川流域に情報が集中していることの他に、以下のようなことがみてとれる。

・主に夏祭りのごちそうだが、夏祭りにはいろいろなものがある。
・酢でしめるタイプ(早ずし系)と押しずしタイプ(生なれ系)がある。
・昔のものはいまのものとは形状・サイズなど異なるようだ。
・一部の地域では柿の葉ではなく朴の葉で包む。　　など

【各市町村史等からみる柿の葉寿司】



(注)市町村史から抽出した記載を整理したものである。各市町村史は発行された年代はまちまちで、ある一定の時代の状況を切り取ったものとはなっていないことに注意。表記は原著のままである。

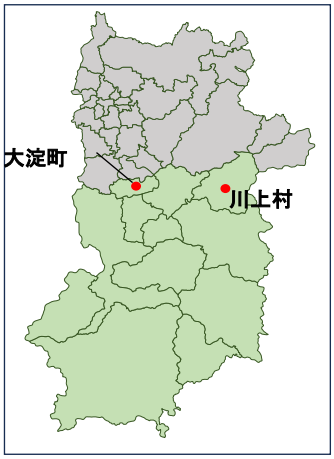
さらにこの地図からわかることは、柿の葉寿司は地域の夏祭りのごちそうとしてほぼ共通していることなど、柿の葉寿司に共通する要素と、作り方や形状、包む植物の種類など、地域それぞれに個性があることである。また、酢を用いるか、あるいはあまり用いないで時間をかけて発酵させる（なれさせる）かなどのちがいもある。これは地域差とともに、柿の葉寿司の変遷をも表しているのかもしれない。

あとでもみるように、いまでも地域や家庭で柿の葉寿司は作り続けられており、その作り方、そして味も地域・家庭ごとに多様であると考えられる。また、地域ごと、あるいは家庭ごとに柿の葉寿司に関する「物語(ストーリー)」がある。それは積み重ねられた歴史でもある。こうしたことを総合したものが、奈良の柿の葉寿司の文化であると考えられる。

(2)吉野地域での柿の葉寿司の伝承事例

柿の葉寿司は吉野川流域の代表する郷土食で、日本遺産 吉野「森に育まれ、森を育んだ人々の暮らしとこころ」の構成文化財のひとつにもなっている。

吉野地方のスーパーでは、5 月後半から 6 月頃にかけて、パック入りの薄くスライスしたサバや鮭が、柿の葉寿司づくりのために販売されるが、この地方ならではの光景ということである。このような例からもいまも家庭で柿の葉寿司が作り続けられていることがわかるが、作られている方の多くは 70 歳代以上で、若い世代への継承が難しいのが現状である。



ここでは吉野地方で、8 店舗の柿の葉寿司の事業者が協力して柿の葉寿司の普及に取り組む「川上村」と、大淀町で柿の葉寿司等の伝承に取り組む「おおよど語り部の会」の活動について紹介する。

■川上村「柿の葉寿司の里かわかみ」の取り組み[9]

かつて川上村ではほとんどの家庭で 5 月末から 10 月の柿の葉がなくなる頃まで柿の葉寿司を作っていた。いまも 70 歳代から 80 歳代が中心ではあるが、お盆の頃などに家で柿の葉寿司が作られ、帰省した家族や親戚などにふるまわれるという。

約 10 年前、川上村の 10 店舗(現在は 8 店舗)で「柿の葉寿司の里かわかみ」という組合を結成した。各店舗では、お店ならではの特徴のある柿の葉寿司が作られていたので、食べ比べセットの販売を始めた。いまは異なるお店の 2 個入りや 5 個入りの食べ比べセットを作り、イベントなどで販売している。

村内には柿の葉寿司のお店が多く、家庭の味である柿の葉寿司を絶やさずに、これからも広めていこうと村をあげて講習会などの後継者育成に取り組んでいる。

[9] この内容は「奈良の食文化ワークショップ 柿の葉寿司（令和 7 年 3 月 1 日開催)」での柿の葉寿司徳岡の徳岡康信さんの事例報告等をもとにとりまとめたものである。

■大淀町「おおよど語り部の会」の活動[10]

おおよど語り部の会（以下、語り部の会）は、平成 23 年（2011 年）に発足した大淀町在住の方々のグループである。活動内容は、地元の小学校での昔遊びの伝承や戦争体験の語り部、町内の名所を紹介したかるたづくりなど大淀町内の民俗や伝統文化を語り継ぎ、まちづくりに貢献することを目的に活動を続けている。

語り部の会の活動の中から、柿の葉寿司の伝承活動について会員の方々からお話を伺った。

▲おおよど語り部の会のみなさん。手に持っているのは手づくりの柿の葉寿司の紙芝居

柿の葉寿司はハレの日の家庭料理（会長 阪本江利子さんのお話）

現在、柿の葉寿司は、お店で買うものと思われがちだが、かつては海のない吉野地方に人たちにとっては、ハレの日の家庭料理だった。熊野灘や尾鷲でとれた鯖を塩漬けしたものを使い、さらに日持ちするよう、殺菌効果のあるといわれる柿の葉で包んだのが柿の葉寿司の始まりと言われている。

かつての柿の葉寿司　（下市町出身の植田雅子さんのお話）

私が柿の葉寿司をはじめて食べたのは、小学 1 年生頃だったと思うが、柿の葉寿司を作ったのは、小学校の高学年、昭和 25 年(1950 年)頃のこと。その頃は、柿の葉をとるのは子どもの仕事で、5 月末から 7 月頃、兄と二人で鎌を持って、柿の木に登って柿の葉をとっていた。その頃になると柿の葉が大きくなるが、毛虫がつくのが嫌で、泣きべそをかいていたが、柿の葉寿司を食べることを楽しみに頑張って葉をとったことを覚えている。下市町の阿知賀は柿の木がたくさんあるところで、柿の葉寿司はハレの日のごちそうとして作られていた。

昭和 35 年（1960 年）頃、柿の葉が大きくなる 5 月末から 6 月頃にかけて行商の魚屋さんが注文を取りに来てくれる。（スライスした鯖が）いつ頃何枚いるか聞いてくれた。行商の方は運搬車という自転車にトロ箱を 5 つか 6 つ積んできた。そのトロ箱には、赤味がかったザラメのような塩の中に鯖がたくさん埋まっていた。塩の中から鯖を取り出して、すいてくれる。すくと、きれいなピンク色の身があらわれて、それをお皿に並べてくれる。味は濃かったような気がする。使いこなれた大きなまな板で鯖をすいてくれるのを見ているのも楽しかった。

▲柿の葉寿司を詰めて押す箱。かつては、もっと大きな箱で各家庭にあったという。
1 升のご飯で 100 個の柿の葉寿司ができる。この箱には 100 個詰められるが、包み方をきちっとしないと 100 個は詰められない。語り部の会では 50 個くらい詰めるそうだ。

柿の葉寿司は家族全員で作るもので、それぞれ柿の葉をとって掃除したり、ご飯の用意をしたりしていた。当時は羽釜でご飯を炊き、半切り（浅めの桶）にご飯を移して、お握りにする。母は同じくらいの大きさで握り、柿の葉を巻いて（キャラメル包み）、それを父が箱に隅からきちんと詰めて、私たち子供が石などを重石にして押した。翌日、柿の葉寿司を食べるのを楽しみにしていた。

---

[10] おおよど語り部の会の活動は、会員へのヒアリング調査(令和 6 年 11 月 21 日)と「奈良の食文化ワークショップ 柿の葉寿司（令和 7 年 3 月 1 日開催)」での会員の事例報告等をもとにとりまとめたものである。

子供が箱に柿の葉寿司を詰めると、鯖がご飯の横にいったり、裏に回ったりするが、それはそれで面白みがあった。慣れないと柿の葉のキャラメル包みはできない。柿の木のある家庭には、柿の葉寿司を詰める箱があった。一家で 3 升 4 升のご飯で柿の葉寿司を作ってご近所に配ったり、親戚のところにもっていったりしていた。

柿の葉寿司をつくる季節（大淀町内の宮川米子さん・谷原房子さんのお話）

あまりに柿の葉が若いと包みにくいが、柿の葉があおい時が良い。柿の葉も渋柿の葉でないといけない。渋柿の葉は柔らかい。鮎釣りの解禁である 6 月 1 日の川開きの頃が、柿の葉寿司づくりに適した柿の葉の時期。その頃は柿の葉も大きくなって包みやすい。柿の葉も 7 月 8 月になると虫がついたり、固くなったりしてしまう。ある事業者は、新葉に包んだ柿の葉寿司を 6 月から販売するが、その期間は短い。

柿の葉寿司用の鯖

昔は大きな籠に鯖を入れて、重石をして油を出した。いまも押していると思う。普通の塩鯖では柿の葉寿司はできない。鯖だけを先に押す。12 本の鯖が入ったトロ箱 3 杯くらいの量の鯖の頭の所に塩鯖より塩をきかせる。それを一週間ほど冷蔵庫に入れて、鯖の油を落とした。そして鯖を 3 枚におろして皮を剥いで、骨もみな抜いてすいていく。

ふつうの塩鯖では味がよくないので、お店で押している柿の葉寿司用の塩鯖を買う。さばくのは難しいので、お店ですいた鯖を買ってきた。去年までは近所の魚屋さんが 100 枚なら 100 枚すいてもってきてくれた[11]。

語り部の会の柿の葉寿司（阪本さん、宮川さん、谷原さんのお話）

吉野地方の伝統料理である柿の葉寿司の講習を始めたのは、10 年前、6 月 1 日に町内で開かれる川開きの行事に依頼されたのがきっかけである。コロナウィルス感染拡大以前は、年に一度、この時期に講習会を開催していた。

柿の葉寿司のレシピは、20 年ほど前、地元の公民館活動の中で、宮原さんと谷原さんが研究してこのレシピにたどりついた。

宮原さんと谷原さんは、当時、年に 1～2 回は郷土料理を作って家族や地域の人に味わってほしいと思い、5 人のグループで、柿の葉寿司、小麦もち、柏餅などを作ってきた。そのうち 2 人が亡くなり、グループは解散したが、二人は 10 年前に語り部の会に入り、このレシピによる柿の葉寿司づくりがいまも続いている。

いまは、鯖は、魚屋さんにお願いするときれいにすいてもってきてくれるので、すし飯を作るだけなので、柿の葉寿司づくりもずいぶん楽になった。

柿の葉寿司は、みんなでワイワイ言いながら作るもの。昔は家族や、近所の人たちが寄って柿の葉寿司を作っていた。このレシピも家族で作る家庭の料理にしようということを目標に開発した。私たちのレ

[11] 地元の魚屋さんが亡くなり、今年からは地域のスーパーで注文することになった。柿の葉寿司を作る人が減っているからか、常時、柿の葉寿司用のサバが店頭には並んでいないとのことである。

シピは簡単で、家庭で子供たちもできるということで活動を続けてきた。

語り部の会の柿の葉寿司づくり

柿の葉寿司用の鯖は地元のスーパーに事前に注文する。柿の葉は、かつては各家庭や近所に渋柿の木がたくさんあったのでいただけた。それを各自がもちよる。渋柿は旬になると柔らかく、包みやすくなっている。柿の葉は大きすぎても小さすぎても包みにくいので、市販の柿の葉寿司の柿の葉で作った型紙に合わせて柿の葉を切り大きさをそろえる。柿の葉は前日に洗ってきれいにふいて新聞紙などに包んでおくとしんなりして包みやすくなる。そして 75 グラムのすし飯を熱いうちに握り、鯖をプラスチックの型の容器の下に入れ、その上に冷めたすし飯をおいて、押すと柿の葉寿司ができあがる。

大塔村などでは朴の葉でさば寿司を包む。このように地域によっては朴の葉で包むところもある。語り部の会は、昔から柿の葉寿司を作られてこられた方に教えていただき、地域の方に少しでも伝統の柿の葉寿司を広めていきたいということで活動し、柿の葉寿司づくりを YouTube で配信したりしている。

▲語り部の会でつくられた柿の葉寿司

(3)県内の農産物直売所を対象とした調査

柿の葉寿司の民俗(文献調査)、川上村の取り組みやおおよど語り部の会へのインタビュー調査からもわかるように、柿の葉寿司は地域や家庭で作られてきて、いまなおその伝統は続いていることがわかった。ここでは農産物直売所の調査を通じて、さらにその現状について広くみてみたい。

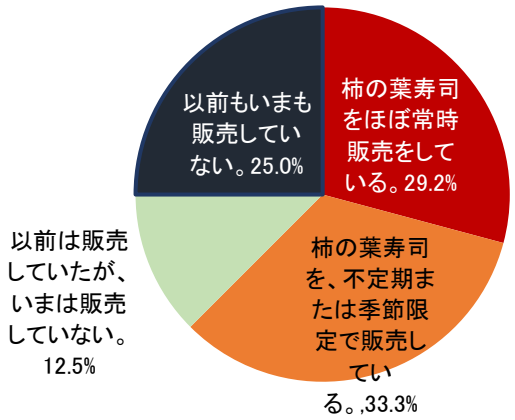
■調査の概要

奈良県内の農産物直売所（以下、直売所）42 件に対し、主に柿の葉寿司と奈良漬について販売状況や購入目的、家庭で作られているかどうかについて尋ねた。

●調査対象　42 件
●有効回答　24 件（回答率:57.1%）
●調査方法　郵送、回答はファックス
●調査時期　令和 6 年 12 月

■調査結果

【県内直売所での販売状況】



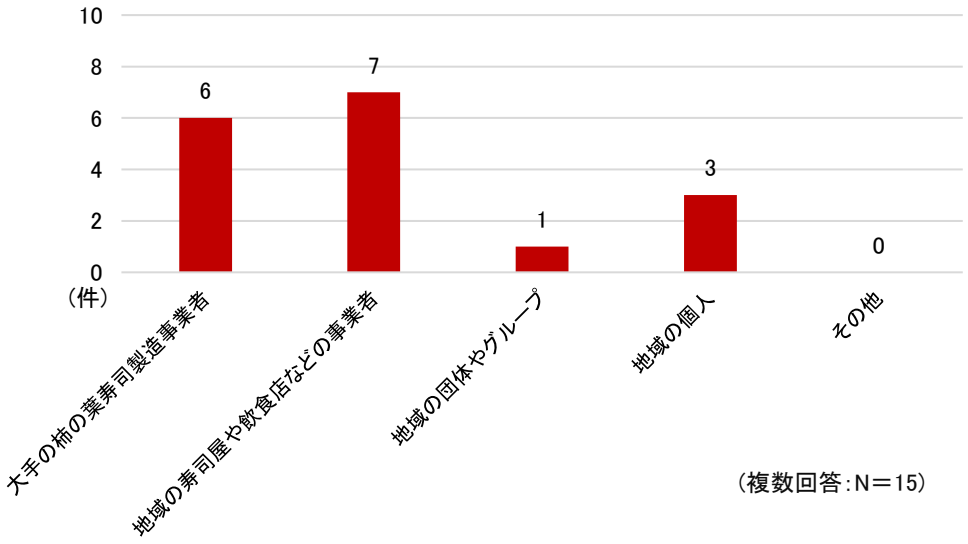
①直売所での柿の葉寿司の販売状況

柿の葉寿司を常時販売している直売所は 7 件（24 件中）、不定期または季節限定で販売する直売所は 8 件（24 件中）で、併せて 15 件。柿の葉寿司は全体の約 6 割超の直売所で販売されている。

② 直売所で柿の葉寿司を販売している事業者の種類（複数回答）

柿の葉寿司を販売している 15 の直売所のうち、地域の寿司屋や飲食店などの商品を扱っているのはは 7 件、大手製造事業者の商品は 6 件、地域の個人の商品が 3 件、地域の団体やグループの商品が 1 件である。

【製造者の種類】



（複数回答：N＝15）

柿の葉寿司を販売している 15 の直売所の柿の葉寿司の製造事業者は、大手の製造事業者が多く、大手 4 事業者の商品を置いている直売所が 1 件ある。

柿の葉寿司の販売が 1 事業所のみの直売所をみると、地域の寿司屋や飲食店からの直売所が 4 件、地域の団体やグループからの直売所が 1 件、地域の個人からの直売所が 3 件となっている。

【直売所で取り扱う柿の葉寿司製造事業者数】

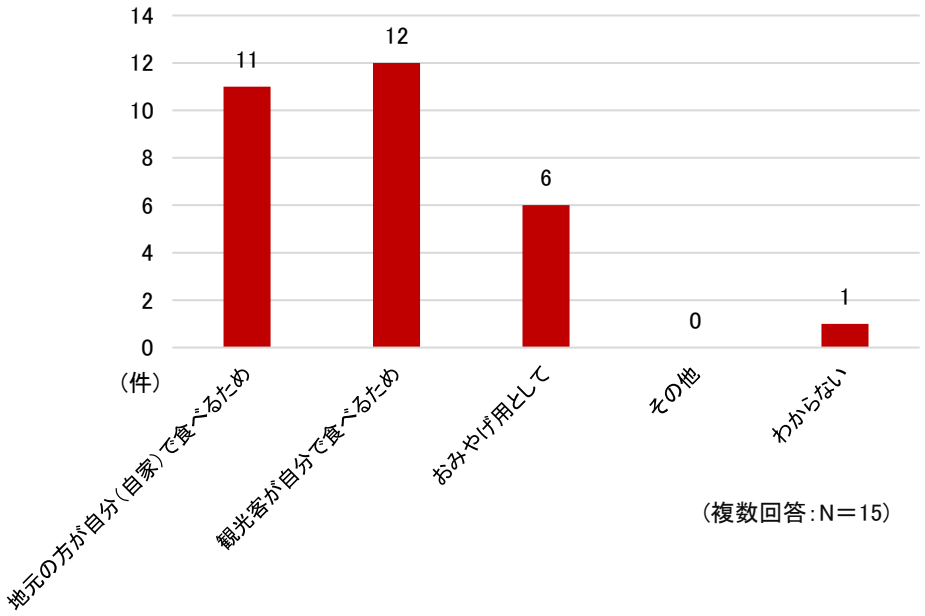
（N=15）

項目	1 事業者	2 事業者	3 事業者	4 事業者	無回答	合計
大手の柿の葉寿司製造事業者	2	1	1	1	1	6
地域の寿司屋や飲食店などの事業者	4	1	1	0	1	7
地域の団体やグループ	1	0	0	0	0	1
地域の個人	3	0	0	0	0	3

③柿の葉寿司を購入する目的（複数回答）

柿の葉寿司を販売している 15 の直売所の、購入者が柿の葉寿司を購入する目的は、観光客が自分で食べるためが 12 件、地元の方が自分（または自家）で食べるためが 11 件、おみやげ用が 6 件となっている。

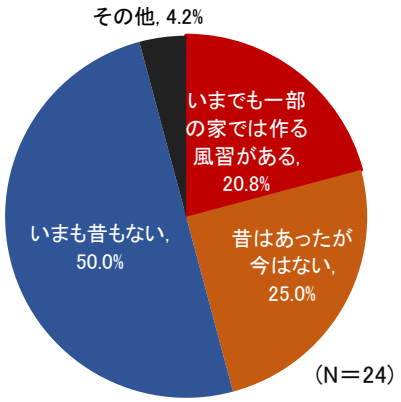
【購入目的】



④柿の葉寿司を作る家庭の有無

直売所が立地する地域では、家庭で柿の葉寿司を作る風習などがあるかについては、いまでも一部の家で作る風習があると回答したのは 5 件、昔はあったが今はないが 6 件、いまも昔もないが 12 件で、回答のあった直売所が立地する半数の地域では、現在あるいはかつては柿の葉寿司を作っていた。

【家庭での柿の葉寿司の状況】



【柿の葉寿司を家庭でつくる風習のある（あった）地域】

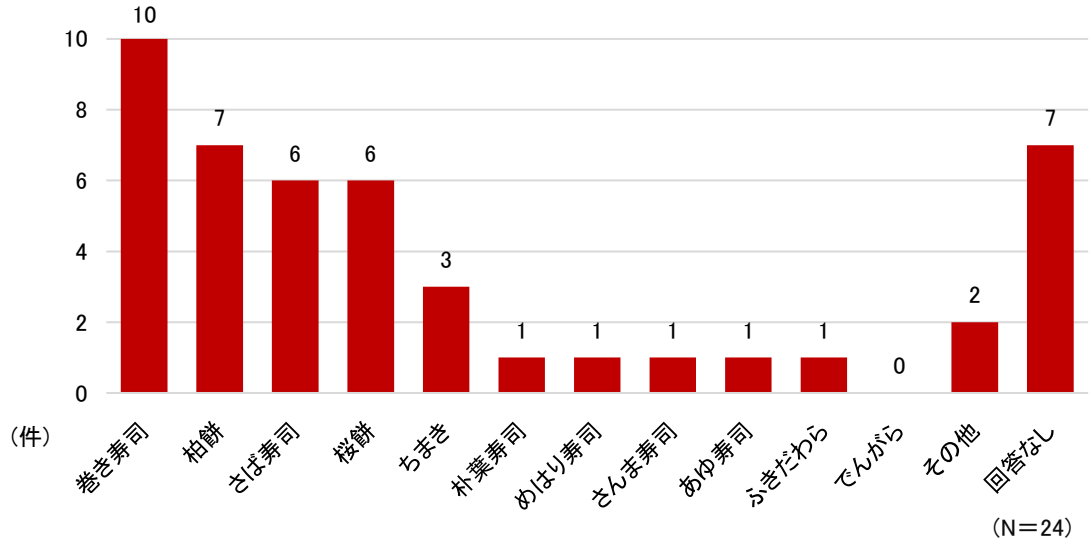
●今も作っている:
奈良市(1 直売所)　御所市(2 直売所)　五條市(1 直売所)　大淀町(1 直売所)

●昔は作っていたが今はない:
桜井市(1 直売所)　葛城市(1 直売所)　明日香村(2 直売所)　宇陀市(1 直売所)
黒滝村(1 直売所)

⑤柿の葉寿司以外に、寿司や葉で包んだ商品の種類（複数回答）

柿の葉寿司以外では、寿司は、巻き寿司(10 件)、さば寿司(6 件)が多く、葉で包んだ商品は柏餅（7 件）、桜餅（6 件）が多い。これらの中には、柏餅や桜餅などのように、全国的にも食べられているものも含まれている。

【柿の葉寿司以外の寿司や葉で包んだ商品の種類】



※その他は、草餅 1 件 わさび葉寿司 1 件

3. 柿の葉寿司の広がり

(1)県外の柿の葉寿司

■和歌山県の柿の葉寿司

柿の葉寿司を作っている地域は全国にいくつかある。そのうちで奈良県に隣接する和歌山県のものは、奈良県のものとの類似している点が多い。同時に、少し異なる点もある。両者を比較し、それぞれの類似点と相違点をみてみることで、奈良の柿の葉寿司の特徴を知ることができる。

まず和歌山県の特徴は、柿の葉寿司も含めて、いろいろな種類の寿司が「郷土食」に含まれていることである。農水省のウェブサイト「うちの郷土料理」にあげられている、和歌山県の郷土料理は 27 種類で、うち 9 種類がスシである。

【和歌山県の郷土食のすし】

①めはりずし　②さんま寿司　③なれずし　④柿の葉寿司 ⑤かきまぶり(ばらずし)　⑥こけら寿司　⑦はたごんぼずし ⑧わかめずし　⑨わさびずし

和歌山県の柿の葉寿司

出典:農林水産省ウェブサイト
(https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/kaki_maburi_wakayama.html)

和歌山県は、柿の生産量は全国一位である。特に紀ノ川流域は柿の特産地である。この地域を中心に柿の葉寿司が作られている。その始まりは江戸時代といわれている。

奈良県の柿の葉寿司と形状はよく似ているが、和歌山県では夏祭りではなく秋祭りのごちそうであった点が異なる。そのために和歌山県の柿の葉寿司は、紅葉した柿の葉が使われる。

具材は、紀ノ川沿いに運ばれた熊野灘の鯖が主であることもよく似ている。ただし、具材は鯖だけではなく、小エビやオイカワ(ジャコ)などの甘辛煮や、しいたけ、かまぼこ、油揚げ、卵など、身近にある食材が使われる。

作り方は、すしを柿の葉でくるんで、重石をして一晩押すと、酢と白米と具材がなじむ。和歌山ではさんま寿司やなれずしがいまでも作られていることなどから、和歌山の柿の葉寿司も奈良県と同様に、もともとは「なれずし→生なれずし→早ずし」の変遷を経ているものと考えられる。

また、柿の葉寿司は石川県、鳥取県、福岡県にもあるが、奈良県と和歌山県の柿の葉寿司は地域的な広がりからみておそらく同源と考えられる。

■全国各地の柿の葉寿司

奈良県・和歌山県以外にも、石川県加賀地方、鳥取県智頭地方、福岡・佐賀県地域の一部、飛騨地方でも柿の葉寿司は作られている。いずれも柿の生産地・名産地であることが共通している。

いずれの地方の柿の葉寿司も、もとは郷土食あるいは行事食である。ただし、土産物として定着した

奈良県では食品製造業の１つとして産業化されているが、他地方では郷土食や行事食の色彩が強い。

奈良県の柿の葉寿司は角型(直方体)であるが、石川県加賀地方のものは丸みをおびている。また奈良県などでは具材は鯖(塩鯖)を主としているが、鳥取県智頭地方では鱒を使うなどこれも様々であり、ほかに鮭や鯛なども使われる。近年では牛肉や鴨肉などにも広がり、具材は多様化している。

総じて、奈良・和歌山は押しをかけて、かつては生なれであった変遷が共通しているが、その他の地方のものは、ちらしずし、バラずしの系統であるように思われる。

【奈良県･和歌山県以外の柿の葉寿司とその特徴】

地　方	特　徴
石川県加賀地方 (柿の葉寿し)	前田利家の金沢城入城(16 世紀)を祝い、領民が献上したものが始まりと言われている。鯖や鮭がよく使われ、お盆やお祭りの際に食べられる。 小さめににぎった酢飯を柿の葉にのせ、その上にしめ鯖と紺のり[12]と桜エビをのせる。押し箱に並べていき、重石を乗せてしばらく置く。 奈良のものに比べてかたちが丸みを帯びている。
鳥取県智頭地方 (柿の葉ずし、または柿の葉寿司)	智頭地方は鳥取県東部の山間地域。また智頭地方は奈良から御所柿が伝わった柿の産地。古くから伝わる郷土食で、盆や正月、祭りのおもてなし料理。 具材に塩鱒を使い、スパイスにサンショウを用いる。柿の葉に包まず、乗せるタイプで丸みがあるのが特徴。 家庭で作られることが少なくなってきたため、地域住民組織「那岐特産品開発研究会」によって継承活動が始められ、料理教室などの普及活動が行われている。
福岡県嘉穂郡	秋に行われる、豊作を氏神さまに感謝する村祭り“おくんち”のごちそうである。具は、にんじん、しいたけ、ごぼう、鶏などを小さくそぎ切りにして、砂糖と塩で味付けして煮たもの。それらをすし飯の中に混ぜて小さく握り、その上に酢じめした魚や、小えび、でんぶなど色とりどりにおき、柿の葉でくるみ、ひと晩置く。朝倉郡などでも作られており、柿の葉の包み方や素材は地方によってさまざまである。 福岡県は、柿の生産量では和歌山県、奈良県に次ぐ第 3 位。

(2)奈良の「葉で包む文化」

ここまでみてきたように、柿の葉寿司は、奈良県内や和歌山県、そして他の地方でも多様な広がりを見せている。この柿の葉寿司を、もう少し広い視点でみると、「葉で包む食の文化」という捉え方もできる。

次頁の図は、市町村史などに記載されている「葉で包む、のせる、おおう文化」を、奈良県の地図に落とし込んだものである。奈良県内では多様な葉が食具として使われ、多様な用途があることがわかる。

柿の葉は、すしとしてだけではなく、県内各地で正月やお盆の供え物をのせるための食具としても使用されている。古来、カシワ(柏)は広く木の葉のことをいい、食物を乗せる食器として用いられていた。葉の用途をみると柿の葉をはじめ多様な葉が、奈良の人々の暮らしの中で行われる行事や信仰と深く結び付いていることがわかる。

[12] エゴノリ、テングサなどの海藻を食用色素で紺色などに着色したもの。

【「葉で包む文化」地図】

●柿の葉寿司等に関する記述　●チマキ等に関する記述　●その他の葉に関する記述

【旧 北倭村】
●チマキ（端午の節句）

【田原本町】
●柿の葉に供え物(盆)
●嫁の里からチマキ（端午の節句）
●ビワの葉に小豆粥（小正月）

【斑鳩町】
●アシの葉で包むチマキ（端午の節句）
●ハスの葉に供え物（盆）

【安堵町】
●チマキ（端午の節句）
●魚の乾物・塩鯖をハスの葉に包んで、子どもの膳につける。(盆)
●ビワの葉に粥（小正月）

【平群町】
●柿の葉にご飯を盛って供える。(盆)
●チマキ、柏餅(端午の節句)

【王寺町】
●チマキと柏餅（端午の節句）
●里芋の葉に乗せて供える。(盆・月見)

【上牧町】
●チマキと柏餅（端午の節句）

【旧 二上村】
●チマキ（端午の節句に嫁の里から）

【大和高田市】
●チマキを近所に配る（5月節句）
●バランの葉に粥(正月の供え)
（「風俗誌」ではビワの葉）

【旧 當麻町】
●チマキ（端午の節句に嫁の里から）。アシで包む。木戸は「乞食ぼうず」伝説があり、作らない。
●里芋の葉に供え物（盆）

【御所市】
●チマキと柏餅（端午の節句）

【五條市】
●ススキの葉でチマキ（5月節句）
●正月にビワの葉に小豆粥(小正月)
●サビラキに、ツタの葉 12 枚に炒り大豆・洗米を乗せ、田のふちに供える。
●両親ある子に、ササの葉を敷いたサシサバを朝の膳につける。(七日盆)

【旧 西吉野村】
●サバや鮭を使ってホオノハズシ(大峰)
●柿の葉寿司は夏祭(賀名庄・白銀)
●チマキ・柏餅をもって里帰り(5月)

【旧 大塔村】
●夏祭りの柿の葉寿司
●チマキはササかアセ(チガヤ)。
●柏餅はサンキラ(イ)かホオの葉。

【野迫川村】
●柿の葉寿司は野迫川の郷土料理の1つ。
●ササの葉チマキ、なければヨシカヤ（端午の節句）。

【十津川村】
●ナラセズシ(柿の葉は使わない)。
●ササの葉チマキ、なければヨシカヤ（端午の節句）。麦粉で作る場合もある。
●サルトリイバラでオサスリ(米粉だんご)（端午の節句）
●クズの葉で蒸しクリの葉で包む小麦餅（土用の丑の日）
●とう菜（高菜）ずし、ちしゃ菜ずし

【黒滝村】
●黒滝村の「ふるさとの味」の1つ
●5月の節句にホオの葉でホノハズシ

【天川村】
●5月の節句にホオの葉でホノハズシ
●アセ(なければカヤ)チマキ（端午の節句）

【下北山村】
●チマキはスズタケの葉で包む。
●サルトリイバラでオサスリ(餅)
●柏餅はホオまたはカシワの葉で半夏生に必ず作る。
●鮎寿司をササの葉を敷いたもろぶた(箱)に並べる。
●まなめはり(下北春まな)

【上北山村】
●チマキ(端午の節句)

【下市町】
●柿の葉寿司(半夏生)。一部はホオバ寿司。一部は作らない。
●チマキ・柏餅(端午の節句)

【大淀町】
●柿の葉寿司(6月夏祭り)
●節句でチマキ、田植えで柏餅
●盆はハスの葉、芋名月は芋の葉

【旧 上市町】
●柿の葉寿司、柿の葉でアユの姿ずし(夏祭り)

【吉野町】
●柿の葉寿司(7 月夏祭りの前日)
●カヤの葉でチマキ、カシワまたはホオの葉でふんぐり（米粉だんご）(端午の節句)。チマキとふんぐりを婿の実家に。
●盆はハスの葉、芋名月は芋の葉

【川上村】
●7月1日の夏祭りに作る。熊野産の鯖。今の 3 倍の大きさ。カビが生えても食べる。
●チマキはホオとアシの葉を使う
●(ホオの葉)でんがら
●ハスの葉にそうめんなどを乗せて供える。

【高取町】
●柿の葉寿司(6月金毘羅さん)（熊野もの使わない)
●カシの葉(七草)、ビワの葉(小豆粥)、ハスの葉(味噌の蓋)

【東吉野村】
●柿の葉寿司(川開きなど)ホウの葉も使う。
●チマキ、柏餅、(ホウの葉)でんがら（端午の節句）
●ハスの葉に供物(盆)

【明日香村】
●カキの葉に供え物(盆)
●チマキ（端午の節句に嫁の里に）。

【御杖村】
【御杖村】
●柿の葉に供え物(盆)
●(アシの葉)チマキ、(ホオの葉)柏餅(端午の節句)
●入り豆飯かきなこ飯をフキの葉に包んで供える(さぶらき)
●ホオの葉に供え物(田植え)
●ササを敷いてサバ2本(正月)
●イモノハ、ハスの葉に供え物(盆)
●桶の味噌にハスの葉、笹の葉を干したもので蓋

【曽爾村】
●伝説によりチマキは作らない。
●フキの葉に供え物(ナワシロシメ)
●里芋の葉に供え物、イモの葉にダンゴの供え物(盆)

【桜井市】
●柿の葉が使われる。(盆)
●小豆粥をビワの葉に盛る。(小正月)

【山添村】
●柿の葉に供え物(盆)
●チマキ
●ユズリハやシダに供え物(飯)を乗せる。(正月の福丸迎え)
●フキ(ふき俵)、ホオ(ほがしわ飯)
●里芋の葉に供え物(盆)

【旧 榛原町】
●ホオの葉のゴンゴロハ(だんご)。カシワの葉はゴンゴロポソ。チマキも作る。(端午の節句)
●ハスの葉に供え物(盆)

【天理市】
●柿の葉に野菜を乗せて供える。(盆)
●チマキ、柏餅(端午の節句)
●餅をツバキの葉の上に盛る。(正月)

【奈良市】
●チマキ、柏餅(6 月)。誓多林(田原)ではさぶらきのふき俵をチマキという。北椿尾では、カヤの葉とカシワの葉でチマキをつくる。
●ビワの葉に小豆粥(成木責め(小正月))

（注）葉で包む食文化について、主なものは、1943 年～2006 年の間に発行された市町村史から抽出していることから、発行年に開きがあることに留意する必要がある。また、市町村史には記載されていないため、同様の葉で包む文化が抽出できていない場合もある。

資料:県内の市町村史、「聞き書　奈良の食事」(1992 年第 1 刷発行)、
令和 5 年度市町村アンケート調査結果等から抽出。

【葉で包む食文化を抽出した県内の市町村史一覧】

市町村史	編著者	発行元	発行年
奈良市史　民俗編	奈良市史編集審議会編	吉川弘文館	1968
大和高田市史	大和高田市史編纂委員会編	大和高田市	1958
改訂　天理市史　本編　下巻	天理市史編さん委員会編	天理市役所	1976
桜井市史	桜井市史編纂委員会編	桜井市	1979
五條市史	五條市史調査委員会	五條市史刊行会	1958
西吉野村史	西吉野村史編集委員会	西吉野村教育委員会	1963
大塔村史	大塔村史編集委員会編	大塔村役場	1959
御所市史	御所市史編纂委員会	御所市	1965
北倭村誌	北倭村誌編纂委員会	北倭村誌編纂委員会	1962
二上村史	池田末則編	二上村教育委員会	1956
當麻町史	当麻町史編集委員会編	當麻町教育委員会	1976
榛原町史　本編	榛原町史編集委員会編	榛原町	1991
波多野村史	波多野村史編纂委員会編	波多野村史編纂委員会	1962
山添村史　上巻	山添村史編さん委員会編	山添村役場	1993
平群町史	奈良県生駒郡平群町教育委員会内平群町史編集委員会編集	平群町役場	1976
三郷町史	三郷町史編集委員会	三郷町役場	1976
安堵町史　本編	安堵町史編纂委員会編	安堵町	1990
田原本町史	田原本町史編さん委員会編集	田原本町役場	1986
曽爾村史	曽爾村史編集委員会編	曽爾村役場	1972
御杖村史	御杖村史調査委員会	御杖村役場	1976
高取町史	高取町史編纂委員会編	高取町教育委員会	1992
續　明日香村史　中巻	明日香村史刊行会	明日香村史刊行会	2006
上牧町史　本編	上牧町史編集委員会編集	上牧町	1977
王寺町史　本文編　新訂	王寺町史編集委員会編	王寺町	2000
大淀町史	大淀町	大淀町	1973
大和下市史　正編	下市町史編集委員会編	下市町教育委員会	1958
大和下市史　続編	下市町史編集委員会編	下市町教育委員会	1973
黒滝村史	黒滝村史編纂委員会編	黒滝村	1977
天川村史	天川村	天川村	1981
野迫川村史	野迫川村史編集委員会	野迫川村役場	1974
十津川	奈良県教育委員会事務局文化財保存課編	奈良県吉野郡十津川村役場	1961
下北山村史	木村博一編著	下北山村	1973
上北山村誌	水口正夫編	上北山村	1943
東ノ川	奈良県教育委員会事務局文化財保存課編	上北山村	1962
川上村史　通史編	川上村史編纂委員会編	川上村教育委員会	1989
東吉野村史　通史編	東吉野村史編纂委員会編	東吉野村教育委員会	1992
東吉野村郷土誌	東吉野村教育委員会編	東吉野村教育委員会	1972

▲山添村では、お盆のお供えを柿の葉や里芋の葉にのせる。

下表は、「葉で包む」「葉にのせる」などの文化を、葉の種類ごとにまとめたものである。ある1つの植物だけをとっても、多様な食にまつわる用途に用いられていたことがわかる。

柿の葉寿司は、その生み出された地の立地条件、身近にあった資源や人々の知恵と経験によって育まれた食文化と言える。さらにそれを取り巻く「葉と食にまつわる文化」も、人々の食に対する精神性がよく現れており、将来継承していきたい日本の大切な文化である。

【葉の種類とその用途】

葉の種類	葉の用途	市町村史に記述のある市町村
柿の葉	柿の葉寿司(夏祭り)	旧西吉野村(五條市) 旧大塔村(五條市) 高取町 吉野町 旧上市町(吉野町) 大淀町 下市町 野迫川村 川上村 東吉野村
	アユの姿ずし(夏祭り)	旧上市町(吉野町)
	(野菜、ご飯)供え物をのせる(盆)	天理市 桜井市 山添村 平群町 田原本町 御杖村 明日香村
ホオの葉	鯖や鮭のホオノハズシ	旧西吉野村(五條市)下市町(一部) 黒滝村 天川村 東吉野村
	柏餅	旧大塔村(五條市) 御杖村 下北山村
	チマキ	川上村
	でんがら(餡を包んだ餅)	川上村 東吉野村
	ふんぐり(米粉だんご)(端午の節句)	吉野町
	ゴンゴロハ(だんご)	旧榛原町(宇陀市)
	ほがしわ飯	山添村
	供え物(田植え)	御杖村
ビワの葉	小豆粥をのせる(小正月)	奈良市 桜井市 五條市 安堵町 田原本町 高取町
カヤの葉	チマキ	奈良市 吉野町 天川村 野迫川村 十津川村
カシワの葉	チマキ	奈良市 旧榛原町(宇陀市)
	ゴンゴロボソ	旧榛原町(宇陀市)
	柏餅	下北山村
	ふんぐり(米粉だんご)(端午の節句)	吉野町
フキの葉	ふき俵	奈良市 山添村 御杖村
	供え物(ナワシロシメ)	曽爾村
ササの葉	チマキ	旧大塔村(五條市) 野迫川村 十津川村
	サシサバをのせる(七日盆)	五條市
	サバをのせる(正月)	御杖村
	桶の味噌にササを干したもので蓋をする	御杖村
	鮎寿司をササの葉を敷いたもろぶた(箱)に並べる。	下北山村

葉の種類	葉の用途	市町村史に記述のある市町村
バランの葉	粥をのせる(小正月)	大和高田市
ツバキの葉	餅を盛る(正月)	天理市
ススキの葉	チマキ(端午の節句)	五條市
ツタの葉	炒り大豆洗米をのせる(サビラキ)	五條市
アセ(チガヤ)	チマキ	旧大塔村(五條市) 天川村
サンキライ(サルトリイバラ)	柏餅	旧大塔村(五條市)
	オサスリ(米粉だんご)(端午の節句)	十津川村 下北山村
アシ(ヨシ)	チマキ	旧當麻町(葛城市) 斑鳩町 御杖村 野迫川村 十津川村 川上村
里芋の葉	(果物や野菜、ダンゴの)供え物をのせる(盆)	旧當麻町(葛城市) 山添村 曽爾村 御杖村 王寺町
	供え物をのせる(芋名月)	吉野町 大淀町
ハスの葉	供え物をのせる(盆)	旧榛原町(宇陀市) 斑鳩町 御杖村 吉野町 大淀町 川上村 東吉野村
	乾物・塩サバを包んで子どもの膳に(盆)	安堵町
	桶の味噌に干したもので蓋	御杖村 高取町
ユズリハ	供え物(飯)をのせる(正月)	山添村
シダ	供え物(飯)をのせる(正月)	山添村
カシの葉	供え物をのせる(七草)	高取町
クズの葉	小麦餅を蒸す(土用の丑の日)	十津川村
クリの葉	蒸した小麦餅を包む(土用の丑の日)	十津川村
スズタケの葉	チマキ	下北山村
高菜	とう菜ずし	十津川村
ちしゃ菜	ちしゃ菜ずし	十津川村
下北春まな	まなめはり	下北山村

(注) 市町村史に柏餅やチマキなど、葉に関する記述がないものは記述していない。

奈良の食文化（大和の保存食）情報調査および発信事業　調査報告書

発行元：奈良県　食農部　豊かな食と農の振興課
発行日：令和7年3月