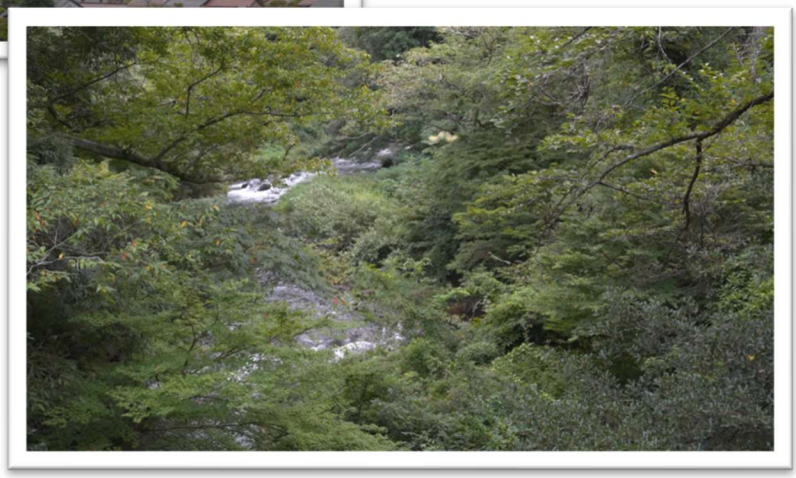
令和7年度「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業

南加賀地域の伝統行事における食文化継承事業



2026（令和 8）年　3 月

一般社団法人精進料理協会

＜ 目 次 ＞

◎はじめに……1

1．調査研究の目的と方法……2
1－1 目的
1－2 背景
1－3 調査の体制と方法
1－4 調査研究の経過

2．石川県の風土、地理、食材、郷土料理……6
2－1 石川県内の各地域と郷土料理
2－2 ずいき畑 ～調査報告～

3．南加賀地域の風土、地理、食材、郷土料理……12
3－1 南加賀地域の地理と産物
3－1－1 霊峰白山と手取川が形成する大地
3－1－2 気候風土
3－1－3 南加賀地域の歴史
3－2 南加賀地域の郷土料理
3－2－1 南加賀地域の産物
3－2－2 歴史と風土が織りなす郷土料理
3－2－3 地域に根付く日常食と行事食

4．南加賀地域の伝統行事……19
4－1 伝統行事と食
4－2 南加賀地域と浄土真宗
4－3 報恩講（ほんこさま）
4－4 報恩講の行事食（お斎）と食具
4－4－1 報恩講の行事食（お斎）
4－4－2 ほんこさん料理を盛り付ける食具

5．南加賀地域の報恩講料理（四ヶ寺の例）……37
5－1 4ヶ寺の選定
5－2 加賀市の本善寺
5－2－1 日時・場所・人びと

５－２－２　料理写真とその解説
５－２－３　その他
５－３　加賀市の恩栄寺
５－３－１　日時・場所・人びと
５－３－２　料理写真とその解説
５－３－３　その他
５－４　小松市の西照寺
５－４－１　日時・場所・人びと
５－４－２　料理写真とその解説
５－４－３　その他
５－５　白山市の願慶寺
５－５－１　日時・場所・人びと
５－５－２　料理写真とその解説
５－５－３　その他
５－６　二ヶ寺の小豆汁
５－６－１　本善寺の「小豆汁」
５－６－２　恩栄寺の「小豆汁」
５－６－３　栄養計算から見た「小豆汁」の特長
５－７　報恩講料理の献立全体としての栄養的特長
５－８　小まとめ

６．「すこ」……74
６－１　加賀市の「すこ」について
６－１－１　本善寺（加賀市大聖寺）の「すこ」
６－１－２　恩栄寺（加賀市山中温泉）の「すこ」
６－１－３　栄養計算から見た「すこ」の特長
６－２　「すこ」の聞き書き
６－２－１　本善寺の「すこ」の聞き書き
６－２－２　恩栄寺の「すこ」の聞き書き

７．「けしず（きしず）」……88
７－１　加賀市の「けしず（きしず）」について
７－１－１　本善寺（加賀市大聖寺）の「けしず（きしず）」
７－１－２　恩栄寺（加賀市山中温泉）の「けしず（きしず）」
７－１－３　栄養計算から見た「けしず（きしず）」の特長
７－２　「けしず（きしず）」の聞き書き

７－２－１　本善寺の「すこ」の聞き書き
７－２－２　恩栄寺の「すこ」の聞き書き

８．文化の保存方法と継承、課題……102
８－１　これまでの継承方法
８－２　継承への課題再確認
８－３　継承の現状、強み、弱み
８－４　今後の展望

◎おわりに……109

【参考文献】

表紙の写真は大聖寺跡より望んだ加賀市内（左上）、こおろぎ橋から見た大聖寺川（右下）。

◎はじめに

正月の雑煮や中秋の月見団子といった年中行事食、また神事の御神酒や仏事のおはぎや餅といった宗教行事食など、伝統行事には特別な食べものがつきものである。行事を続ければ、その日の料理も伝わり続けるという不可分な関係にある。これは、線引きできない豊かさあふれる文化である。

さて、本報告書の題名に見える「伝統行事」と「食文化」の言葉であるが、前者は浄土真宗寺院の「報恩講」という行事を、後者はその日の特別な精進料理である「報恩講料理」を指すこととする。

報恩講料理は、単なる食事の域を超え、信仰の表現でもある。本報告書作成にあたって調査をした南加賀地域においては、報恩講料理のいくつかが郷土料理として認識されるという特徴を持つ。

人びとが寺院に集まり、共に準備し、共につくり、共に食し、共に片付ける一連の行程をともなう料理があり、そのいくつかの品は我が郷土の食であると親しまれている点に、豊かさを感じることができる。

行事も料理も、豊かさも、未来に継承されることを願いつつ、報告書を始めることとする。

一般社団法人精進料理協会

１．調査研究の目的と方法

1－1　目的

最初に、本報告書で取り上げる「南加賀地域」の範囲について述べておきたい。現在、一般に加賀市、小松市、能美市、川北町を指して南加賀地域とされるが、その範囲は市や町の境をもって定められている。しかし、食文化とその広がりは、当然ながら明確に線を引くのは難しく、本報告書では上記の３市１町に川北町以南に位置する白山市の山間部を加え、南加賀地域とする。

本報告書作成にあたり、加賀市内の２ヶ所に調査に赴き、料理の工程、つくる人びとの様子を撮影し、聞き取りも行った。小松市と白山市については、協力者による写真提供とその解説を受けた。

次に「伝統行事」の言葉である。いくつかの出版物から、南加賀地域の祭等の行事を確認した上で、「報恩講」という行事に焦点を当て進める。全国の浄土真宗寺院で営まれるこの行事は、法要（読経）と法話（説教）、お斎（とき）（食事）の場面からなる。この食事を「報恩講料理」と称している。

加賀市周辺の報恩講料理のいくつかは、郷土料理でもある。例えば、北陸地域の料理として広く知られる赤ずいきの酢漬けを、南加賀地域の一部では「すこ」と呼ぶ特徴がある。また「けしず（きしず）」（呼称に関してはｐ89 で後述）というひと品は、南加賀地域の中でも加賀市のみで見られる。地元の人びとは「すこ」「けしず（きしず）」を、郷土料理でもあり報恩講料理でもあると認識している人が多いという。報恩講料理として提供されたことが先か、郷土料理であったことが先かまでは、民衆の風俗文献や資料は残されにくいため、はっきりしたことは分からない。しかし事実として、今も郷土料理かつ報恩講料理といえる料理であることは間違いない。

そして、本事業では、地域文化がうまく継承される仕組みを確立することも意識している。この先、再び地域コミュニティが想定しきれない未知の事態が起こる可能性は十分にある。感染症の世界的流行の影響で途絶えていたものの、5 年ぶりに「けしず（きしず）」をつくって、手間だけどやっぱり続けていきたい、と調査の中でお話を聞く場面があった。途絶えそうな文化を再構築するには、このように「きっかけ」と「モチベーション」を必要とする。本事業で作成した報告書や動画といった、いわば時代に即した継承方法のモデルが、同様の課題を抱える全国の他地域にとって、課題解決の一助となることを期待している。

以上が本報告書作成の目的である。

１－２ 背景

従来、報恩講という行事の作法や、報恩講料理のつくり方は、寺院内の親から子へ、年長者から若者へと口伝で継承されてきた。しかし人口減少や、親世代と同居しない子世代の増加などのライフスタイルの変化を受け、各地の地域コミュニティは縮小した。さらに 2019 年から始まった新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の世界的流行（パンデミック）を受け、各地の諸行事は休止されるに至った。特に料理を提供する場では厳しい対応を余儀なくされた。

長きにわたって伝統行事に見られた継承プロセスは、危機的状況に陥っている。当地域の、報恩講料理の場面も例外ではなかった。地域の食文化の継承の貴重な機会が失われたことは言うまでもない。自粛の数年が明けた現在、懸念のひとつは、伝え手となる層の高齢化である。当地域の住職が「年配の方々に頼めば、記録を残すための料理をつくってもらえたり、話が聞けたりすると思う。体調や年齢を考慮すると今しかない」と語った言葉にも、危機感が表れている。

一度失われた口伝文化を復元することは極めて困難であり、現状を正確に記録し、保存することは喫緊の課題と言わねばならない。

１－３ 調査の体制と方法

採択された団体である「一般社団法人精進料理協会」が、「有識者会議」から助言を受けつつ、「加賀市」と連携を図り、当該事業を進めた。実際に料理をつくり、話をする協力者としては、四ヶ寺の住職と家族、門徒（いわゆる檀家）の方々である。

＜有識者会議＞

石田雅芳	立命館大学　食マネジメント学部　教授
新澤祥恵	北陸学院大学　健康科学部　教授
高岡素子	神戸女学院大学　生命環境学部　教授
陳内裕樹	内閣府クールジャパンプロデューサー
刀根浩志	観光庁観光カリスマ 100 選
新家直樹	元市役所職員
谷口満貴子	加賀市役所管理栄養士

＜調査協力者＞

飯貝恵秀	加賀市　真宗大谷派　和田山本善寺　住職
飯貝寿代	加賀市　真宗大谷派　和田山本善寺　坊守（住職婦人）
飯貝温子	加賀市　真宗大谷派　和田山本善寺　若坊守（副住職婦人）
日下賢裕	加賀市　浄土真宗本願寺派　白鳳凰山恩栄寺　住職
日下恵理子	加賀市　浄土真宗本願寺派　白鳳凰山恩栄寺　坊守（住職婦人）
日下典子	加賀市　浄土真宗本願寺派　白鳳凰山恩栄寺　前坊守（住職母）
日野敬子	小松市　真宗大谷派　弓波山西照寺　前坊守（住職母）
日野　史	小松市　真宗大谷派　弓波山西照寺　坊守（住職妹）

吉峯教範　　白山市　浄土真宗東本願寺派　鉢峰山願慶寺　住職
吉峯めぐみ　　白山市　浄土真宗東本願寺派　鉢峰山願慶寺　坊守（住職婦人）
吉峯政榮　　白山市　浄土真宗東本願寺派　鉢峰山願慶寺　前坊守（住職母）
竹中義和　　河北郡津幡町　JA 石川かほく　常務
荒木恵子　　河北郡津幡町　荒木農場
宮木店長　　河北郡津幡町　JA グリーンかほく
大尾嘉孝　　加賀市山中温泉上原町　（有）大尾嘉漆器　代表取締役
本善寺、恩栄寺の門徒の皆さま

１－４　調査研究の経過

本事業については、下表の形で関連事業を進めてきた。

【資料１：本事業の活動経過】

実施日	活動内容	備考
2025 年 6 月 27 日	第1回有識者会議	
7 月 16～18 日	現地調査	
7 月 18 日	第 2 回有識者会議	
8 月 21 日	現地取材	JA 石川かほく及び荒木様
9 月 8～11 日	現地調査・撮影	恩栄寺撮影
9 月 11 日	第 3 回有識者会議	
9 月 28～29 日	現地調査・撮影	
10 月 13 日	東京にて編集会議	貸会議室（神田）
11 月 6 日	加賀市役所様会議	来年度への相談
11 月 7 日	第 4 回有識者会議	
11 月 19～20 日	講義、現地調査	本善寺撮影
12 月 26 日	東京にて編集会議	緑泉寺（浅草）
2026 年 1 月 15 日	東京にて編集会議	緑泉寺（浅草）
2 月 2 日	第 5 回有識者会議	
3 月 2 日	第 6 回有識者会議	

※その他、オンラインでの会議、図書館等での調査を適宜行った。

２. 石川県の風土、地理、食材、郷土料理

２－１　石川県内の各地域と郷土料理

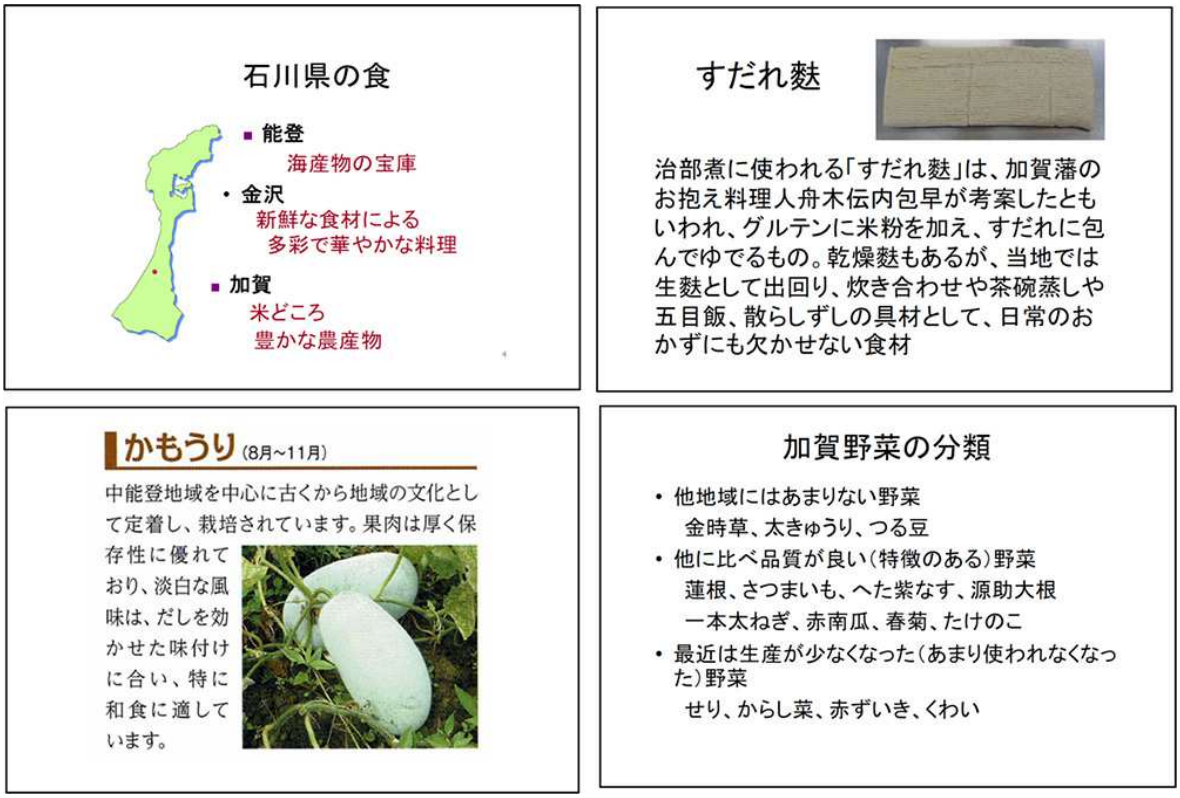
南加賀地域に至る前に、石川県全体の風土や郷土食について、かけ足ながら概観してみたい。なお本節は、有識者会議のメンバーである北陸学院大学の新澤祥恵教授の講演を受け作成する。

石川県全体の気候をひと括りに見れば、冬は北西からの季節風で気温が低く雪が多い日本海側（式）気候で、日本海側は日照時間が短く、降雪と雷が同時に起こりやすい。また日本海の北陸地方周辺は対馬海流と深層水で成り立ち、水温は水深 300ｍで 1～2 度と低いのも特徴である。

石川県の食を概観すれば、生鮮魚介類と米加工品が多く、発酵食品が多様だという特徴がある。県内を地域別に見れば、海産物の宝庫である能登と、新鮮な食材による多彩で華やかな料理が見られる金沢、そして米どころで豊かな農産物に恵まれる加賀に分類できる。

特産物として知られる食材も多く、挙げればきりがないほどである。すだれ麩は全国的に見られるが、金沢では生麩が用いられるという大きな特徴がある。加賀野菜は昭和 20 年以前から栽培され現在も主として金沢で栽培される 15 品目を指し、能登野菜は現在 18 品目が認定され、古くから栽培される伝統野菜と特産の野菜が並ぶ。例えば中能登地域で栽培されるかもり（かもうり・冬瓜）は、円筒形で 7 kg程度もあり、保存性に優れるなどの特性がある。

【資料 2：石川県の郷土料理（新澤氏講演資料）その１】



郷土料理として名高いのは、鴨、つぐみ、鶏などの肉に、小麦粉をまぶし、醤油で濃く味付けした煮汁で煮て、季節の野菜を合わせた「じぶ煮」、そして鯛の中にうの花を詰めて蒸した「鯛の唐蒸し」である。

また「すし」については、金沢は押しずし、加賀は笹ずしや柿の葉ずし、加賀地域の山間部では笹ずしなど地域性のあるすしが作られてきた。

かぶらずしや大根ずしといった糀漬け、鯖、鰯、鰊、ふぐの糠漬け、いしる（いしり・よしる）という魚醤など、発酵食もよくつくられてきた。北陸の微生物の繁殖に有利な温度と湿度が関係すると考えられる。さらに魚を用いた郷土料理では、魚のだんご汁、ごり汁、いかの鉄砲焼きなどが知られる。

【資料 3:石川県の郷土料理(新澤氏講演資料)その2】

本報告書が中心に据える加賀平野は、県内でも米づくりが盛んな地域として知られる。霊峰白山から流れる手取川をはじめとする大小河川による扇状地であることと、降雪期間は地面の温度が低く畑

作に向かないことが、稲作が主となっていった背景にある。米は確実に収穫できたことから、日常食として白米を食べ、ハレの食事には餅が用いられてきたという。「あずきどり」は搗(つ)きたての柔らかい餅をちぎって、小豆のつぶし餡をつけたもので「搗きいり」とも称される。他にも、ささげもち、ごんだもち、かいもちなど、米どころにふさわしく、餅を使った郷土料理が多く見られる。

【資料４：石川県の郷土料理（新澤氏講演資料）その３】

本報告書の中心に据えるのは、報恩講という行事の料理である。新澤教授の講演の中で、報恩講について石川県内の地域別の認知率や経験率について、過去に調査をしたことがあるという。その結果が示され大変興味深いものだった。そこで、その元となる 2010 年度に発表された新澤氏の共著論文より、南加賀地域の値を抜粋したのが【資料 5】である。

【資料５：報恩講の認知状況と経験率（結果の抜粋）】

＜部分引用する調査の概要＞
調査名：調理文化の地域性と調理科学
調査主体：日本調理科学会
引用論文名：「石川県における行事食と調理文化に関する研究（第１報）」
著者：中村喜代美・新澤祥恵・川村昭子
掲載誌：『北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要第 3 号』
調査期間：2010 年 3 月～5 月
調査対象：石川県内１９市町村の食生活改善推進員協議会メンバー
有効回答数：461 名

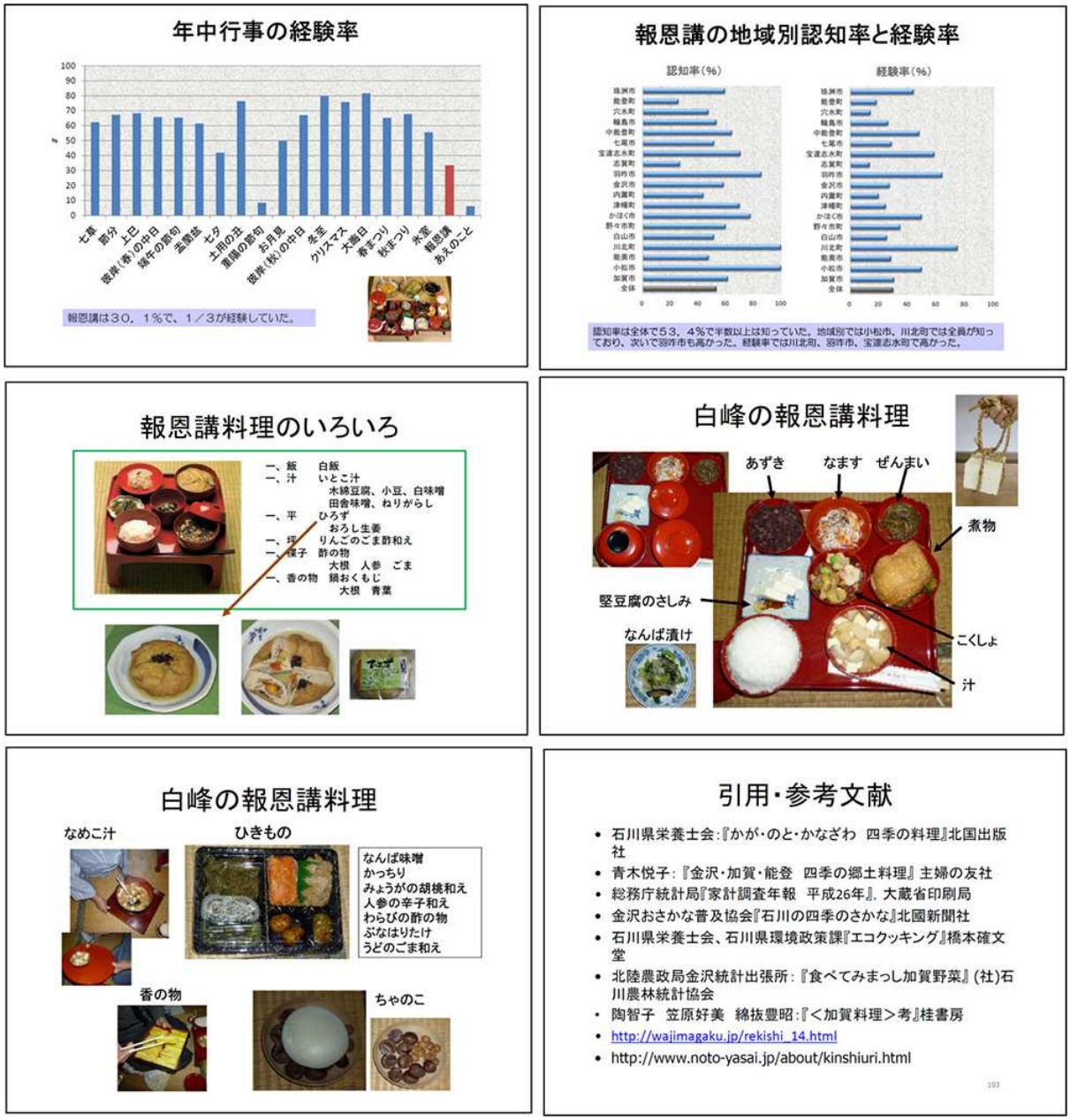
論文に示される年中行事から「報恩講」を取り上げ、かつ市町村も任意で抜粋

	認知状況	経験率
県全体	53.4%	30.2%
金沢市	58.6%	27.6%
能登町	25.9%	18.5%
加賀市	61.5%	30.8%
小松市	100%	50.0%
能美市	47.6%	28.6%
川北町	100%	75.0%

2010 年時点で、報恩講は、南加賀地域に含まれる加賀市、小松市、川北町で県内他地域より認知されていることが分かる。経験率については差異があるが、大まかに同傾向と言ってよいだろう。

現在はこの調査から 15 年ほどが経過し、類似の調査結果も見当たらないものの、人口減少傾向や過疎化、感染症流行の影響を踏まえれば、現在これらの割合が増加しているとは考えにくい。少なくとも言及できるのは、この調査時点までは、南加賀地域において報恩講が多くの人びとに年中行事として認識され、その料理についても認知度が高かったということである。報恩講の認知率の高さが、報恩講料理が郷土料理だと認識される根拠のひとつと言える。

【資料 6：石川県の郷土料理（新澤氏講演資料）その４】



２－２ ずいき畑 ～調査報告～

8 月 21 日、報恩講でつくられる「すこ」の材料である赤ずいき（里芋の茎）の生産状況に関して、JA 石川かほくにて竹中常務に聞き取り調査を行った。この調査の時期において、南加賀地域ではすでにほとんど収穫が終わった時期であったため、今回は南加賀地域ではないものの JA 石川かほくに協力を仰いだ。竹中常務に紹介いただいた荒木農場の荒木恵子さんの家庭菜園（畑）にて、同日聞き取り調査を行い、栽培の様子を視察した。ここには JA グリーンかほくの宮木店長も立ち会った。

はじめに、JA 石川かほくでの調査について記す。JA 石川かほくでは、ずいき（茎）のためだけに特化した特別な育て方はなされておらず、一般的な里芋の栽培方法がとられていることが分かった。また、芋の種類によってずいきの色が決まり、赤ずいきの他に緑のずいきも生産されていることも分かった。赤ずいきの生産量はそれほど多くなく、ほとんどが地元で消費されている。具体的な生産量は不明であるが、苗の販売量から、多くの家庭で自家消費用に栽培されていると推測される。赤ずいきがこの地域で栽培されるようになった経緯は不明で、漠然と「古くから存在していた」というのが関係者の共通認識であった。

次に、荒木恵子さんの家庭菜園（畑）での調査について記す。JA 石川かほくと同様に、赤ずいきがこの地域で栽培されるようになった経緯は不明であり、荒木さんによれば、自身が子どもの頃から存在していたと言う。栽培方法についても JA 石川かほくと同様で、里芋の一環として栽培されていることが分かった。なお、芋の種類によってずいきの色が異なり、赤ずいきは特定の芋からできるとのことである。写真の畑は「ずいき用」のため芋は収穫しておらず、来年の種芋として利用するか、一部を自家消費するとのことである。この畑だけで 50～60kg ほどのずいきが収穫できると言う。

また、ずいきのおすすめの料理方法として、「油揚げと一緒に炊く」「ずいきを干して戻したものを粕汁に入れる」などが示された。なお、「すこ」（6 章に詳述）については特定の料理名ではなく「赤ずいきの三杯酢」などと呼び、「すこ」という料理名は聞いたことがないとのことであった。

【資料 7：荒木さんの家庭菜園（畑）】

３. 南加賀地域の風土、地理、食材、郷土料理

３－１　南加賀地域の地理と産物

ここからは、南加賀地域の伝統行事及びそれにまつわる食文化と共にあった人びとが、どのような環境・歴史・信仰の中で生活してきたのか概観したい。というのも、南加賀地域に長く住む人びとの多くは浄土真宗の門徒であり、その信仰文化に基づいた行事と日常生活は不可分だからである。

また、本報告書で取り上げる「南加賀地域」の範囲が、加賀市、小松市、能美市、川北町に白山市の山間部を加えたものであることを、改めて確認しておく。

３－１－１　霊峰白山と手取川が形成する大地

「２－１」の新澤教授の講演部分と重複する部分があるが、再度述べていきたい。南加賀地域の風土を理解する上で、その地理的基盤、特に霊峰白山と手取川の存在は欠かせない。標高 2,702m の霊峰白山を源流とする手取川は、石川県最大の１級河川であり、その急流が上流から大量の土砂を運び出すことで、下流部に広大に開けた肥沃な扇状地を形成した。この扇状地は、川北町、能美市、小松市、白山市に広がり、古くから豊かな稲作地帯の基盤となって、この地域が「ものづくりの里」として発展するための食料生産基盤を支えてきた。

しかし、この扇状地は、礫（れき）や砂でできた水はけが良すぎる土地であり、安定した稲作には向いていなかった[1)]。さらに、名代の暴れ川ゆえに洪水を繰り返し、江戸時代には記録に残るだけでも 9 回、明治以降も大規模な洪水が頻発している。特に昭和 9 年（1934 年）の大水害は、死者 97 名を出す未曽有の災害となり、その被害の記録は町の歴史として語り継がれている。

この自然の猛威は、地域住民に単なる苦難を与えただけでなく、この地の風土を形成する根本的な要因となった。手取川の氾濫はときに被害をもたらす一方で、上流から運ばれる土壌によって豊かな大地へと更新してきており、昭和 9 年の大洪水では、粘土質の田んぼに川砂が混じり合うことで土壌が変化し、元来でこぼこであった「加賀丸いも」がこの地で栽培されるようになって、現在のような丸い形に育つようになった[2)]。新澤教授の談では、これを種芋として他の地域で栽培したところ、なめらかな丸い形状にはならなかったという。

しかし、手取川は氾濫だけではなく干ばつも繰り返し起こり、7 本の用水路の取水口が別々につくられていたことで、上流に取水口を持つ用水路が有利であったことから、水争いが絶えなかった。[3)]

---

[1] 農林水産省ホームページ 「うちの郷土料理　北陸地方・石川県」＜https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/area_stories/ishikawa.html＞（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[2] 南加賀地区丸いも生産協議会ホームページ ＜http://kaga-maruimo.com/voice/106/＞（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[3] 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988、p123-124

こうした手取川の実情は、明治末から昭和初期にかけて行われた白山砂防における国内最初となる階段式堰堤群の設置[4]や、7本の用水路の合口事業などへとつながっている。この合口事業は、江戸末～明治初期にかけて治水家の枝権兵衛が私財まで投じた富樫用水（現・七ヶ用水の1本）の改修事業である。これは氾濫を防ぎ、渇水期でも安定した水量を確保するため、7本の用水の取水口を合併するというもので、手取川右岸の七ヶ用水、のちに能美市を流れる左岸の宮竹用水が順次整備されていった。さらに明治31～36年（1898-1903）の明治の大改修といわれた合口事業を経て、農業用水の確保ができるようになったことをきっかけに、加賀平野は石川県が誇る穀倉地帯へと発展していった。[5]

３－１－２　気候風土

南加賀地域の気候は、日本海沿岸に典型的なもので、冬は曇りがちで雪の日が多い。しかし、対馬海流の影響により、気温は比較的温和である。

この気候は、地域住民の生活様式、特に産業や文化の形成に深い影響を与えている。降雪量の多さは、農作業ができない冬季に屋内で過ごす時間を長くし、その結果九谷焼や山中漆器といった緻密な手仕事である伝統工芸の発達を促したという側面がある。また、食文化においては、米の穀倉地帯である一方、内陸部では麦や小豆も栽培され、冬場の保存食や加工食品としてうどんが発展したことが考えられる。小松うどんに見られるように、霊峰白山の伏流水という自然の恵みを活用した上で、あっさりとした出汁を特徴とする食文化が根付いている。このように、地理的な気候は、単なる生活習慣だけでなく、産業や食文化の形成にまで深く関わっており、南加賀の風土を多層的に形づくっている。

３－１－３　南加賀地域の歴史

＜前田家と「加賀百万石」＞

南加賀の風土は、加賀百万石の歴史と密接に関わっている。藩祖前田利家によって100万石を超える大藩となった加賀藩は、利家の四男で2代藩主（前田家3代当主）の前田利常によってその基礎が固められた。利常は、巧みな政治手腕で幕府の警戒をかわし、江戸でも加賀の政治は諸大名中一番優れていると評価され、「政治は一加賀、二土佐」と称されるほどの名君であった。

そんな利常であるが、寛永16年（1639年）、加賀藩（領80万石）家督を嫡男光高に譲り、自分は小松城（養老領22万石）に隠居、次男利次には富山藩（領11万石）、三男利治には大聖寺藩（領7万石）を分封した。この隠居は単なる引退ではなく、政治的・文化的戦略であり、外様大名であるに

---

[4] 大矢幸司 星野和彦 尾関伸幸 藤原一啓 藤田重敬 餅田大輔「白山砂防における階段式堰堤群の特徴とその歴史的・文化的価値について」 砂防学会発表論文集、2013

[5] 農林水産省ホームページ「七ヶ用水（石川県）」＜https://www.maff.go.jp/j/meiji150/toti/20.html＞（最終閲覧日：2026年1月7日）

もかかわらず、100 万石を超える石高の加賀藩が、これ以上徳川幕府に目をつけられないように、割譲して小さく見せようとしたのである。だが実際は、利常の予測とは裏腹に、光高が正保 2 年（1645 年）に 31 歳で急逝、光高の息子で利常の孫にあたる犬千代（のちの綱紀（つなのり））が 3 歳で加賀藩の家督を継いで、幕府の命により利常が後見人となった。

幼い綱紀は、光高と同様に江戸を本拠としていたため、実質的に後見人の利常に権力が集中していた。隠居地の小松城から、金沢城の年寄衆 6 人を思いのままに使役して加賀藩を掌握、ときには富山や大聖寺にも政策を下達するほどであったという。[6)]

このように、隠居後も大権を握り続けた利常は、暴君だというわけではない。小松を金沢に次ぐ藩の重要拠点として大規模な改修を行い、産業育成に尽力した。この「二重の権力構造」は、金沢を中心とする武家文化とは異なった、より実用性と産業振興に根差した独自の文化圏を南加賀地域に築く基盤となり、さらに那谷寺の再興や小松天満宮の造営にも関わるなど、利常はこの地における文化の中心的な存在としての役割を果たしたのである。ちなみに、利常の死後、綱紀も名君として名を馳せ、80 年間の長きにわたり加賀藩主を務めている。

＜大聖寺藩＞

加賀藩の支藩として成立した大聖寺藩の存在も、南加賀の風土形成に決定的な影響を与えた。先にも述べたように、寛永 16 年（1639 年）、加賀藩 2 代藩主・前田利常が隠居する際、三男の利治を大聖寺藩の初代藩主として分封したことで成立。当初 7 万石、後に 10 万石となった大聖寺藩は、独自の藩政を行い、九谷焼の誕生と発展に深く関わった。

九谷焼は、大聖寺藩領内の九谷村で陶石が発見されたことが発端であり、利治の命により開窯されている。次いで利明の治世になると、加賀茶（江沼茶・能美茶）の製茶業や製紙業が盛んとなり、その後は製絹業、山中漆器の漆器業などが興っていった。

これは、大聖寺藩という特定の領地の領主が、自領の特産品を奨励した結果であり、巨大な加賀藩の文化をただ享受するだけではこうはならない。南加賀の「ものづくり」が、金沢を中心とする本藩の文化とは独立して発展したことの重要な証左である。

また、大聖寺藩はかつて一向一揆の拠点のあった地域であったことから、藩は常に真宗寺院や門徒衆を警戒しており、寺院を藩政機構の一環に組み込んで統制を加え、勢力が増大しないように抑える政策をとった [7)]。これは加賀藩も同様であるが、門徒衆は様々な「講」を組織し、そこで結びついた人びとは結束力が高く、講を通して募られた財がお寺の運営資金となっており、真宗寺院が強い力を持つことも恐れた藩は、この募財を禁止するお触（ふれ）まで出している。しかし、各講中からの上納金は減

---

[6] 木越隆三「前田利常の改作仕法」『ふるさと石川歴史館』北國新聞社、2002, p210-211

[7] 『加賀市史 ＜通史・上巻＞』加賀市史編纂委員会、1978、p587

らず、真宗寺院の積極的な布教活動もあって講も年々増えるばかりで[8]、民衆の信仰心を抑えるまでには至らなかった。

例えば、かつて蓮如上人が北陸布教の拠点とした越前の吉崎御坊で行われる蓮如忌や諸々の大きな法要には、北陸全土の門徒衆が一同に参詣する文化があったが、見過ごせないほどの金や穀物が他藩へ流出し、自領内の経済への悪影響を危惧した大聖寺藩は、この吉崎参りを全面的に禁止している（本山への寄付も同じ理由で禁止された）。しかし、あまり効果がなかったようで、藩内に番所（検問）を設けて吉崎への道を封鎖し、役人に見張らせるに至った[9]。しかし、それでもなお、船を使った吉崎参りへの密航は後を絶たなかったというから、その信仰心の篤さたるや並大抵ではない。

---

[8] 『加賀市史 ＜通史・上巻＞』加賀市史編纂委員会、1978、p588-589

[9] 『加賀市史 ＜通史・上巻＞』加賀市史編纂委員会、1978、p589-591

３－２　南加賀地域の郷土料理

ここでは、南加賀地域の食材や、それを元につくられる郷土料理について述べていきたい。

３－２－１　南加賀地域の産物

南加賀地域の食材は、白山連峰とそこから流れる手取川流域の広大な平野部、また日本海によって育まれてきた。農産物について見ると、加賀市では「加賀九谷野菜」ブランドの「加賀味平（あじへい）かぼちゃ」「ブロッコリー」「加賀白ねぎ」「椎茸」「自然薯」「トマト」のほか、「加賀梨」「加賀ぶどう」[10] といった果物が、小松市では「小松トマト」「大麦」[11]「小松ナス」「千石豆（ふじまめ）」[12]、能美市では「加賀丸いも」「国造ゆず」[13] などが有名である。さらに白山市山間部では、エンレイ品種の大豆が栽培され、名物の固豆腐の原料となっている。

また、日本海に面していることから、エビ、カニ、イカをはじめとする海産物にも恵まれている。

３－２－２　歴史と風土が織りなす郷土料理

南加賀地域の郷土料理は、加賀藩の武家文化の影響を色濃く受けている。その代表格が「じぶ煮」である。これは、鴨などの肉やすだれ麩、季節の野菜などを煮てつくる石川県全域を代表する煮物であり、肉に小麦粉をまぶすことで生まれる独特のとろみが特徴である。

加賀市では、大聖寺にほど近い片野鴨池周辺でのみ見られる伝統的な坂網猟（さかあみりょう）[14] で現在も鴨を捕獲しており、じぶ煮や鴨鍋にされるという。[15]

じぶ煮は、江戸初期の料理書『料理物語』（1643 年刊）に「じぶ　鴨の皮を煎り、だし溜まりを加減して入れ、じぶじぶといわせてから身を入れる」とあるのが文献上の初出であり、加賀藩の御膳所御料理方をルーツに持つ老舗料亭「大友楼」では、「元々は江戸にあったが、参勤交代で加賀藩の料理人が持ち帰ったものでないか」と考えられていると、新澤教授は指摘する。

---

[10] 加賀市ホームページ
＜https://www.city.kaga.ishikawa.jp/soshiki/sangyoshinkou/norin_suisan/nougyouseisaku/tisan/5548.html＞
（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[11] 環境王国こまつホームページ＜https://kankyo-okoku-komatsu.jp/articlecat/food/＞
（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[12] いしかわ百万石食鑑ホームページ ＜https://ishikawafood.com/foods/148/＞
（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[13] 能美市ホームページ ＜https://www.city.nomi.ishikawa.jp/www/contents/1001000000224/index.html＞
（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

[14] 加賀市片野町の片野鴨池の周辺だけで行われる伝統的な鴨猟。猟期は 11 月 15 日～2 月 15 日の 3 ヶ月間。夕暮れどき、鴨や雁などの渡り鳥が池から一斉に飛び立つ 30 分ほどだけが猟の時間で、長さ 4 メートルの Y 字型の坂網を真上に投げて捕獲する。猟法は県の有形文化財にも指定され、昔ながらの猟具・猟法により現在も行われている。

[15] 青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013、p182-185

また、加賀藩のお抱え料理人であった舟木伝内包早（1685－1759）が記した『ちから草』巻三には、「じぶ」という料理名で登場する。ただ、この「じぶ」は『料理ちから草聞書』（石川県立図書館所蔵／『ちから草』に関する聞き書きで成立年不明）では「じふ」と表記され[16]、小麦粉を使用せずに煮てわさびを添えたものであり、『料理物語』と同様、現在のじぶ煮とは異なる。むしろ、同じく『ちから草』にある「麦鳥」という名の料理が、小麦粉をまぶして煮るという点でこれに近い。

これに関して、江戸後期に加賀藩の料理人であった小島為善（1816－1893）が記した『御料理調進方』には、『ちから草聞書』の「麦鳥」のつくり方を踏襲しながら、「熟鳧」という料理名で現在の「じぶ煮」が紹介されている。ちなみに鳧は鴨を指す。[17]

ところで、じぶ煮は、漆塗りの専用の椀で供されることが多い。このことは、南加賀が九谷焼や山中漆器といった伝統工芸が盛んな「ものづくりの里」であることと密接に関係しており、料理と器を調和させる「器合わせ」の美意識が食卓にも反映されている。

３－２－３　地域に根付く日常食と行事食

南加賀には、武家文化だけでなく、庶民の暮らしに深く根ざした料理も数多くある。

「小松うどん」は、300 年以上の歴史を持つ小松市のご当地グルメであり、元禄 2 年（1689 年）には俳人・松尾芭蕉が、小松の俳人・塵生から贈られ、「殊に珍敷(めずらしき)乾うどん」と称賛する返書が残されている。霊峰白山の伏流水で練られた麺と、北前船によってもたらされた北海道の昆布をふんだんに使った、色の薄い透明感のある出汁が特徴の上品な味わいである。[18]

「えびす」または「べろべろ」は、祭や祝い事に欠かせない卵と寒天の料理である。この料理には、地域ごとの調理習慣の違いが明確に現れている。小松・加賀地区では、砂糖と塩で味付けするため白っぽい見た目となる一方、金沢や能登では砂糖醤油で味付けするためべっこう色になる[19]。この事実は、同じ「加賀」という広域圏内においても、食の嗜好性や調理習慣に明確な分化が存在し、南加賀の食文化が、金沢や能登の延長線上ではない独自の特色を持つことを証明している。

加賀地方の「柿の葉ずし」は、前田利家入城を祝して献上されたのが始まりと伝えられ、祝い事や祭の際に食べられる行事食である。日本海に面した石川県では、鯖や塩くじらといった、その土地ならではの豊富な海産物を具材として利用する。

その他にも、小松なすを用いた「ひすい焼き」や、鮎を冷水でしめる「鮎洗い」、千石豆を煮物にする家庭料理など、多様な料理が存在する。

---

16 大友信子 川瀬康子 陶智子 綿抜豊昭：編『加賀藩料理人舟木伝内編著集』桂書房、2006、p154・228

17 笠原好美「〈じぶ〉考」『〈加賀料理〉考（付・小島為善-編著集）』桂書房、2009、p70-73

18 特定非営利活動法人・小松うどんつるつる創研ホームページ ＜https://komatsu-udon.com/udon＞（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

19 青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013、p83-84

４. 南加賀地域の伝統行事

４－１　伝統行事と食

本報告書は報恩講料理に焦点を当てるものだが、ここでは、食文化とも関連の深い祭に関して触れていく。群馬大学の森田悌（もりたてい）名誉教授によれば、祭は元来、「神にあるコトを祈願する」、次いで「そのコトが成就したら神にお礼をする」というものであり[20]、農耕社会の素朴な信仰から生まれた民衆主導の民間行事が元にある。それが“神”を祀ることから神道の神事に統合され、現在に至る。同じ石川県能登で有名な、田の神を贅を尽くした料理でもてなす「アエノコト」[21]は民間行事のまま伝わっている例で、1980 年の調査と少し古いデータではあるが、加賀市でも類似の田祭りが 2 地域で報告されている[22]。中でも神社が関わっているので民間行事とは言えないが、加賀市山代温泉の服部（はとり）神社では毎年 3 月 5 日に田祭りが行われており、かつては田祭りの日には、赤飯を炊き、餅を搗く地域もあったようである。

こうした祭は地域コミュニティの絆を強める場でもあり、門徒であっても参加することも多い。加賀市大聖寺の本善寺坊守の飯貝寿代さんは、「この辺の門徒さんのお家では、仏壇も神棚もありますし、神社の近くにお住まいの方で氏子（うじこ）総代を務める方もいらっしゃいます。ただ、門徒さんでも厳しい信仰をお持ちの方や、真宗の寺の者は、神事には参加しませんね。地域の当番が回ってきたら、公民館には手伝いにいきますけど」と述べられた。

＜加賀市のぐず焼きまつり＞[23][24]

加賀市動橋（いぶりはし）地区で毎年 8 月 27 日から 29 日にかけて開催される「ぐず焼きまつり」は、田畑を荒らす怪魚「ぐず（ゴリの一種）」を退治したという 300 年前の伝説に由来する。この祭の原型は、昭和初期まで行われていた「屑焼き祭り」のかがり火であったが、消防法の観点から禁止されてしまい、村の若者たちが伝説にちなんで巨大な張り子の「ぐず」を制作して練り歩くという、新たな形式の祭に変化して今に至る。

祭の中心を担うのは、災厄の象徴である巨大な張り子の「ぐず」である。木材や竹で骨格がつくられ、布や紙で覆われた「ぐず」は、近年では最大で 13m に達する。鉢巻に白足袋姿の若者や子どもたち約 100 人が、この重さ約 200kg の「ぐず」を担ぎ、太鼓の音に合わせて街中を暴れ回るように練り歩く。最終的に「ぐず」は、祭の起源となった伝説の地にある振橋神社で退治される。

この祭の際に食べられる伝統食が「柿の葉ずし」である。4～5 時間ほど塩でしめた鯖を酢に浸し、採れたての柿の葉に軽く結んだすし飯を置いたら、その上に切った鯖と紺のり、針生姜、桜エビなど

---

[20] 森田悌「田の神祭りに見る日本人の神意識」『水の文化 37 号』ミツカン水の文化センター、2011

[21] 12 月に収穫を感謝して家に田の神を迎えて、まるで生きているかのようにもてなし、2 月の春耕に先だって神を田圃に送り出し、五穀豊穣を願う民間儀式。

[22] 「田の神まつり」『石川県民俗分布図 ―緊急民俗資料分布調査報告書―』石川県教育委員会、1980、p60

[23] 青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013、p174-175

[24]『石川の祭り・行事（石川県祭り・行事調査事業報告書）』石川県教育委員会、1999、p64-67

を乗せて包み込む。それを丸いすし桶に添わせて詰めて、押しをかけて寝かせる。南加賀では柿の葉が美しい初夏から秋に行われる各祭りで、この料理がよくつくられるのである。

＜小松市のお旅まつり＞ [25] [26]

小松市で毎年5月中旬に開催されるお旅まつりは、菟橋(うはし)神社と本折日吉(もとおりひよし)神社の春季例大祭であり、豪華絢爛な曳山(ひきやま)（祭で曳き回される豪華な装飾が施された山車(だし)）の上で地元の子どもたちが歌舞伎を演じる「曳山子供歌舞伎」が最大の特徴である。この行事の起源は江戸時代初期に遡り、加賀藩三代藩主の前田利常が京都祇園祭を鑑賞したことに端を発すると伝えられており、360年以上の歴史を持つ。

この祭の際に食べられる伝統食が、季節のタケノコ、ぜんまいの煮物や押しずしである。

---

[25] 青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013、p88-91

[26]『石川の祭り・行事（石川県祭り・行事調査事業報告書）』石川県教育委員会、1999、p125-129

４－２ 南加賀地域と浄土真宗

石川県、福井県、富山県の北陸三県は、浄土真宗の信仰が篤い地域として知られる。身近に浄土真宗の教えやお寺、仲間との付き合いがあり、日常の営みと信仰的行為とをきれいに分けることができないほど、生活に馴染んでいる。例えば、親鸞聖人や家族の月命日といった、月に何度かある精進日には肉魚を口にしない「信仰に根ざした生活」が、つい数十年前までは当たり前のように見られた[27]。

下の【資料 8】は、南加賀地域と県全体における真宗を中心とした宗派別仏教寺院数を比較した表である。

【資料 8：地域別・宗派別仏教寺院数】

（数値は寺院数）

（1992.3.31時点）	加賀市	小松市	江沼郡 山中町	能美郡	石川郡 山間部	南加賀合計	石川県全体
真宗大谷派	29	69	6	31	11	146	864
浄土真宗本願寺派	7	6	2	0	0	15	101
大谷派・本願寺派以外の真宗	0	0	0	0	0	0	2
真宗合計	**36**	**75**	**8**	**31**	**11**	**161**	**967**
真宗以外の宗派	12	12	1	2	1	28	410
全宗派合計	**48**	**87**	**9**	**33**	**12**	**189**	**1377**

これは、『石川県宗教法人名簿[28]』を元に作成したもので、次の頁の【資料 9】にそのグラフ「地域別・宗派別仏教寺院の割合」を示す。ちなみに、この資料が作成されたのは 2005 年の山中町と旧加賀市が合併する以前のことなので、別表記となっている。なお、石川郡山間部は、旧河内村、吉野谷村、鳥越村、尾口村、白峰村の 5 村を指し、現在は白山市の山間部に位置する。

石川県の全 1377 ヶ寺の内、967 ヶ寺が真宗諸宗派で占められる。南加賀地域においても 189 ヶ寺中、146 ヶ寺が真宗大谷派、15 ヶ寺が本願寺派と同傾向である。真宗寺院の行事が地域の行事だとも言えるほど、高い割合である。

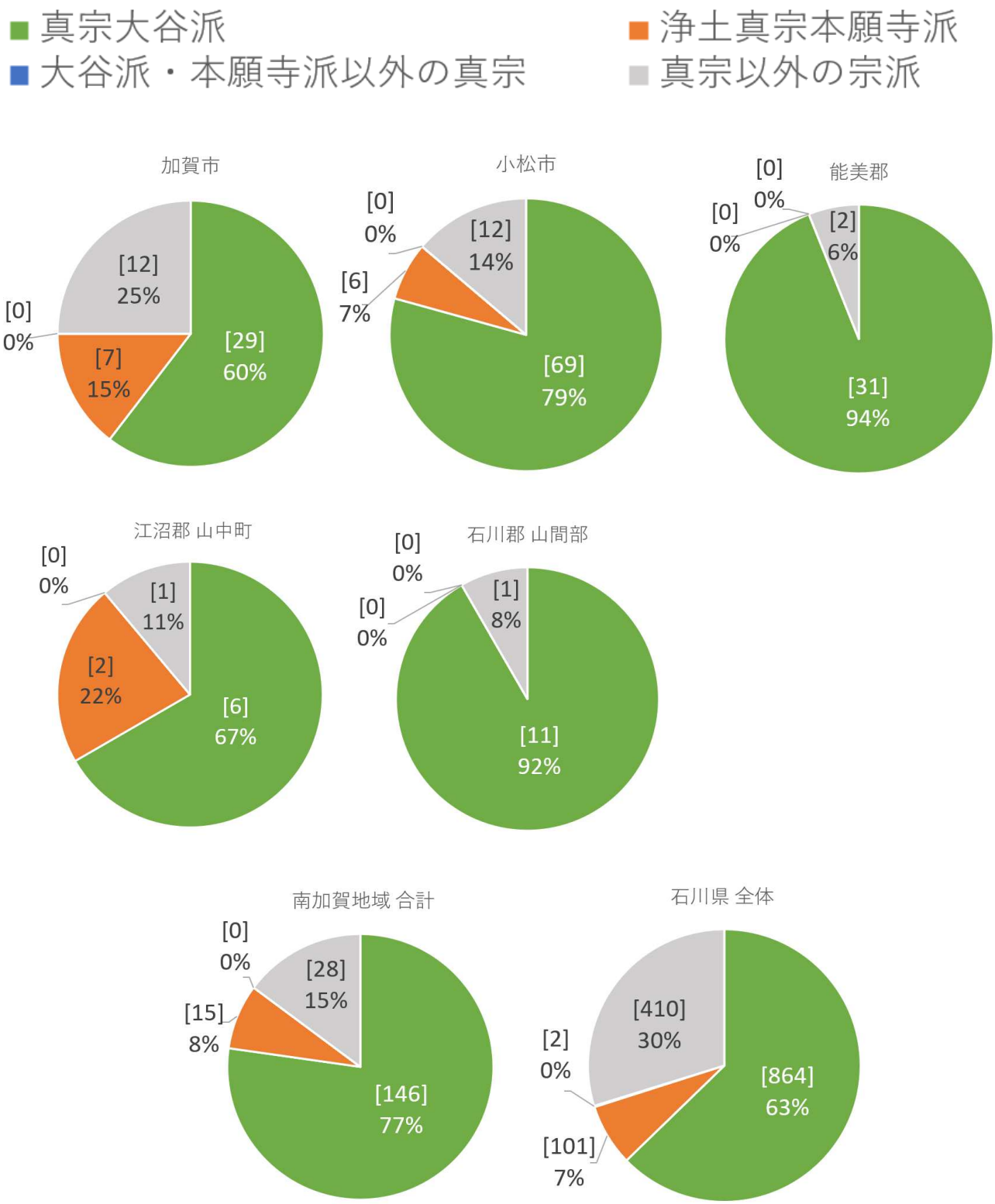
さて、北陸の地でこれほどまでに浄土真宗の門徒が多い理由は、浄土真宗中興の祖と仰がれる本願寺第 8 世・蓮如上人（1415－1499）が 500 年以上前にこの地を訪れ、精力的に布教活動を行ったことによる。

---

27 聞き取り調査の中で、現在でもこの地域の寺院では、毎月の精進日を実施しているとの報告があった。

28 『石川県宗教法人名簿』石川県総務部総務課、1992　（※ 資料としては古いが、図書館で閲覧可能なものを用いた。）

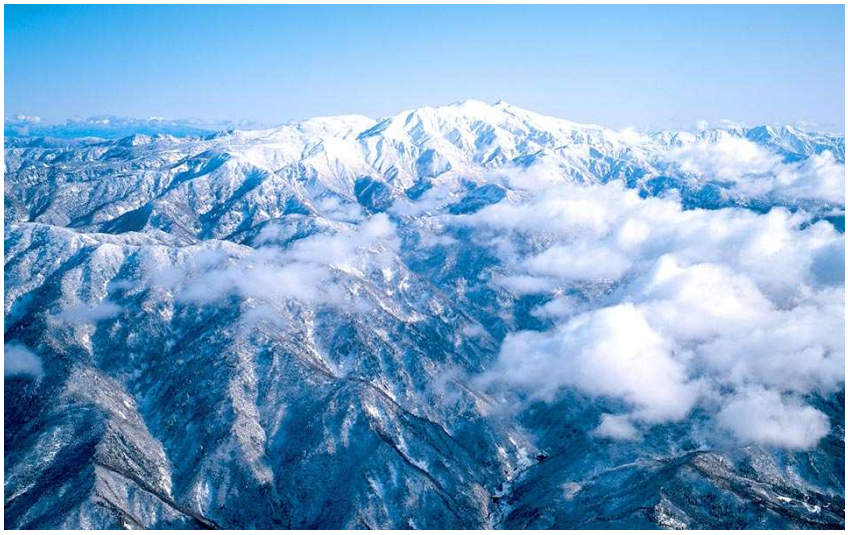
【資料 9：地域別・宗派別仏教寺院の割合】



【資料 10：蓮如上人御影（真宗大谷派旧蔵）】[29]

蓮如上人は宝徳元年（1449）、応仁 2 年（1468）、文明 3 年（1471）4 月～同 7 年（1475）8 月の 3 回北陸に下向している。精力的に活動できたのは 3 度目の巡錫（じゅんしゃく）だけであった。このとき、布教の本拠地としたのが、南加賀に隣接する越前吉崎（現・福井県あわら市吉崎）に建てられた吉崎御坊（よしざきごぼう）である。特に加賀地方を中心に福井・富山両県にまたがるような形で、蓮如上人をめぐる伝承が残されていることから、布教の意識は福井県内のみならず石川県側にも向いていたと分かる。

【資料 11：霊峰白山】[30]



[29] 『展観図録 蓮如上人 東本願寺および大谷大学所蔵優品展』大谷大学図書館、1997、p26 より転載。

[30] 「ようこそ加賀の國」加賀地域連携推進会議（オール加賀会議）ホームページ ＜https://allkaga.com/spot/hakusan/＞ より転載。（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

このように、一般的には蓮如上人の登場以降、石川県で劇的に真宗が広がった背景としては、それ以前にあった山岳信仰の影響があるとの見方がある。この地には元々、霊峰白山を神として崇めた白山信仰が根付いており、養老元年（717）に越前（福井県）において“越の大徳“と呼ばれた泰澄が、白山連峰の最高峰・御前峰（2,702m）をはじめ、別山（2,399m）、大汝峰（2,684m）の初登頂に成功し、開闢したことが始まりとされる。

天長9年（832）には、信者の増加にともない、越前馬場（平泉寺）、加賀馬場（白山本宮）、美濃馬場（長瀧寺）の3つの馬場（参詣者が馬を下り、徒歩で登拝するためにつくられた山麓の拠点）から禅定（山頂）に至る禅定道（登山道）が整備された。それぞれの山で信仰される十一面観音菩薩（御前峰）、聖観音菩薩（別山）、阿弥陀如来（大汝峰）が祀られたことにより、浄土教の広まる素地が出来上がったと指摘されている。[31)]

また、浄土真宗がこの地に広まったもうひとつの前提として、時宗2世遊行上人・他阿弥陀仏真教（1237－1319）の存在が挙げられる。詳細は省くが、時宗の存在が民衆の仏教としての阿弥陀信仰に大きく影響を与えた。

それと同時期に、親鸞聖人の直弟子・真仏上人を中心に門徒たちが集まった宗派である真宗高田派の系統も北陸で布教を開始し、蓮如上人以前に浄土真宗の教えを広めている。

このように、白山信仰、時宗、真宗高田派の存在により、南加賀地域において蓮如上人の教えが受け入れられやすかったと考えられている。蓮如上人が越前の吉崎に移り、布教を始めたのは文明3年（1471）のことであった。

---

[31] 浄土経典『無量寿経』『観無量寿経』によれば、観音菩薩は阿弥陀如来の脇士とされる。

【資料 12：浄土真宗各派の略系図】

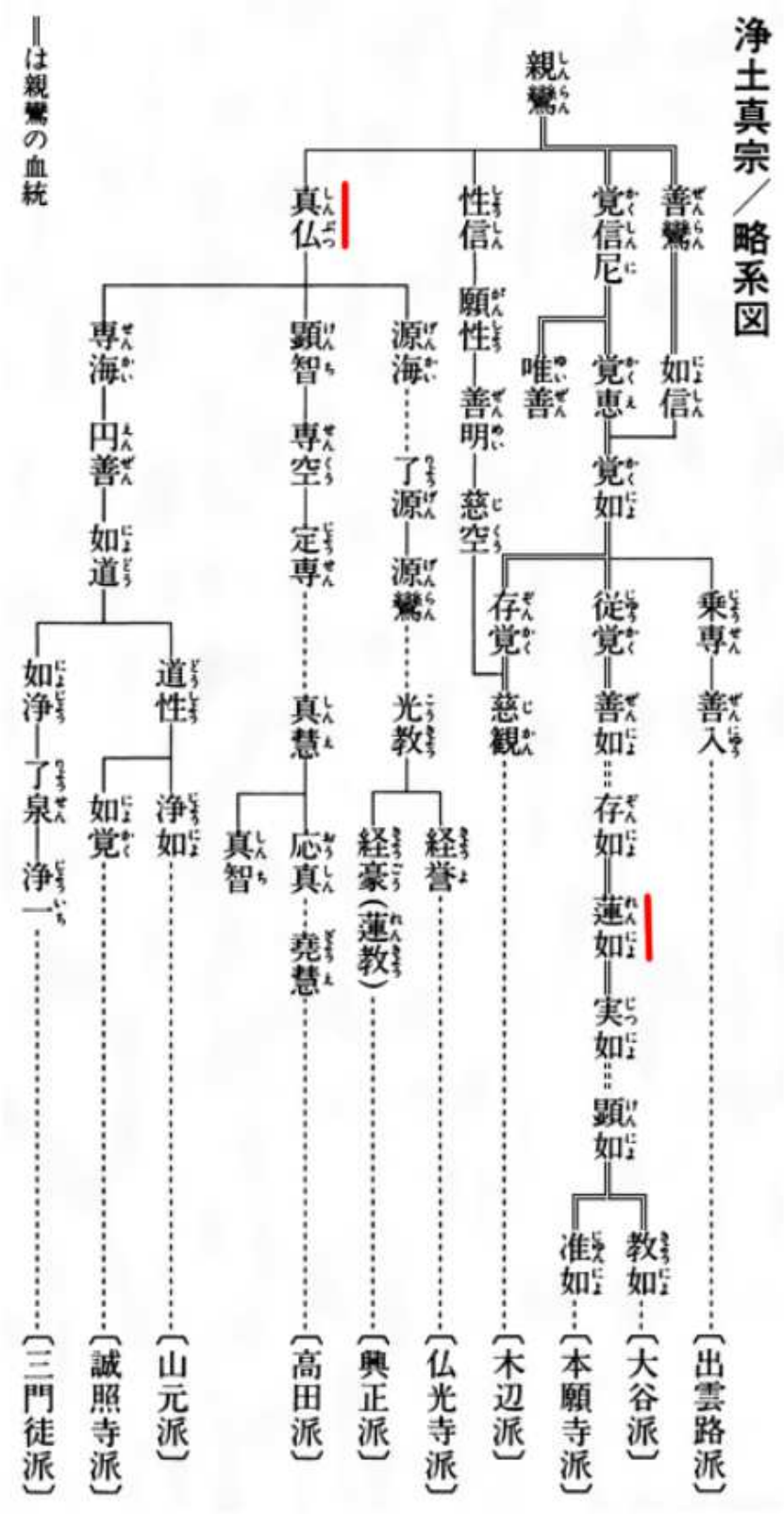


図 ＜小学館『日本大百科全書（ニッポニカ）』より引用＞

文明 3 年（1471）から丸 4 年の吉崎滞在であったが、蓮如上人はその間、精力的に御文を書状の形式で発行して農民層を中心に布教している。これにより、門徒が爆発的に増加したことで次第に

「講」が組織され、門信徒が互いに信心を深め合う場として道場（北陸で顕著な、僧侶が常住しないお寺のような施設。決まった寺院に帰属する）も成立していく。[32)]

近世に入ると、信長、秀吉配下の武将として活躍し、最大の外様大名として加賀百万石の太守となった前田利家は、巧みな郷村支配の確立と寺請けによる檀家制度を通じ、支配体制に組み入れることに成功している。本願寺自体も門信徒に王法為本を説き、信仰だけではなく世間の法律や秩序を大切にする考えを指導したことから、封建支配と対立せず、かえって信仰生活はより豊かに盛んになった。特に農民の真宗に対する関心は極めて高く、生活全体に仏教的色彩が強く見られ、年中行事なども多分に仏教的信仰と結びついていたのである。[33)]

ここまで、南加賀地域で浄土真宗が広く信仰されている背景について述べてきた。住民のほとんどが真宗門徒であることから、日常にも当たり前に真宗文化が深く入り込んでいることを示している。次節で述べるように、人びとは報恩講をはじめとする真宗行事に参加し、集まった仲間と食を共にして、日常が伝統化していく。こうしたことを背景に、地域の伝統の行事や食文化の多くは成立している。

---

[32] 『福井県史 ＜通史編 3・近世一＞』福井県、1992、p701-706

[33] 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988、p342

４－３ 報恩講（ほんこさま）

【資料 13：報恩講の様子（写真提供：白山市願慶寺）】

報恩講は、浄土真宗の宗祖親鸞聖人の祥月命日の前後に、阿弥陀如来並びに親鸞のお徳を慕い、報恩感謝の意を表する年中行事中で最も重要な法要である。

これは、本願寺 3 世覚如上人（1270－1351）が、永仁 2 年（1294）の親鸞聖人三十三回忌に際して『報恩講私記（報恩講式[34]）』を撰述し、親鸞聖人の導きによって阿弥陀如来の本願（「南無阿弥陀仏」と唱える衆生を必ず極楽浄土へと生まれさせ、成仏させるという誓願）に触れさせていただけた喜びについて述べたことを起源とする。報恩講はその後しばらく、親鸞聖人の月命日（月忌）に勤められたが、本願寺 8 世蓮如上人がこれを御正忌（祥月命日）にかけての七昼夜お勤めする法要と位置付けて以降は、山科・大坂両本願寺を経た戦国期に、年間の最重要法要として明確に位置付けられることとなった。[35]

蓮如上人がどのように報恩講を捉えていたか、吉崎御坊時代の「文明 5 年（1473）11 月 21 日付『御文』」を参照すると、阿弥陀如来や親鸞聖人のお徳を慕うということは、僧侶や門徒の個々人が、親鸞聖人の言う「信心決定（すべての衆生を救うという阿弥陀如来の誓いを聞いて、自分も必ず救われるという疑いのない確信）」をすることに他ならず、そのためには、報恩講中に親鸞聖人の教

---

[34] 仏教の「講式」とは、仏・菩薩・高僧の徳を讃えて、教えを分かりやすく説くための法要の儀式次第・差定、またはその内容を記した文章を指す。

[35] 安藤弥「戦国期本願寺〈報恩講〉をめぐって―〈門跡成〉前後の〈教団〉」真宗研究 46、2002、p90-91

えを聴きながら、改悔（自身の信仰のあり方が正しいのか正しくないのかを自問）することが大切だ、とある。時代的にも、一向一揆の気運が高まりつつある中で、それに参加しようとする門徒衆に自己を省みることを求めた蓮如上人の思いがここには見える。

その後、山科本願寺時代に入ると、蓮如上人は「改悔」について、本願寺御影堂の親鸞聖人の絵像の前で、心中を親鸞聖人へ心底に残さず告白するというスタイルをとった。そしてその告白内容を門徒同朋にも聞かせつつ、御開山さまの名代（代理）である宗主（この時代は蓮如上人）が適否を判定（後に「改悔批判」と呼ばれる）し、信心を得させていった。

現在では「改悔文（領解文）」という蓮如上人の「御文（御文章）」から文言を抽出して作成された文章を、僧侶と門信徒が一斉唱和するという形態で伝わっている。個々人の信仰告白から一斉唱和の形態へ変化したのは近世以降とされ、さらにそれを現行の改悔文（領解文）によって行い始めたのは、近世中期、明和期（1764－1772）以降頃ではないかと推測する立場がある。[36]

ここまで、現在まで至る形式を整えた蓮如上人の報恩講について述べてきたが、前節の【資料 12】（p26）で示す通り、蓮如上人の系譜にある本願寺派と大谷派にのみ言えることであり、それ以外の真宗諸派には該当しない。ただ、前節で示した【資料 9】（p23）を参照すれば、石川県は真宗全体のほぼ 100％を真宗大谷派と浄土真宗本願寺派が占めるので、その限りではない。

ところで、真宗各派の本山で営まれる「御正忌報恩講」は、浄土真宗本願寺派（お西）などが 1 月 9 日～16 日に、真宗大谷派（お東）などが 11 月 21 日～28 日をその期間としている。この違いは、親鸞聖人の命日が弘長 2 年 11 月 28 日で、新暦の 1 月 16 日となることに由来する。御正忌を結願（最終日）としたとき、前者が旧暦の日付表記を新暦に換算した日程、また後者が旧暦の日付表記のまま新暦の日付で行われることを示している。

一方で一般の寺院では、「お取越」や「お引上」といって本山の法要期間よりも前にずらして 1～3 日間程度の期間営まれることが多い。これは、真宗の僧侶や門徒にとって、御正忌報恩講期間中の本山参拝が推奨されるためである。御正忌に一般寺院で報恩講を行うこともある。

さて、福井県、石川県、富山県、岐阜県の北陸と隣接地域では報恩講のことを、親しみを込めて「報恩講さま（さん）」と呼ぶ。そしてその地域の「ほんこさま」は、お寺や道場[37]で行うもの

---

36 井上見淳「三業帰命説の伝統に関する一考察 ―〈たすけたまへ〉の発語と〈改悔〉」眞宗學 129・130 合併号、2014、p354・357

37 「道場と信仰生活」『福井県史＜通史編 3・近世 1＞』福井県、1992，p705-706 に次のようにある。

真宗道場を起源的にみると、自庵と惣道場の二種に分かれる。自庵（内道場ともいう）は、村の有力者が自己の居宅を兼用した道場をいい、やがては一族の者が道場役となって寺院に昇格するものもあった。古い集落の中に地侍級の旧家に隣接して先祖を同じくする寺院が存在するのは、この例であろう。惣道場は門徒の合力によって始められた道場で、主に一村同一宗派の場合が多い。この他、機能的な道場の分類としては、寄合道場・表裏立合道場・毛坊道場・下道場・兼帯道場がある。寄合道場とは二ヶ寺以上の門徒が寄り合って建てたもの、表裏立合道場は東西両本願寺派の門徒が共同で建てたもの、毛坊道場とは、有髪の俗人が道場主である場合を言い、ある寺に所属する道場を下道場・兼帯道場と呼んでいる。

と、門徒の家で行うものがある。これは、お寺の門徒全体や道場のある在所の門徒衆といった地域ぐるみの大規模な行事か、家庭単位で簡略化した小規模な行事かの違いであり、特に後者は「うちぼんこ」と呼ばれ、お手次寺の住職を呼んで読経をお願いし、昭和の初め頃は、家族の他に親戚や近所の人も招いて、皆で読経後にお斎（食事）をいただく習わしが北陸各地で見られた。ただ、現在のうちぼんこは、宗派を問わず全国的に見られるお盆の棚経[38]と同様に、各家ではその家族と読経のみを行う形式であることが多い。

これに関し、本善寺（加賀市大聖寺）坊守の飯貝寿代さんは、

> 他のお寺さんはどうだか分かりませんが、ある在所（地域）に 10 軒の門徒さんのお宅があったとして、住職は在所ごとにうちぼんこを回ります。在所の中の一軒が “宿（お宿）” を当番制で担当して、僧侶にお斎を出します。現住職が入寺した 46 年前には、うちぼんこの際に門徒さんと一緒にお斎を食べる風習はありませんでした。そして、うちぼんこが全部終わった後に在所の公民館[39]でお座（御法座：住職の説法）がある場合もありますし、大きいお宅が宿だとそちらでお座があることもあります。30 年くらい前までは、家の大小に関わりなく自宅でお座がありましたが、家の構造が変わってきて、今では公民館を使うようになりました。お斎が終わった頃、門徒の皆さんが宿にお布施やお餅などを持って集まって来られて、宿の人は皆さんにお茶、みかん、お菓子などを用意して、お座に参加します。お座が終わった後に、お酒が出ることもありました。そして、その場で翌年の当番の相談をしていました。ただ、コロナ以降お斎もお座もほとんどなくなり、現在お斎は 3 か所、お座は 2 か所だけです。あと、各家のうちぼんことは別に、12 月に “在所の” ほんこさんもあって、その町や村の真宗門徒が対象となります。高齢の門徒さんから聴いた話では、子どもの頃だった 70 年ほど前、在所の子どもたちが各家を回ってお米を集めて、そのお米をお宿で炊いて、持ち寄った食材で集まった女衆がお斎をつくり、夕方に食べてから勤行とお座が行われたそうです。夜に難しい話を聴くのは厳しいので、子どもたちはお座の前に帰宅したそうで、そういう在所もあったという話です。

と、語られた。

一方、お寺での開催の場合、各本山で行われる御正忌報恩講の最も厳格な形式[40]を簡略化して行われるが、基本的な流れは勤行（法要）と法話（住職・招かれた布教使）とお斎を中心に構成される。そして、このお斎が、北陸地方では伝統の「報恩講（ほんこ）さん料理」として親しまれている。

また、民衆の日常に真宗が根付いている証拠として、“御講（お講さま）” がある。これは、中世以来、教団の下部組織として結成され、門徒組織の基礎を成してきた同行（同じ宗派の信者）による信

---

[38] 本来、檀家の前庭、軒先、縁側の片隅に設けられた精霊棚（盆棚）の前で一軒一軒僧侶が読経して回る行事だが、現在は各家の仏間に上がり、設けた精霊棚か仏壇の前で読経する。

[39] 加賀市大聖寺は真宗大谷派の門徒が多いので、公民館にも仏壇がある。

[40] 晨朝（早朝の勤行）、日中（午前の勤行）、お斎、逮夜（午後の勤行）、法話（勤行の合間）、初夜（夜の勤行）、など。

仰集団である。開催日による「五日御講」「十日御講」、世代による「子ども講」「若者御講（若衆講）」「壮年講」、性別による「父御講（男講・親父講）」「母御講」「尼御講」「嫁御講」など多種多様で、親鸞聖人の月命日（旧暦 28 日、新暦 16 日）に開かれることが多い（基本的には村の都合の良い日に）。[41]

場所は、お寺や道場でする地域と、同行の家が交代で当番の家を決めて行う地域があり、石川県や隣の福井県ではこの当番家のことを宿という[42]。お講では、お手次寺の僧侶を呼んで勤行し、法話を聴聞し、飲食を共にし、世間話で交流することで、教義の普及と拡大に寄与した。

現在の小松大聖寺教区では、地域の門徒の人が仏壇の前に集まり『正信偈』を唱和し、僧侶の法話を聴く形式で行われている。文明 18 年（1486）の蓮如上人の御文に、小松の地に「能美郡四講」という 4 つの講が組織されたことが記されており、浄土真宗の歴史の中で最も早くできた講と考えられている。小松大聖寺教区＜大聖寺地区＞では、現在も東組、西組、南組、北組、中組と地域を 5 つに分けて公民館や寺院を会場に行われる「組講」、隔月で大聖寺教務支所に先ほどの 5 組から門徒が参集する総講の「示談講」、毎月 8 日を原則に教区寺院を会場に持ち回りで開催される「知恩講」が、それぞれ組織され、稼働していることから、この地の講が 500 年以上の伝統を持つことが分かる。[43]

---

41 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988、p343

42 『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集 18）』農山漁村文化協会、1987、p317

43 真宗大谷派 小松大聖寺教区ホームページ ＜https://komatsudaishoji-kyouku.net/＞（最終閲覧日：2026 年 1 月 7 日）

４－４　報恩講の行事食（お斎）と食具

『聞き書 石川の食事[44]』には、大正末～昭和初期頃の石川県の食生活が網羅されており、本報告書が対象とする“南加賀地域”も、加賀潟の柴山（片山津温泉）、加賀平野の松任（現・白山市坊丸町）、白山麓の白峰といった該当地域及び周辺地域の聞き取り資料が収録されている。

ここでは、伝統の観点から、この資料を中心にまとめていきたい。

４－４－１　報恩講の行事食（お斎）

前節で述べた通り、浄土真宗の開祖・親鸞聖人の命日にはその遺徳を偲んで報恩講が行われており、その際にお斎として振る舞われるのが「ほんこさん料理」である。お斎は本来、正午以降の食事を禁じた仏教の戒律に由来するもので[45]、午前中に僧侶が托鉢でいただいた食べ物を正午前に食べ終えるのがルールだが、報恩講の文脈ではその限りではなく、午後の法要の前に食べる“昼食”もしくは単に“食事”としての意味合いが強い。

報恩講料理自体は、法要とセットで全国の浄土真宗寺院にて提供されるものであるが、なぜ北陸地方のものが有名かというと、お膳にたくさんの種類の野菜料理が盛られたご馳走だったからであろう。日本全国の浄土真宗文化圏で、報恩講の料理として単品の名物は存在するが、ひとつのお膳がこれだけ豪華な報恩講料理は珍しい。

もっとも、地域や寺院によって、出される料理の種類や品数は異なるが、その年に収穫された中で最もできの良かった野菜や山菜を、普段用とは別に報恩講のために取り置きしたり、塩漬けにして保存したりする姿勢は、各地域で見られる。

加賀潟の柴山（片山津温泉）に関する記載を見れば、柴山潟周辺の住民は半農半漁及び行商で生計を立てており、仕事に明け暮れる柴山（働き者が多い地として有名）の人びとにとって、12 月の報恩講は一年の内で心待ちにされる重要な行事で、文字通りハレの日であり、惜しまずにご馳走をするとある。

加賀平野の松任についての記述によれば、11 月下旬頃から各家庭のうちぼんこが始まるが、その数日前からその家族は仏具を磨き、掃除して仏壇に立花を供えて荘厳する。みいでら（がんもどき）やおから、油揚げを町に買いに出かけ、当日の朝は餅を搗き、仏壇のお供えをつくる。ご近所や親戚、親類一同を迎えるので、精一杯のご馳走でもてなす。内容は、みいでらの煮物、インゲン豆の胡麻和え、大根なます、けんち（おからの煎り煮）、うずら豆の煮物、油揚げ・しいたけ・芋の子の煮物、豆腐入りの小豆汁、赤ずいきの酢の物で、しその実と葉を甘辛く煮た「しいな（紫炒菜）[46]」をつくる家もある。

---

[44] 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988

[45] 吉村昇洋『精進料理考』春秋社、2019、p206

[46] 青木悦子によれば、香ばしく煎って粗く砕いた大豆を加える場合もあるとのこと。

白山麓の白峰（しらみね）は、うちぼんこの２日前から煤掃（すすは）きを始めとする大掃除を行い、普段は蔵にしまってある畳を運び入れて敷き、家の中を整える。また、蔵にはお椀や道具も片付けてあるので、それを家に運び、きれいに洗って準備する。食事は２日前から準備を始め、前日には、煮しめを中心としたご馳走の支度を終える。そして当日の夕方頃に神棚や仏壇にお供えするための餅を搗く。お膳に乗せきれず、横に並べるほどたくさんのご馳走を準備する。ごはんは白米で、味噌汁はかぶら、ずいき芋（里芋）、なめこ、この地域特有の固豆腐[47]と、具がたくさん入る。煮しめは、食材を醤油や赤砂糖（ハレの日のみ使用）で煮て、ひと皿に盛り合わせたものを、内容を変えて何種類もつくる。中でも、固豆腐、なめこ、金時豆、栗を醤油と赤砂糖で甘辛く煮て盛り合わせた「こくしょ」は定番。酢の物は、大根と人参のなますで、炒り大豆、干し栗、がや（かや）の実、一合餅の白丸餅を盛り付けた珍しい盛り付けの「ちゃのこ」がある。

４－４－２　ほんこさん料理を盛り付ける食具

普段の家庭での食事では、箱膳や平膳、宗和膳（黒または朱塗りの低い四足膳）が用いられるが、いずれも軽く漆を塗った春慶塗風の素朴なもので、ときには柿渋を塗ったものもある。どの膳を使うかは、家によって違う。その上に乗せる食器は、基本的に「からつもん（北前船で佐賀県唐津から運ばれた二級品の有田焼や伊万里焼）」や「せともん（美濃から馬の背に積まれ北陸道を通って加賀南部に運ばれた二級品の瀬戸物）」と呼ばれる陶磁器を用い、また汁椀は塗りの簡素な木器が使われる。箸は一般に質素な塗りの丸箸である。九谷焼は地元の名産だが、日常生活では使われず、ハレの日などの特別大切な客以外には使わない、とある。

一方、冠婚葬祭の食器は漆器であり、仏事には朱塗り（報恩講、葬式、法事で使う。ただし、50 回忌の法事だけは黒塗り）、慶事（結婚式）には黒塗りが使われる。ほんこさん料理の場合、仏事なのでもっぱら朱塗りの宗和膳、飯椀、汁椀、平椀、坪のセットが使われ、輪島塗（能登）で各家庭 20 組ほど揃えられることが多く、「堅地の朱家具」と呼ばれている。ただ輪島塗は、普通の品でも 75 回以上の漆塗りの手数と、120 日以上の日数がかかり、堅牢な分どうしても高価なため、平素から心がけて

---

[47] 固豆腐（堅豆腐）のつくり方は、『聞き書 石川の食事』（p156･145）では「大豆を一昼夜水に浸け、石臼でひく。釜に入れて一回煮たたせ、麻布の袋に入れてしぼる。粗しぼりをしてから、もう一度きれいにひとしずくも出ないほどしぼり、かすをよける。しぼり汁を今度は木綿袋に入れてしぼり、かすをよける。汁を煮たててにがりを入れ、かき混ぜる。にがりは買う。箱に袋を敷いて、その中ににがりで固まりかけた汁を入れ、袋をたたんでふたをする。その上にめんぱ（ひのきの弁当箱）に水を入れたものをのせて重石にする。一、二時間したら箱から出して二～四つに切る。冷めてから水に入れ、流し水にし、半日くらいおいてから料理する」とあり、「手間がかかるので、一度にたくさんつくってつくりおきをしておくことが多い」とも言う。最近のつくり方の報告では、青木悦子『金沢・加賀・能登 四季のふるさと料理』（北國新聞社、2013、p219）に、「大豆をすり流し、生の豆汁を手しぼりにかけてとった絞り汁（豆汁）を加熱して、ニガリを加え、水分と蛋白質とに分離させて、しぼり固める。麻布を敷いて、木枠に入った豆腐の上から重石をずっしりのせて押し固めた」とある。

徐々に揃えていくが、黒家具（黒塗りのセット）は朱家具ほど使用頻度が高くないため、ほとんど揃っていない。

石川県には他に、金沢漆器と山中漆器がある。前者は輪島塗ほど塗りの手数が多くないため、輪島塗よりも比較的安価であるが、蒔絵を施した高級品はハレの日の使用に限られる。

一方、山中漆器は、他の漆器に比べ、塗りの手数が少ないのが特徴で安価である。本調査でお話を聞いた（有）大尾嘉漆器（加賀市山中温泉上原町）の大尾嘉孝代表によれば、「丸太を横に倒してスライスし、板の形に木取る“横木取り”の他の漆器とは異なり、山中漆器は木を輪切りにして、年輪に対して平行に木取る“縦木取り”にします。山中の木地師（轆轤を用いて椀や盆等の木工品〈挽物〉を加工、製造する職人）は、全国的に薄く挽く技術が高いことで有名で、薄くても割れにくい丸もの器を挽くことができます。縦木取りは、器にしたとき、木目がきれいに出る（【資料 14】）ので、塗りの手数を減らして自然な木目模様を活かします。これができるのも、贅沢にも数のとれない縦木取りをすることで、年輪に対して素直な角度で刃が当たり、強度があって歪みや収縮に強い木地を使えるからです。山の良質な木材に囲まれた山中とは違い、かつて木地をふんだんに使えなかった輪島塗では、横木取りで強度がない分、漆でしっかり固めることで、長期の使用に耐えられるようにし、その分高価となりました」とのことで、漆器の場合、原材料である高価な漆の価格が値段にそのまま反映されるということである。

【資料 14：山中漆器の椀（写真提供：吉村昇洋）】

とは言え、山中漆器でも塗りの手数を増やしたものや蒔絵を施した高価な製品もあり、（蒔絵物は別として）報恩講のお斎用のお膳として使われていた。

また、石川県の浄土真宗の歴史は、蓮如上人の布教実態と切っても切り離せないが、南加賀と隣り合った越前（福井県）の木ノ芽峠を境に北側である嶺北は、吉崎に布教拠点があったことから、浄土真宗が多い地域となっている。となれば、比較的近い地域で、民衆に根ざした同じ信仰をもつ者同士、寺院での食や器も似てくるのは必然である。

例えば、霊峰白山は石川県、福井県、富山県、岐阜県の4県にまたがっており、それぞれの山麓で石川県白山市白峰の固豆腐のような名物豆腐がつくられている。福井県は奥越（勝山市、大野市）の大きくて分厚い「油揚げ（厚揚げ）」、富山県は合掌造りで有名な南砺市五箇山周辺の「五箇山豆腐（固豆腐）[48]」、岐阜県は同じく合掌造りで有名な白川郷（大野郡白川村）の「石豆腐（固豆腐）」や「おはんべ（焼き固豆腐）[49]」と、豪雪地帯における貴重なタンパク源としての豆腐という形態に類似が見られる[50]。いずれも、その地域のほんこさん料理の定番で、煮物にしたものが一丁丸々、野菜の煮しめ皿の上にどかっと乗せられる[51]。

また、類似と言えば、石川白峰、福井奥越、岐阜白川郷のいずれも、ほんこさん料理では白米をこれでもかと山盛りにし（奥越では4合分の米を盛り付けて「高まま」と呼ぶ[52]）、全体的にも食べきれないほどの量を出すことも共通する。この山盛りの白米は、普段の生活と異なり、腹一杯白米を食べても良いハレの日であったことと、報恩講で仏前にお供えする仏飯（もっそう飯）を真似たものと考えられる。[53]

ところで、食具という意味では、越前嶺北にあって南加賀にないものがある。それが“おたじ”で、お寺や道場、門徒家を会場に行われる報恩講やお講の際に、余ったお斎や、会場でつくられた具だく

---

[48] 『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集16）』農山漁村文化協会、1989、p96-97

[49] 堀光代 山澤和子 長屋郁子「岐阜県大野郡白川村（白川郷）における報恩講料理 ―白川村荻町の調査より―」日本調理科学会誌55〈2〉、2022、p119

[50] 巽好幸「〈美食地質学〉からみた出汁と豆腐」日本醸造協会誌119〈1〉、2024　では、白山麓で固豆腐がつくられる理由として、島豆腐のある沖縄と同様に、日本列島で数少ない石灰質の土壌による硬水地域であることを指摘している。

[51] 『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集18）』農山漁村文化協会、1987、p324（カラー写真は冒頭グラビア内「報恩講の膳（勝山市北谷町）」）の写真を見ると、詳細は確認できないが、豆腐の煮物が煮しめ皿の上に一丁丸々乗っている。同じ福井県越前市国中町の奇祭「惣田正月十七日講（ごぼう講）」のお膳には、焼き豆腐が同じように煮しめ皿の上に一丁乗っている。

[52] 『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集18）』農山漁村文化協会、1987、p85 .102 .324

[53] 福井県越前市国中町の「ごぼう講」や、輪島市久手川町の「もっそう祭」では、この高盛りの飯を、そのまま「もっそう飯」と呼ぶ。真宗大谷派や真宗仏光寺派で、仏前にお供えする円筒形のご飯を形成するための型抜きを「盛槽（もっそう）」といい、形状から見てもこれが語源と考えられる。

さんの「おつけ（味噌汁）」を残してきた家族に持ち帰るための岡持（おかも）ちのようなものであり[54]、それを横に倒すと箱膳として使える便利な道具である。

『聞き書 福井の食事』[55]では、坂井町（現・坂井市）、勝山市河合（現・勝山市北谷町河合）、大野市森山、坂井郡竹田村山竹田（現・坂井郡丸岡町山竹田）、越前町新保（現・丹生郡越前町新保）の事例が収録されているが、『聞き書 石川の食事』には一例も見当たらない。特に、坂井郡丸岡町山竹田は、ひとつ山を越えれば山中温泉大内町（昭和 58 年を最後に無住村）であり、文化交流や信仰的交流がないはずがない。実際、山中の木地師たちの祖先も、天正元年（1573）に勃発した一乗谷城の戦いで朝倉氏が敗れたことで庇護がなくなり、新天地を求めて越前から山中を移動し定住している。

南加賀におけるおたじの存在について加賀市文化課にも問い合わせたが、資料としては存在していないとの回答であった。

---

[54] お講さんのときには、自前で米を飯椀に盛って持って行くといい、ほんこさん料理は（お講さんの料理も含めて）、かつては、普段は食べられない白米を腹一杯食べられる、ハレの贅沢な食事という共通認識であった。

[55] 『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集 18）』農山漁村文化協会、1987

５. 南加賀地域の報恩講料理（４ヶ寺の例）

５－１　4ヶ寺の選定

ここでは、南加賀地域の真宗寺院でどのような報恩講料理がつくられ、食べられているのか、実際の例を提示する。調査にあたり、本報告書では以下の４ヶ寺に調査の協力を仰いだ。この４ヶ寺の選定に際して、地理的に南加賀地域内に広くに分散している点（【資料 16】を参照）と、寺院数の多い真宗大谷派から２ヶ寺、浄土真宗本願寺派から１ヶ寺、浄土真宗東本願寺派から１ヶ寺と、複数の宗派にまたがらせる点を重視した。これは行事食たる報恩講料理の地域別の特徴を見るためである。なお、以下４ヶ寺の●の色分けは【資料 16】の分布図と対応している。

- 🟢 加賀市大聖寺　真宗大谷派　和田山本善寺　（市街地）
- 🟡 加賀市山中温泉　浄土真宗本願寺派　白鳳凰山恩栄寺　（山間部）
- 🔴 小松市大川町　真宗大谷派　弓波山西照寺　（市街地）
- 🔵 白山市吉野　浄土真宗東本願寺派　鉢峰山願慶寺（がんきょうじ）　（山間部）

【資料 15:南加賀地域の調査寺院の分布図】

また、本章における料理の栄養計算は、本事業有識者の神戸女学院大学・高岡素子教授による。

５－２　加賀市の本善寺

石川県加賀市大聖寺鍛冶町にある本善寺の報恩講においてお斎（とき）として調理、振る舞われた料理を紹介する。ただし、先んじて 9 月 29 日に行った報恩講料理の調査で、主に「すこ」と「けしず」を取り上げたことを鑑み、当寺の「すこ」は「６－１－１（p78）」「６－２－１（p83）」、「けしず」は「７－１－１（p92）」「７－２－１（p97）」に別途記す。また、「小豆汁」も調査時に詳細な調理工程を拝見できたため「５－６－１（p66）」に記すこととした。

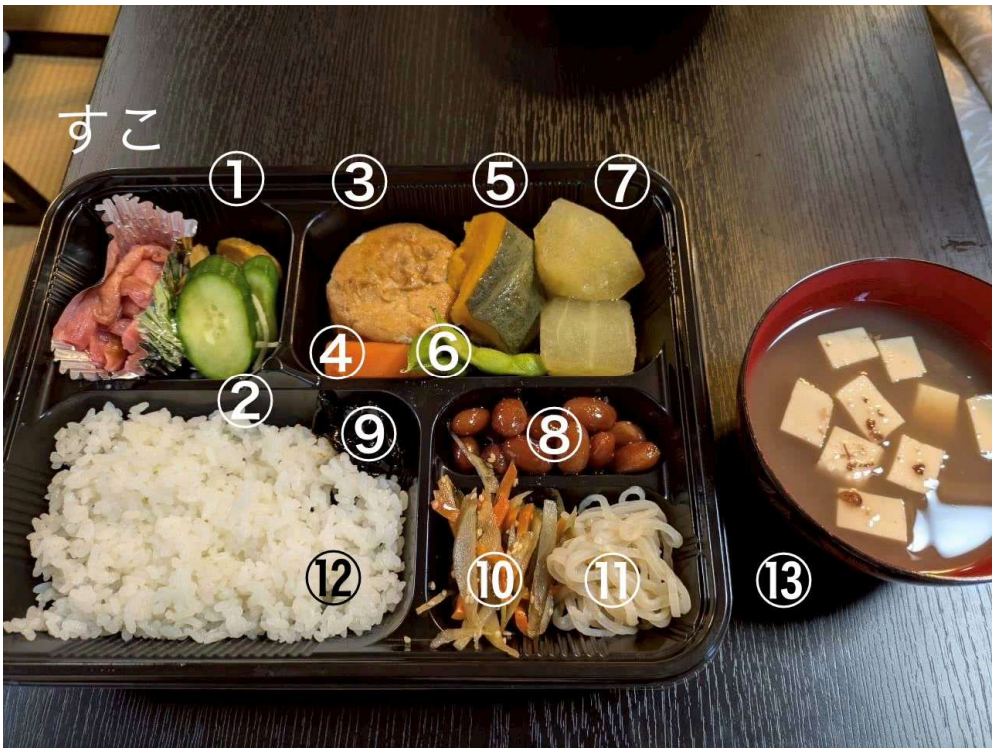
５－２－１　日時・場所・人びと

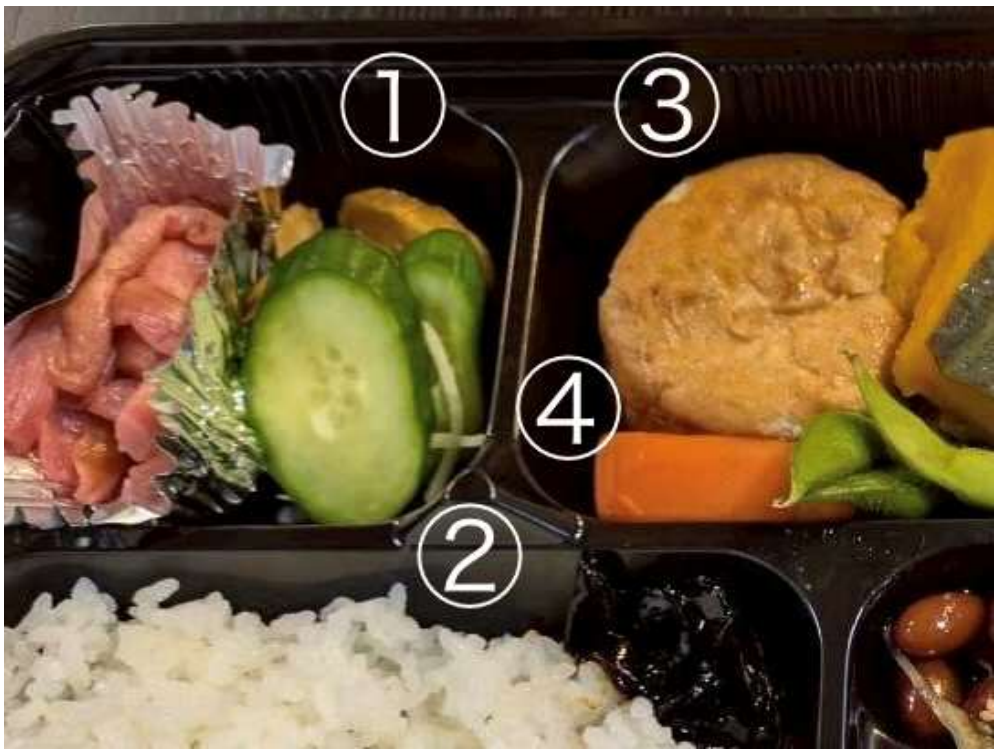
令和 7 年 10 月 11 日午後から 13 日午前にかけて、本善寺の報恩講が行われた。法要には僧侶約 20 人が参集し、のべ 110 人程度の門徒が参詣した。12 日の昼食に門徒向けのお斎が 60 人分振る舞われた。12 日夜の帰敬式終了後には、参加者に小豆汁が振る舞われた。

５－２－２　料理写真とその解説

本章では、料理の詳細な説明やつくり方を以下のように記している。なお、現状における生の声を後世に伝える目的で、聞き取ったものをできる限り活かす形にまとめている。

【資料 16:本善寺報恩講料理】





① うりの粕漬け ［1人分 1 k cal］

婦人会の方が持参したものでうりを粕漬けにしたもの。

主な食材：（粕漬け）うり／酒粕

② きゅうりの浅漬け ［1人分 1.5 k cal］

「彩りとしてあったほうがいいね」という意見の元、きゅうりを生姜の千切りと共に一夜漬けにしたもの。

主な食材：（きゅうり浅漬け）きゅうり／生姜／浅漬けの素

③ ひりょうずの煮物 ［1人分 55 k cal］

ひりょうず（市販品を使用）を昆布出汁と調味料で炊いたもの。こちらでは「ひりょうず」と呼ぶが、他に「がんもどき」「ひろうす」「ひりゅうず（飛竜頭）」などとも呼ばれるもので、豆腐を潰した後、具材と混ぜて油で揚げたものである。これを「みいでら」（後述）と呼ぶ地域もあり、食文化としては同じものを使用しているが、呼称が異なる。昔は地域の豆腐屋でつくってもらっていたが、営業を終えてしまい、生協で購入している。味付けは婦人会の方が行い、坊守が確認している。

主な材料： 飛龍頭／昆布出汁／砂糖／醤油／みりん

④ 人参の煮物 ［1人分 6 k cal］

人参を昆布出汁で煮た煮物。色合いを出すために、塩と砂糖で少し甘めに煮る。

主な材料： 人参／昆布出汁／塩／砂糖

⑤ かぼちゃの煮物 ［1人分 27 k cal］

お寺の総代宅の畑でつくっているかぼちゃを使用している。甘みが強いかぼちゃのため、砂糖はあまり入れていない。

主な材料： かぼちゃ／昆布出汁／酒／砂糖／醤油／みりん

⑥ 枝豆 ［1人分 6 k cal］

枝豆は冷凍のものを解凍し彩りとして入れる。

主な材料： 枝豆／塩

⑦ かもりの煮物 ［1人分 4 k cal］

かもり（冬瓜）自体は淡白な味わいのため、飛龍頭を炊いた出汁を使用して炊いている。

主な材料： かもり／飛龍頭を炊いた出汁／昆布出汁／砂糖／薄口醤油／みりん

⑧ 煮豆 ［1人分 44 k cal］

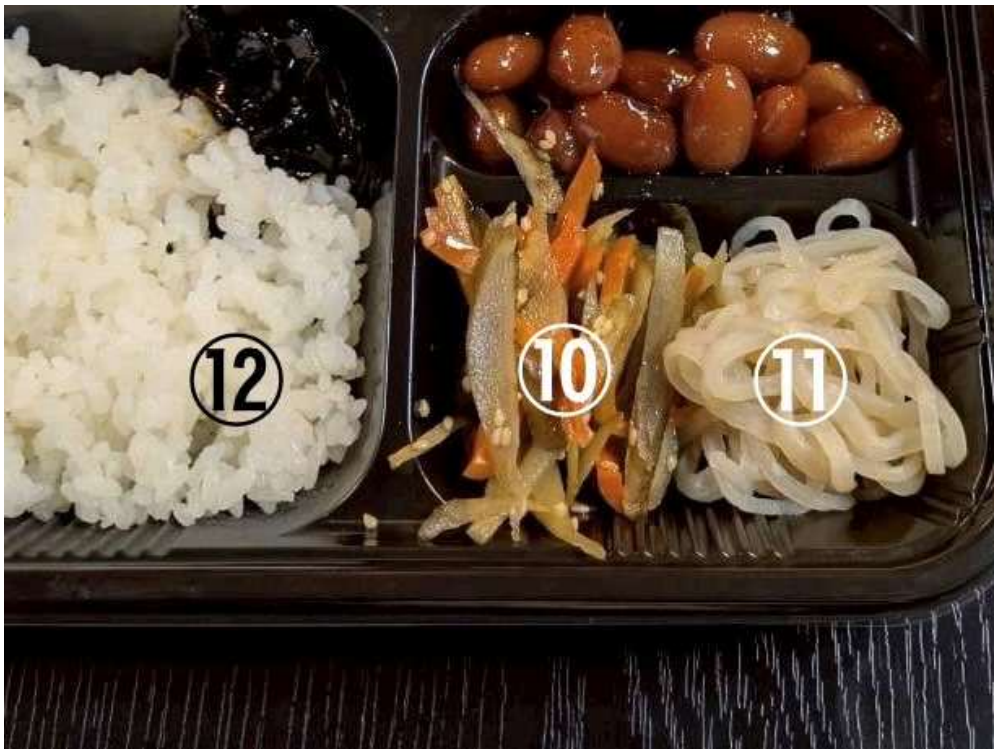
購入品を使用。

主な食材： 金時豆／砂糖／醤油

⑨ 塩昆布 ［1人分 8 k cal］

購入品を使用。

主な材料： 昆布／醤油／味醂



⑩ ごぼうと人参のきんぴら ［1人分 23 k cal］

ごぼうはそぎ切りにし、千切りにした人参と共にごま油で炒め、砂糖、醤油、みりんで味付けた。最後にごまを振りかける。

主な食材： ごぼう／人参／ごま油／醤油／砂糖／みりん

⑪ 突き出しこんにゃく ［1人分 8 k cal］

突き出しこんにゃくは塩もみして下茹でし、調味料と輪切りにした唐辛子で煎り付ける。少しピリッとするが、あまり辛くないように調える。薄口醤油だけでは味が薄そうに見えるため、薄口、濃口醤油を合わせて使用している。

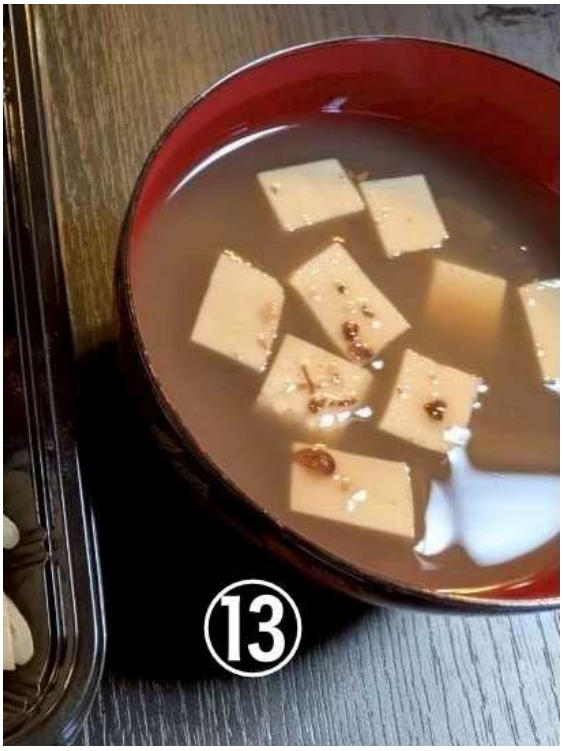
主な材料： 突き出しこんにゃく／唐辛子／薄口醤油／濃口醤油／酒／みりん／砂糖／塩

⑫ 白ご飯 ［1人分 234 k cal］

お米は、門徒さんからいただいた秋初穂の新米。御仏供（おぶっく）（仏様にお供えするごはん）を盛った残りと、追加で炊いたものをお斎に使用する。

なお、御仏供はレンジで蒸して、最終日の世話人さんたちの昼食用におにぎりにする。

主な材料：米



⑬　小豆汁

※「５－６－１（p66）」参照。

・すこ

※「６－１－１（p78）」「６－２－１（p83）」参照。

★本善寺報恩講１食の合計カロリー★

①～⑬、すこ　／　[１人分　565．8 k cal]

５－１－３　その他

本善寺では、お斎の前日に準備を行う。当日は朝から盛り付け、お弁当に詰める等の作業を行う。また、同時に小豆汁等もつくる。

また、調理は婦人会の方が中心となって行い、坊守は味の確認や最終調整を担う。なお、参考として 2014 年のお斎の様子を以下に示す。ごま豆腐や富貴豆などが入っている点に違いが見て取れる。

【資料 17】の上の写真は奥座敷にて提供する僧侶用のお膳であるが、このような形での提供は、新型コロナウイルス感染症の世界的流行を機にやめたという。

【資料 17:本善寺 2014 年のお斎】

新型コロナウイルス感染症の世界的流行前の僧侶向けお膳（上写真）と門徒向け弁当（下写真）

５－３　加賀市の恩栄寺

石川県加賀市山中温泉にある恩栄寺で報恩講においてお斎として調理、振る舞った料理を紹介する。ただし、先んじて９月９日に行った報恩講料理の調査で、主に「すこ」と「けしず」を取り上げたことを鑑み、当寺の「すこ」は「６－１－２（p80）」「６－２－２（p85）」、「けしず」は「７－１－２（p94）」「７－２－２（p99）」に別途記す。また、「小豆汁」も調査時に詳細な調理工程を拝見できたため「５－６－２（p68）」に記すこととした。

５－３－１　日時・場所・人びと

令和７年 11 月１日から２日にかけて、恩栄寺で行われた令和７年度報恩講において、１日午後と２日昼にお斎が振る舞われた。法要は２日間で４回行われ、僧侶が各回約 15 人集まり、法要を行った。また門徒を中心にのべ 120 人程度が集まった。門徒向けのお斎として、「けしず」を出した回、混ぜご飯と小豆汁を出した回とがあり、どちらも 40 人前程度用意された。また、お手伝いの方と、僧侶向けとしては、15 人分の弁当を２食（１日夜、２日昼）用意された。

本堂には親鸞聖人の伝記を描いた「御絵伝」が掛けられ、他寺院から多くの僧侶が集まり、お勤めが行われた。また、１日の夜には「報恩講音楽会」と題した木管楽器による三重奏も開催された。この催しではオーボエ、クラリネット、ファゴットのハーモニーが参詣者を楽しませた。

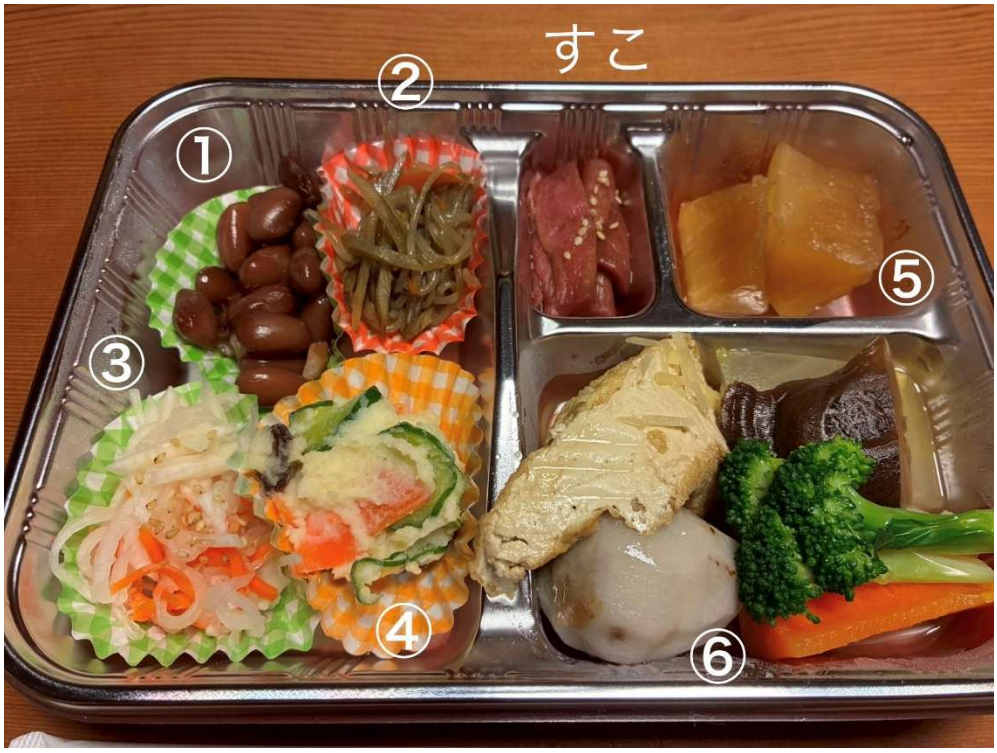
【資料 18:恩栄寺報恩講の様子】

【資料 19:恩栄寺報恩講調理の様子】

５－３－２　料理写真とその解説

2025 年の恩栄寺報恩講で振る舞われたお斎の内容は以下の通りである。

【資料 20:恩栄寺報恩講お弁当】



① 金時豆の甘煮　[１人分　48 k cal]

金時豆を塩を少々入れた水で茹で、煮汁に色が出てきたら一、二度煮汁を捨て豆を洗い、改めて砂糖と塩で柔らかく煮含めたもの。昔、お寺でお葬式があったとき台所のお手伝いに来た人に聞いたやり方で、この方法だと早く柔らかくなる。最後に少し醤油を足して風味を付ける。

主な食材：　金時豆／砂糖／塩／醤油

② きんぴらごぼう　[１人分　23 k cal]

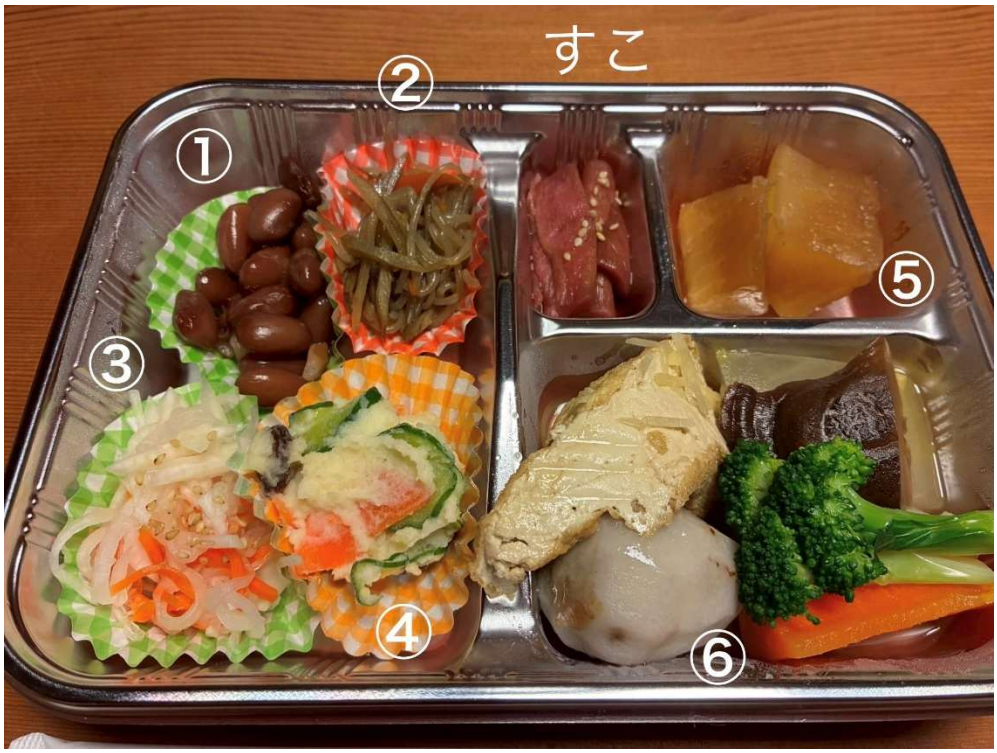
ごぼう、にんじん、糸こんにゃくを、ごま油と甘辛い味付けでごま油を使って炒め煮にしたもの。油気を取り入れるための料理で、そのときにつくりやすいものでつくるがきんぴらにすることが多い。唐辛子は入れていない。最後にごま油を垂らす。

主な食材：　ごぼう／にんじん／糸こんにゃく／ごま油／濃口醤油／砂糖

③ なます　[１人分　25 k cal]

塩もみした大根と人参をあえ酢で和え、白ごまで風味を添えたもの。70 年以上前から変わらない料理のひとつ。

主な食材： 大根／人参／酢／砂糖／白ごま



④ ポテトサラダ ［1人分 21 k cal］

じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズの基本のポテトサラダに、干しぶどうで甘みを加えたもの。干しブドウを使うのは恩栄寺の家庭の味として使われているとのこと。いただき物があれば、かぼちゃなど他の食材でサラダにすることもある。

主な食材： じゃがいも／人参／きゅうり／マヨネーズ／干しぶどう

⑤ なんば大根 ［1人分 11 k cal］

大根を出汁と醤油で煮含め、唐辛子でぴり辛に仕上げたもの。坊守が幼い頃からあった料理で、料理名の「なんば」は、唐辛子を入れることから「南蛮」に由来すると思われる。

主な食材： 大根／出汁／醤油／酒／砂糖／唐辛子

⑥ 炊き合わせ ［1人分 44.5 k cal］

厚揚げ、にんじん、椎茸、里芋、かもり（冬瓜）、ブロッコリー、針生姜を出汁で煮含めたもの。出汁は同じものを使っているが、厚揚げは生姜を入れた出汁、醤油、砂糖、ブロッコリーは別に塩茹でにし、合わせている。以前、かもりは門徒にいただいていたが、最近は購入している。また、昔はひりょうずだったが、購入していた豆腐屋がなくなり、厚揚げを使うようになった。

主な食材： 厚揚げ／人参／椎茸／里芋／かもり／ブロッコリー／針生姜／出汁／薄口醤油／塩

【資料 21:恩栄寺報恩講炊込みごはん】

⑦ 炊込みごはん ［1 人分　210 k cal］

にんじん、油揚げ、松茸を昆布出汁と薄口醤油で炊き上げ、ゆず皮で香りを添えたもの。以前は白ご飯だったが、新型コロナウイルス感染症の世界的流行を受けてお斎を出せなくなり、せめて持ち帰ってもらえるようにと考え、炊き込みご飯を用意した。現在は炊き込みご飯と小豆汁を出している。

主な食材： 白米／人参／油揚げ／松茸／昆布／薄口醤油／ゆず皮

【資料 22:恩栄寺報恩講漬物】

⑧ 煮たお古香（贅沢煮） ［1 人分　12 k cal］

水に浸けて塩抜きしたたくあんを、生姜と実山椒の佃煮と共に煮たもの。報恩講の定番料理だが、実山椒を入れるようになったのは 20 年ほど前からであるとのこと。

主な食材： たくあん／生姜／醤油／実山椒の佃煮

⑨ 白菜の浅漬け ［1 人分　7 k cal］

白菜を塩で浅く漬けたもの。昔は報恩講のために遠くから泊まりがけで手伝いに来る人もあり、その人達の夕飯用に抱えるほどたくさん用意したが、各家庭で自家用車を持つようになると寺に泊まる人もなくなり、現在は適量だけ用意している。

主な食材： 白菜／塩

・すこ

※「６－１－２（p80）」「６－２－２（p85）」参照

・小豆汁

※「５－６－２（p68）」参照。

★恩栄寺報恩講１食の合計カロリー★

①～⑨、すこ、小豆汁　／　［１人分　1,015.5 k cal］

５－３－３　その他

けしずを今回久しぶりにつくり、報恩講で提供したことにより、門徒さんからは「懐かしい」「久しぶりに食べるとやはり美味しい」といった言葉が聞こえたと言う。「昔は報恩講のときにはいつも出していたが、手間もかかるしいつの間にかつくらなくなった。今回こういったご縁で再びつくることになって良かったと思う。今後も折に触れてつくっていきたい」と日下住職は語った。

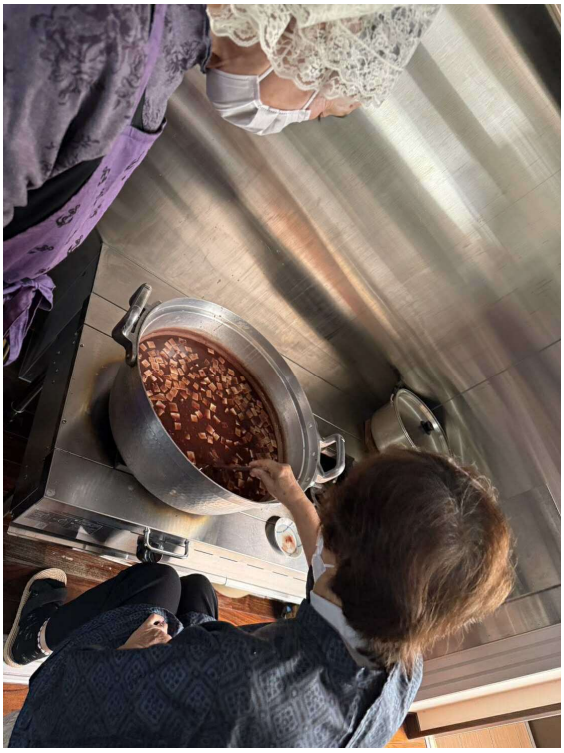
５－４　小松市の西照寺

石川県小松市にある西照寺の報恩講において「お斎（とき）」として調理、振る舞われた料理を紹介する。

５－４－１　日時・場所・人びと

令和 7 年 10 月 24 日から 26 日にかけて、西照寺の報恩講が行われた。特に 25 日と 26 日にはお斎が振る舞われ、門徒、僧侶合わせて 50 人分の料理が用意された。料理は婦人会が中心になって行った。また食事場所については移動による転倒事故を防ぐため、ここ数年本堂で提供している。

【資料 23:西照寺報恩講調理の様子】

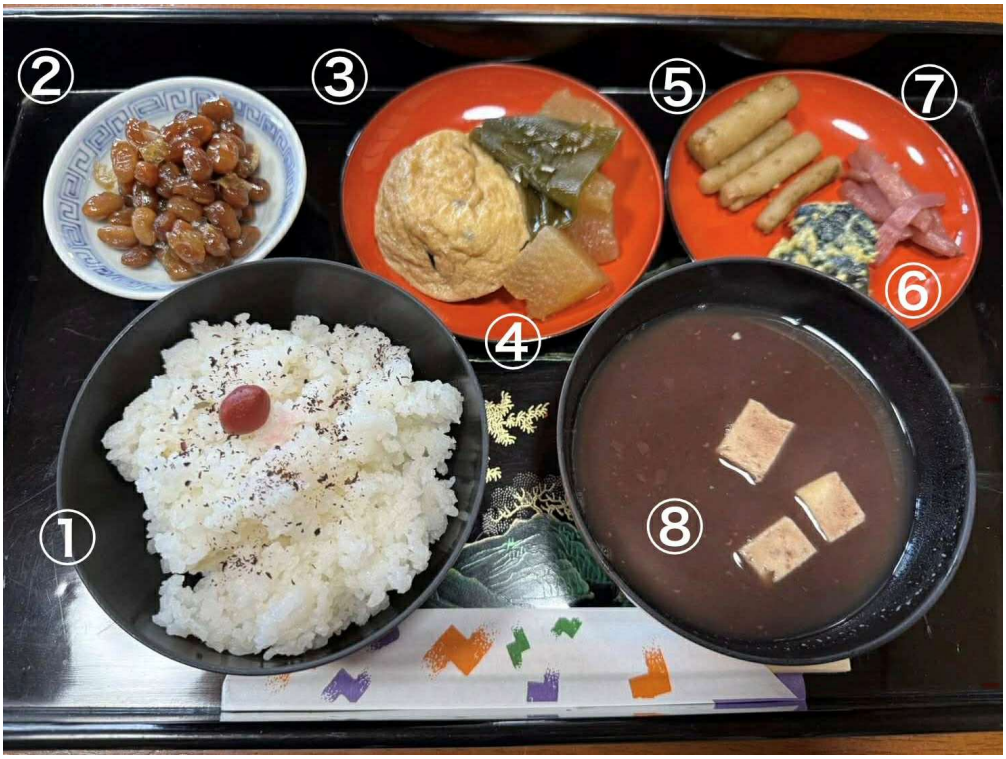


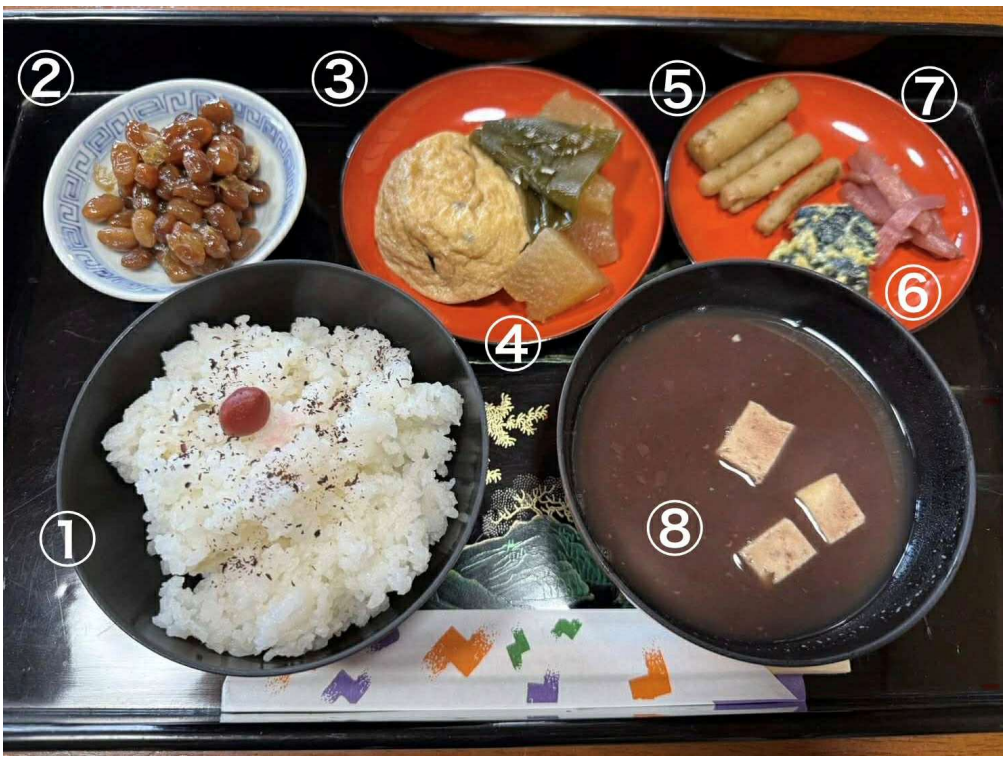
【資料 24:本堂での食事の様子】

５－４－２　料理写真とその解説

振る舞われたお斎の内容は以下の通りである。参詣者に向けては基本的に弁当の形で提供しているが、役員や僧侶は同じ内容を【資料 25】のようにお膳で提供している。

【資料 25:西照寺報恩講お膳】





① 白ごはん、赤紫蘇ふりかけ、小梅 ［1 人分 234.5 k cal］

赤紫蘇ふりかけは自家製のものを使用している。毎年手づくりしている梅干しの副産物を報恩講用に使用している。

主な食材： 白米／赤紫蘇／小梅

② 西照寺伝統の煮豆 ［1 人分 28 k cal］

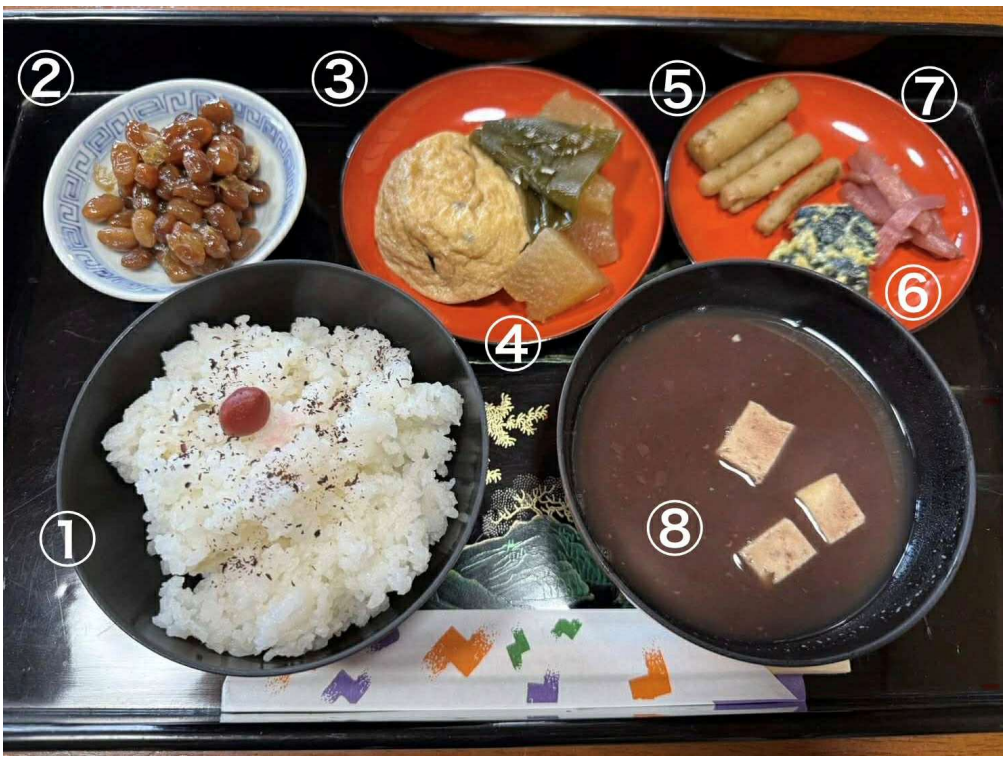
大豆をひと晩水につけて一日とろ火で炊き、砂糖のみで味付けた豆 （蓋はしない）この豆は前坊守の得意料理で 50 年ずっとつくり続けており、ご門徒さんの中でファンも多いとのこと。使用している大豆は門徒が報恩講のために育て、持参したものを使用している。

主な食材： 大豆／砂糖

③ みいでらの煮物 ［1 人分 65 k cal］

「みいでら」豆腐を潰して野菜などを混ぜて油で揚げたもの。ここで使われるみいでらは近くの豆腐店で報恩講用につくってもらうものであり、一般的な飛龍頭よりも粗い食感のものを使用している。大根と一緒に醤油、みりん、出汁、砂糖、多めの酒で甘辛く煮るが、大根は焦げつき防止のために鍋底に入れて炊く。この大根は手伝いをしている者だけが楽しんで食べるのが、昔からの密かな習わしという。また、「みいでらと大根は呑み助」という言葉があり、たくさん酒を入れることがコツとされている。

主な食材： みいでら／大根／醤油／みりん／出汁／砂糖／酒



④ かもりの煮物 ［1人分 7 k cal］

みいでらと異なり、酒は少ししか入れず、みりんを入れて甘みを出している。昆布と塩、醤油、酒、多めのみりんで煮る。ほんのり甘い。

主な食材： かもり／昆布／塩／醤油／酒少々／みりん

⑤ たたきごぼう ［1人分 10 k cal］

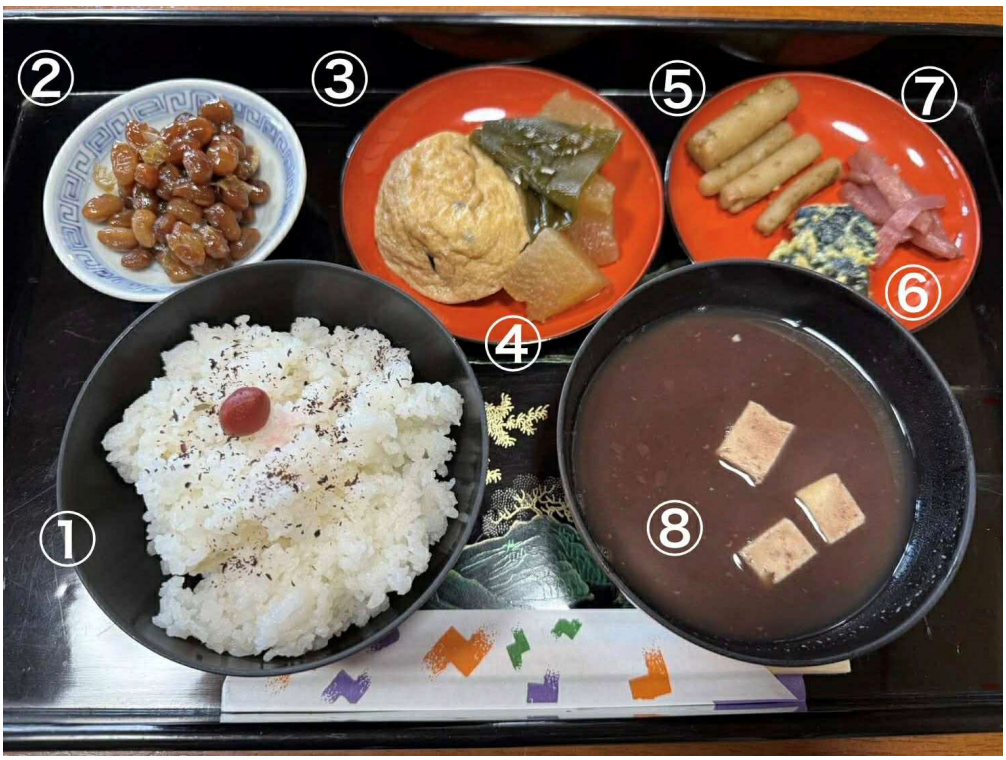
例年はきんぴらごぼうだが、今年はいただき物であるたたきごぼうを使用した。

主な食材： ごぼう／胡麻／酢／塩／醤油

⑥ 辛子なすび漬 ［1人分 14 k cal］

蒸した麹に粉和辛子と砂糖を加えて八分ほど漬したものに、塩なすび（1ヶ月塩漬けしひと晩塩抜きしたもの）を混ぜ樽に重石をし、一週間漬けたもの。甘さや辛さより塩味のある漬物。現在は前坊守がつくっているが、今後は婦人会の若い方が引き継ぎ、つくっていくことになると言う。

主な食材： なす／麹／粉和辛子／砂糖／塩



⑦ 赤ずいきの酢の物（すこ）　[１人分　50 k cal]

ずいきの酢の物（甘酢漬け）。小松地域では「すこ」とは呼ばず、「ずいきの酢の物」という呼び方をしている。まず皮を剥き、食べやすい大きさに切った後、水にさらす。鉄のフライパンで乾煎りし、酢、砂糖で味を付ける。夏につくり冷蔵庫で保管したものをほんこさんで使用する。

主な食材： 赤ずいき／酢／砂糖

⑧ 小豆汁　[１人分　250 k cal]

甘みを控えた小豆たっぷりのぜんざいに、固めの木綿豆腐をさいの目に切ったものが入る。小豆は門徒さんがつくったものを圧力釜で柔らかくしてから八分ほど潰し、水と砂糖を加えて薄めのぜんざい程度のゆるさに煮ていく。鍋の担当は毎年一人決めておき、焦げないように一人がつきっきりで煮ている。担当者は「なべばあば」と呼ばれている。使用する豆腐は、みいでらと共に地域の豆腐屋で報恩講用につくってもらっている。

主な食材： 小豆／固めの木綿豆腐／砂糖／塩

★西照寺報恩講１食の合計カロリー★

①～⑧　／　[１人分　658.5 k cal]

５－４－３　その他

西照寺では、報恩講のメニューは少なくとも 50 年変わっていない。時々、「みかんをもらったから入れてみよう」とか、今回のように「たたきごぼうをいただいたから入れてみよう」と一品二品変わる程度とのこと。

また、味付けに関しては、2 年前までは門徒の中でお斎の当番を長く務めた方が味を決めていたが、その方の亡き後は、前坊守が味の決め手を担っているとのこと。大聖寺地域の本善寺では「飛竜頭（ひりょうず）」と呼ばれていたがんもどきが、この地域だと「みいでら」と呼ばれていたり、大聖寺地域以南では「すこ」と呼ばれているものが「赤ずいきの酢の物」と呼ばれていたりと、呼び方に地域差が見て取れる。

西照寺坊守の日野史さんは調査の際、「石川県からお斎という文化がなくなるまで、いつまでも外部のお弁当に委託することなく続けていく」と、強い決意を示していた。

５－５　白山市の願慶寺

石川県白山市にある願慶寺の報恩講において「お斎（とき）」として調理、振る舞われた料理を紹介する。

５－５－１　日時・場所・人びと

令和 7 年 11 月 18 日から 20 日にかけて、願慶寺で行われた報恩講が行われ、そのうちの 19 日と 20 日にお斎が振る舞われた。19 日には僧侶が約 20 人集まり、法要を行った。また門徒を中心に 50 人程度が集まった。20 日も同様に法要が行われた。また門徒を中心に 40 人程度が集まった。各日僧侶用のお斎は 30 人分程度、門徒用のお斎（弁当）は 100 人分程度用意された。煮物やくるみの和え衣など前日までの仕込みは寺の者が担い、当日の調理に関しては味付けも含めて門徒が行っている。

【資料 26:願慶寺報恩講調理の様子】

５－５－２　料理写真とその解説

振る舞われたお斎の内容は以下の通りである。なお、【資料 27】と【資料 28】はいずれも僧侶用のお膳である。ここでは取り上げないが、門徒用には弁当の形で提供した。

【資料 27:願慶寺報恩講お膳(19 日)】

【資料 28:願慶寺報恩講お膳(20 日)】

【一の膳】

① 炊き合わせ ［1人分 72 k cal］

昆布と椎茸を合わせた出汁と薄口醤油、みりん、砂糖で各種別炊きした煮物。菊葉の上に乗せる。例年は5種くらい（干し椎茸／人参／油揚げ／ぜんまい／加賀れんこん）が用意されるが、今年は春に境内で、ふき、たけのこがたくさんとれたものを冷凍保存し、使用している。また、ぜんまいは門徒がとってきたものを使用している。毎年このようにたくさんの具が入っているわけではないが、今年は春先にたくさんとれたので使用した。また、加賀地域のれんこんは他の地域と異なりホクホクとした食感が楽しめる。

主な食材： 干し椎茸／人参／油揚げ／ぜんまい／加賀蓮根／ふき／たけのこ／
昆布と椎茸出汁／濃口醤油

② ぜんまいのくるみ和え ［1人分 27 k cal］

くるみは1時間よく擦り、ほうじ茶、自家製味噌、みりん、砂糖を加えて和え衣をつくる。大さじ一杯程度のほうじ茶を加えることで、くるみの色が写真のように白くなり、これを和え衣として用いる。さらに下茹でしたぜんまいを和え衣で和え、菊葉と菊花を添えている。なお、ぜんまい、くるみは門徒からいただいたものを使用している。

主な食材： ぜんまい／くるみ／ほうじ茶／自家製味噌／みりん／砂糖

③ 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ ［1人分 150 k cal］

豆腐を使った揚げ出し豆腐に舞茸、えのきを使ったあんかけをかけたもの。昆布と干し椎茸で出汁を引き、薄口醤油やみりんで味を調えている。

主な食材： 絹豆腐／舞茸／えのき／昆布＋椎茸出汁／薄口醤油／片栗粉

④ じゃがいもの温かいスープ ［1人分 70 k cal］

若い人向けにつくっているじゃがいもと野菜の切れ端を使ったポタージュ。豆乳でつくることもあるが、今年は牛乳を使用した。

主な食材： じゃがいも／たまねぎ／野菜くず出汁／牛乳／乾燥パセリ

⑤ ご飯（白米） ［1人分 234 k cal］

使用している米は御仏供（おぶっく）として報恩講の一週間ほど前に門徒から集めたものを使用している。昔は物相飯（もっそうめし）（真宗大谷派の仏飯の形式で、うずたかく円柱形に盛った白ご飯）のように食べきれないほど高く盛られ、上に蓋が被せられていたと言う。最近は頂点が平らになっておらず物相飯の形ではない。

主な食材： 白米

【二の膳】

⑥ 煮豆 ［1人分 44 k cal］

金時豆の煮豆。酒とたっぷりの砂糖で煮て最後に塩で味を調えたもの。

主な材料： 金時豆／砂糖／酒／塩

⑦ 漬物 ［1人分 3 k cal］

大根のカリカリ漬け。こちらは門徒がつくって持参したもの。

主な材料： 大根／濃口醤油／みりん／酒／砂糖

⑧ なすの辛子和え ［1人分 14 k cal］

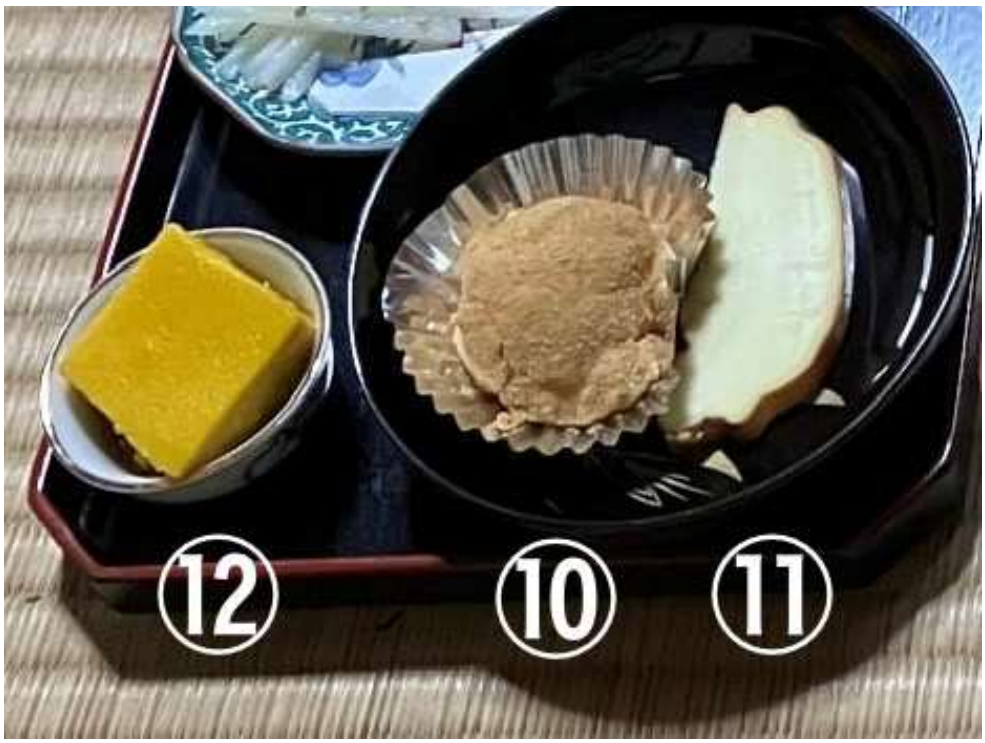
米と麹で甘酒をつくり粉和辛子を加えたものに、塩なすび（夏に塩漬けし塩抜きしたもの）を和えたもの。塩抜きした塩なすびは水気をよく切るのが重要で、前坊守の得意料理として、毎年大変手をかけてつくっている。

主な食材： なす／塩／和辛子（粉）／白米／麹

⑨ じゃがいもの酢の物 ［1人分 20 k cal］

生のじゃがいもを水にさらした後、乾煎りし、酢、みりんで味付けをする。最後に白ごまをかける。こちらも門徒さんがつくって持参したもの。

主な材料： じゃがいも／酢／みりん／白ごま



⑩　豆乳もち　［1人分　39 k cal］

豆乳に砂糖と片栗粉を混ぜて火にかけ、餅状になったものをちぎり、きなこをまぶしたもの。

主な材料：　豆乳／砂糖／片栗粉／きなこ

⑪　スモークチーズ　［1人分　80 k cal］

若い方向けに最近始めた自家製スモークチーズ。桜のチップを使用。精進ではないが、若い方に楽しんでもらうために始めた。

主な材料：　プロセスチーズ／桜チップ

⑫　かぼちゃプリン　［1人分　54 k cal］

門徒さんがつくって持参するかぼちゃプリン。かぼちゃを茹で、潰して卵と牛乳を合わせて蒸したもの。

主な材料：　かぼちゃ／砂糖／卵／牛乳

⑬　小豆汁　［1 人分　72.5 k cal］

小豆は前日に柔らかく煮てそのまま使用する。絹豆腐（20～30 年前までは堅豆腐だった）はさいの目に切ったものを使用し、自家製味噌を使った味噌汁に入れる。隠し味程度の砂糖が入っているだけで、味は普通の味噌汁寄りの味になっている。最後に削ぎ切りしたゆずを添えて香り良く仕上げる。

主な材料：小豆／絹豆腐／自家製味噌／砂糖／昆布＋椎茸出汁

★：願慶寺報恩講お膳（19 日）1 食の合計カロリー★

①～⑬　／　［1 人分　879.5 k cal］

【2 日目】

二日目のお斎の献立は③「揚げだし豆腐のきのこあんかけ」が⑭「そば」に代わる。その他の料理は同じものを使用している。

⑭ そば ［1 人分　75 k cal］

例年、石川県白山市鳥越地区でつくられた鳥越そばを使用。そばの上にとろろ芋、わさび、刻み海苔を乗せている。

主な材料： 鳥越そば／とろろ芋／わさび／刻み海苔／昆布＋椎茸出汁／濃口醤油

★：願慶寺報恩講お膳（20 日）１食の合計カロリー★

①～②、④～⑭ ／ ［1 人分　982 k cal］

５－５－３　その他

願慶寺の報恩講では、牛乳やチーズなども多く取り入れている。これは報恩講の際、若い僧侶に喜んでもらおうと坊守が新たに加えたものである。

煮物とぜんまいの和え物、なすの辛子和え、小豆汁は毎年変わらずにつくっているが、煮物の内容はそのときに手に入る食材で変わる。

昔はお椀からはみ出るくらい大きなみいでら（がんもどき）やごま豆腐をつくっていたが、新型コロナウイルス感染症の世界的流行を境に、つくるのをやめてしまったとのことであった。

５－６　二ヶ寺の小豆汁

小豆は、浄土真宗の宗祖・親鸞聖人の好物であったと伝えられ、全国各地の報恩講のお斎で、なにかしらの小豆料理が振る舞われる。本調査で協力を仰いだ４ヶ寺では、どこも「小豆汁」があり、定番となっている。

小豆汁は石川県全域に見られ、豆腐の原料の大豆と小豆の関係から「いとこ汁」とも呼ばれる[56]。また、大正から昭和初期頃の手取川流域の水田が広がる扇状地周辺にも見られ、「小豆を水に浸して柔らかく煮、塩を入れて味付けする。ここに豆腐を少し細かめに切って入れ、朱のお椀に盛る」と、味噌を用いず豆腐と小豆を塩で味付けた汁といったものであった。[57]

ここでは、調査時に詳細な調理工程を拝見できた本善寺と恩栄寺の小豆汁のレシピを紹介する。

---

[56] 青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013、p219-220

[57] 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988、p101

５－６－１　本善寺の小豆汁

【資料 29:本善寺の小豆汁】

【 材料 】 ＜ 4 人分 ＞ ［1 人分　98.3 k cal］

・乾燥小豆･･･80g（茹でると約 200g）

・水（小豆汁用）･･･500ml

・絹ごし豆腐･･･1／2 丁

・砂糖･･･大さじ 4

・塩･･･小さじ 1／2

・濃口醤油（甘口）･･･小さじ 2

・酒…少々

【 つくり方 】

＜下準備＞

・小豆は、鍋でたっぷりの水（分量外）とともに強火にかけ、沸騰したら２～３分煮て茹でこぼし、再び水を入れて沸騰したら中火にし、指で簡単に潰せる程度に煮て、粗熱が取れたら汁を切り、すり鉢に移してすりこぎで八分ほど潰しておく。

(1) 鍋に水を入れて火にかけ、沸いてきたら小豆を入れ、砂糖、塩、濃口醤油、酒で調味する。

(2)（1）に 1.5cm 角に切った絹ごし豆腐を入れてひと煮立ちさせ、器に盛る。

■つくり方のポイント

・少し甘めに調味する。

・絹ごし豆腐は、崩れやすいので、味がある程度決まってから入れる。

・冷めると味が落ちるので、食べる直前に盛り付ける。
・この地域の濃口醤油は甘口が主流で、他の醤油を使用する場合は一度に入れずに、味見をしながら入れたほうが良い。

５－６－２ 恩栄寺の小豆汁

【資料 30:恩栄寺の小豆汁】

【 材料 】 ＜ 4 人分 ＞ ［1 人分 339 k cal］

・小豆･･･300g

・昆布出汁･･･500g

・絹ごし豆腐･･･1／2 丁

・味噌･･･大さじ 2

・砂糖･･･大さじ 2

・酒粕（練り粕）･･･大さじ 1

【 つくり方 】

＜下準備＞

・小豆は、鍋でたっぷりの水（分量外）とともに強火にかけ、色づいたらザルにあげて軽く洗った後、弱火で柔らかくなるまでひたひた程度の水で茹で、鍋の中で水分はそのままに小豆を八分ほど潰しておく。

(1) 小豆の入った鍋に、味噌、砂糖、酒粕を入れて火にかけ、昆布出汁でとろみ具合を調整する。

(2) (1) に 1cm 角に切った絹ごし豆腐を入れてひと煮立ちさせ、器に盛る。

■つくり方のポイント

・昆布出汁を加える際、茹で汁の残量との兼ね合いがあるので、汁がシャバシャバにならないように、トロッとなる程度にとどめておく。

５－６－３　栄養計算から見た「小豆汁」の特長

ここでは、栄養計算を担当した本事業有識者の神戸女学院大学・高岡素子教授が、本善寺と恩栄寺の各レシピから導き出した小豆汁の栄養学的特徴を紹介する。

小豆と豆腐を用いた汁物で、地域や寺院によって「ぜんざい風」から「味噌汁風」までバリエーションがある。

＜主食的･締めの料理＞

親鸞聖人の好物の小豆は「植物性の宝庫」とも言われ、タンパク質、食物繊維、カリウム、ポリフェノールが豊富で、体調を崩しやすい季節に赤い小豆を食べ、体を温めることで健康を維持する。甘味で満足感を得て、心身を落ち着かせる結びの一椀。

- 主要なエネルギー源: 1 食の中で占めるエネルギーの割合が大きく、129kcal から 339kcal まで寺院によって幅がある。小豆と砂糖の量に関係。
- 優れたタンパク質源: 主役の小豆に加え、豆腐（絹ごしや堅豆腐）が入るため、植物性タンパク質が豊富。
- ビタミン・ミネラルも含む: 小豆にはビタミン B 群や鉄分、カリウムなどのミネラル、ポリフェノールが含まれている。
- 血糖上昇が比較的緩やか: 小豆の食物繊維が糖吸収を穏やかにしている。
- 寺院ごとの特長:
    - 本善寺: 小豆の量を控えめにすることで、98.3kcal と比較的低カロリーに抑えている。
    - 恩栄寺: 小豆をたっぷり使い、さらに味噌や酒粕を加えるため、339kcal と非常に高栄養に仕上がる。
    - 西照寺: 砂糖で甘みをつけつつ、味噌を加えたり豆腐を入れたりと、250kcal 程度の満足感のある内容になっている。
    - 願慶寺: 小豆と砂糖は少量に抑え、味噌を加え硬豆腐を入れた味噌汁に近い味付けで 72.5 kcal と低カロリー。

５－７ 報恩講料理の献立全体としての栄養的特長

前項と同様に、高岡素子教授による献立全体の栄養的特長に関する指摘を紹介する。

・**植物性タンパク質が豊富**： 豆腐、厚揚げ、飛龍頭（ひりょうず）、生すだれ麩、大豆、金時豆、小豆など、豆類や大豆加工品が多用されており、良質な植物性タンパク質を摂取できる。

・**食物繊維が豊富**： ごぼう、人参、大根、れんこん、ぜんまいなどの根菜類や山菜、海藻（昆布、ひじき）、こんにゃく、寒天などが豊富に含まれ、食物繊維を多く摂取できる。

・**伝統的な発酵食品と調味料の使用**： 酒粕、味噌、酢、麹などを用いた料理（けしず、すこ、粕漬け、辛子和えなど）が多く、腸内環境を調える効果や、食欲を増進させる工夫が見られる。

献立全体としての栄養的特長

- 動物性食品を含まない
- 植物性たんぱく質(豆類)・ミネラルに富む
- 食物繊維が多い
- 脂質は低く、主要な脂質はごま由来
- 漬物類、調味噌・醤油使用量が多く塩分は高め

現代栄養学的評価

- ◎ 腸内環境改善
- ◎ ミネラル補給（Ca・Fe・K）
- △ 食塩はやや多め（儀礼食として許容範囲）

【資料 31：寺院ごとの比較】

本善寺	食材数、品数が豊富。小豆汁に豆腐を多く入れ、小豆の量を控えめにすることで、比較的低カロリーに抑えている。
恩栄寺	ポテトサラダに干しぶどうを入れたり、白ご飯ではなく炊き込みご飯にし、親しみやすい「家庭の味」を大切にしている。
西照寺	西照寺伝統の煮豆や「みいでら」豆腐など、伝統を重んじた献立を大切にしている。けしずがないため、カロリーが低い。
願慶寺	スイーツ系も多く、スモークチーズ、かぼちゃプリン、じゃがいもの温かいスープなど、現代の食品も取り入れている。2 日目は鳥越そばを含む。

【資料 32:寺院ごとの報恩講1食の合計カロリーの比較】

	kcal／1 人分
本善寺報恩講 1 食の合計カロリー	565.8
恩栄寺報恩講 1 食の合計カロリー	1,015.5
西照寺報恩講 1 食の合計カロリー	658.5
願慶寺報恩講お膳（19 日） 1 食の合計カロリー	849.5

・成人男性は 2,400－3,000kcal／day 程度なので、１食にしては十分なカロリーを摂取している。
・ただし、出汁やつけ汁のカロリーも含まれているので、実際はこれよりもやや少ないことが予想される。

＜まとめ＞

野菜・豆類を中心とし、低エネルギーな副菜から高栄養密度の主菜・汁物へと段階的に構成され、植物性たんぱく質、ミネラル、食物繊維を効率的に摂取できる点に特徴がある。脂質は低いが、塩分は高めである点に注意する。

５－８　小まとめ

4ヶ寺を横断的に見ることによって判明したことは以下の通りである。

北陸で広く見られる赤ずいきの酢の物について、南加賀地域における「すこ」の呼称が存在するおおよその地域は加賀市市街地、加賀市山間部である。

「けしず（きしず）」が、つくられるおおよその地域は、加賀市市街地、加賀市山間部であることが判明した。

「小豆汁」は、砂糖の甘みの強い（加賀市市街地、加賀市山間部、小松市市街地）と、味噌汁ベースの（白山市山間部）といった違いも浮かび上がってきた。

寺院数の多い真宗大谷派から2ヶ寺、浄土真宗本願寺派から1ヶ寺、浄土真宗東本願寺派から1ヶ寺と、宗派を分散させ、真宗諸派、それぞれの仏飯（仏前に供えるご飯）の様式が、報恩講料理の様式に関係するかどうかを見た結果は、特に違いは見られなかった。

仏飯と報恩講料理の白飯は、かつての白山市山間部で食べきれないほどに盛られた白米が見られた。白米を山ほど食べられるハレの機会であった。しかし、現在は普通の盛り方に変化している。仏飯との関係は、「物相飯のようだった」との発言は聞かれたものの、それはうずたかく盛られた様子を表したものであり、物相飯の上部が平らになった円柱形とは異なる。つまり、仏飯と報恩講料理のご飯との関係は、特に見出されなかった。

南加賀地域の中でも、ずいきの酢の物を「すこ」、「赤ずいきの酢の物」と呼び、がんもどきのことを「ひりょうず」、「みいでら」と呼ぶなど、料理は同じにも関わらず呼び名が異なっていることが見て取れる。

小豆汁に関して、江戸初期～中期の加賀藩のお抱え料理人、舟木伝内包早が記した料理書『ちから草』巻一を見ると、「御汁」として小豆汁と思わしきものが掲載されており、

一御精進の節常のお膳に上げ申様成御汁は

あづき
御汁　とうふ才
さゝ　又はとうのは

（中略）

高野にもあづき汁なとう汁はすい一のよし申段承りつたへ申候

とある[58]。現代語訳をするならば、「さて、精進の折に、常のお膳としてお出しする汁物は、小豆、さいの目に切った豆腐、笹あるいは青菜などを具としたものである。（中略）なお、高野山では、小豆汁などの汁物は、吸い物の第一（最初の汁）として用いるのがよい、という話を聞き伝えている」となる。

さらに、同項目を詳しく聞き書きした『力草聞書』壱（加賀文庫所蔵本）には、「一小豆は湯煮いたし水のふに揚置しずく取て／豆ふ才は才に切て吉／さゝはたゝきてなの事　替なし／とうの葉はくさ木のめを干たる物也　ゆる湯にて洗たゝきて用る／みそかげんは白みそに赤みそ少加へて仕立てよし」とあり[59]、これを現代語訳すると「小豆は湯で煮て、水気を切って引き上げ、しずくをよく落として用いる。豆腐はさいの目に切るのがよい。笹はよく叩いて用い、代わりになるものはない。葉唐辛子は、草や木の芽を干したものを、ぬるま湯で洗い、叩いてから用いる。味噌の加減は、白味噌に赤味噌を少し加えて仕立てるのがよい」となる。笹は、笹たけのこのことだろうか、それならば叩く意味も通るが、これだけでは判明しない。ただ、この小豆汁らしきものは、豆腐と小豆、若干具の入ったピリ辛の味噌汁といった感じの代物であり、白山市の願慶寺の小豆汁や、同じく豆腐と小豆の汁物で味噌ベースの「いとこ汁」を想起とさせる。

一概に「小豆汁」と言っても地域や寺によって内容は様々である。こうした事例は小豆汁に限らず見られ、古い時代には地形や気候の厳しさにより、地域間の行き来が容易ではなかったという交通の状況が背景にある。一方で、交通手段が充実し、情報網が発達した現代においても、地域ごとに独自の呼び名や味付けが継承され続けているという事実もある。そこには、お寺の報恩講という限定的な集まりに参加し、共に作業することを何世代も繰り返してきたことも理由のひとつである。

---

[58] 大友信子 川瀬康子 陶智子 綿抜豊昭：編『加賀藩料理人舟木伝内編著集』桂書房、2006、p126

[59] 大友信子 川瀬康子 陶智子 綿抜豊昭：編『加賀藩料理人舟木伝内編著集』桂書房、2006、p206

6.「すこ」

６－１　加賀市の「すこ」について

加賀市の伝統料理に「すこ」がある。すことは、生の赤ずいき（赤い里芋の茎）の皮を剥き、ひと口大に切った後、乾煎りし、酢と砂糖に漬けたもので、酢に反応して赤く染まる美しい料理である。

しかし、この「すこ」、石川県内でも地域によって呼び名が異なることが、事前調査時に判明した。

昭和初期の食文化を伝える『聞き書 福井の食事[60]』『聞き書 石川の食事[61]』『聞き書 富山の食事[62]』の北陸３県に見られる“赤ずいきの酢の物”に関して、京都・滋賀方面から北上する順に並べると以下のようになる。

・酢ずいき（福井県上中町〈現・若狭町〉）　福井 p252
・赤ずきのすこ（福井県勝山市、大野市）　福井 p120
・赤ずいきのすこ（福井県丹生郡越前町新保）　福井 p190
・赤ずいきの酢の物（石川県松任市坊丸町〈現：白山市坊丸町〉）　石川 p106
・赤ずいきの酢いり（石川県鹿島郡相馬村吉田〈現：七尾市吉田町〉）　石川 p261，262
・すずき（富山県東砺波郡福野町〈現・南砺市福野〉）　富山 p35，52
・赤ずいきの酢のもん（富山県氷見市阿尾）　富山 p138，156
・すずき（富山県富山市水橋金尾新）　富山 p205
・ずいきの酢もん（富山県魚津市諏訪町）　富山 p273

本報告書で取り上げる南加賀地域は、上の福井県丹生郡越前町新保と石川県白山市坊丸町（地の人は今でも“松任”と言ったほうが通りが良い）の中間にあり、『聞き書 石川の食事』には調査地域に該当する加賀潟〈柴山〉地域が取り上げられているが、赤ずいきの酢の物に関して言及はなかった。これは、この地域の記述が、他地域に比べて情報が薄いことから、調査不足であった可能性もあるが、そもそもこの料理自体がこの地に存在しなかった可能性もある。というのも、この地域の記述に里芋が登場せず、一方で水はけの良い土地で育つ大根が特産物として紹介されており、沼地のような水はけの悪い土地を好む里芋[63]とは正反対であることからすると、あり得ない話ではない。

とすれば、『聞き書 石川の食事』に「すこ」の記述が一切出てこないのは、「すこ」の名で伝承される地域で聞き取りが実施されなかったことによるものか、もしくは昭和初期に石川県内で「すこ」とは呼ばれなかったのかのどちらかだろう。

これに関し、加賀市大聖寺の本善寺と加賀市山中温泉の恩栄寺において、代々「すこ」をつくり継い

---

60 『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集 18）』農山漁村文化協会、1987
61 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988
62 『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集 16）』農山漁村文化協会、1989
63 『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集 16）』農山漁村文化協会、1989、p102　に「里芋は、山畑ではあまりよくできず、おもに湿地でつくる」とある。また、本善寺での調査で、沼で栽培していると聞き取りをした。

できたとの証言もあることから、おそらく前者ではないかと推定される。そして、小松市の西照寺では、「すこ」ではなく「赤ずいきの酢の物」と呼ぶことから、小松市から少し北上した松任あたりと同じ文化圏と考えてよく、「すこ」の北限が加賀市であると言うことができる。ちなみに、南限はどこかと言えば、おそらく福井県の木ノ芽峠（福井県敦賀市と南越前町〈旧・今庄町〉の境にある峠で、古代北陸道の難所）より北に位置する嶺北地域のどこかと言えるだろう。実際この地では、「すこ」が、現在も報恩講料理の定番としてつくり継がれている。そして、この木ノ芽峠を境に、南に下ると浄土真宗が激減し、「すこ」も含めて嶺北のような濃い浄土真宗文化が育まれなかったことは、生活や文化の交流が気軽にはなされないほどの厳しい交通事情であったことを示している。そして、おそらく“すこ”の発祥は、はっきりした資料はないものの、「すこ」に言及する資料の多さから、福井の嶺北地方であろうと推定される。

いずれにせよ、“赤ずいきの酢の物”を「すこ」と呼ぶのは、石川県においては加賀市内に限られるのである。

また、余談であるが、『聞き書 富山の食事』の富山県五箇山の例では、「ねばいも（里芋）の茎を干したものを〈ずいき〉と呼び、赤ずいき（八つ頭）というのもある。一度水に戻してから、おつけ（味噌汁）の実に使う。報恩講の小豆汁の中にも入れる。ほとんどは汁の実として利用している」との報告があり[64]、同じ白山麓の豪雪地帯でも福井の勝山や大野のように「すこ」をつくるところもあれば、生で調理をせず、干して保存に回す富山五箇山のような例もある。富山では他の地域を見ても、“ずいき（赤ずいきも含む）は干すもの”との認識[65]が一般的で、ずいきと言えばほぼ赤ずいきのことを指して、青ずいき（海老芋・唐芋の茎）はエグいので食べないと皆が口を揃えて言う南加賀地域とは随分と意識が異なる[66]。ただ、近年の報告では、五箇山でもほんこさん料理のヒキモン（お膳とは別の重箱料理）に

---

[64] 『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集 16）』農山漁村文化協会、1989、p102

[65] 『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集 16）』農山漁村文化協会、1989

・富山県東砺波郡福野町の「かわとり（赤いものずいきを乾燥させたもの）（p17）」

・富山県氷見市阿尾の「赤ずいき干し（11 月の食の段取り）（p173）」

・富山県富山市水橋金尾新の「干しずいきをつくってのり巻きずしの芯にも使う（p205）」

・県下一般の「産後三日目に、（中略）汁には里芋のずき〈干しずいき〉や油揚げなども入れる･･･（p324）」

・富山全般の「十二月から三月半ばまでは根雪期間であり、しかも春の山菜や青菜がとれるまで、（中略）干しずいきなどの乾燥野菜をつくって端境期に備えている。（p336）」

[66] 石川県鹿島郡相馬村吉田では、「からかさいも（里芋・ずいき芋）の白品種の茎は皮をむいて漬物にする（石川 p261）」「ずいきを保存するには、皮をむいて一尺五寸ほどの長さに切り、わらを通して軒下につるして干す（石川 p262）」とあるので、石川でも青ずいきを食べ、且つ干して保存する地域があることが分かる。福井県でも、陵南地域では、「皮をむき、わらで編んで干しておく。（中略）産婦に食べさせると古血が下りる（福井 p252）」とある。

「赤ずきの酢の物」が存在することが確認されており[67]、時代の変化と共に、ほんこさん料理の内容も変化していることが分かる。

ところで、加賀藩のお抱え料理人、舟木伝内包早が記した料理書『ちから草』巻四を見ると、芋類の食材が並ぶ中、「芋の子」の表記の次に「赤きいき」とあり[68]、これが赤ずいきを指すのであれば、江戸中期頃には金沢で赤ずいきが食べられていたこととなる。ただ、「すこ」のような食べ物の表記は見当たらない。

---

[67] 嘉瀬井恵子 中村浩二「白山ユネスコエコパークエリアにおける伝統的行事食「ほんこさん料理」の現状と継承―白峰・五箇山・勝山エリアを事例として―」日本海域研究 55、2024、p81-90

[68] 大友信子 川瀬康子 陶智子 綿抜豊昭：編『加賀藩料理人舟木伝内編著集』桂書房、2006、p174

６－１－１　本善寺（加賀市大聖寺）の「すこ」　（調査日：2025 年 9 月 29 日）

【資料 33：本善寺のすこ】

【 材料 】 ＜つくりやすい分量 ＞ ［1 人分　56 k cal］

・赤ずいき･･･120cm のもの 1 本

・塩･･･大さじ 2

・白ごま･･･適量

＜合わせ酢＞

・穀物酢･･･50ml

・砂糖･･･40g

【 つくり方 】

＜下準備＞

・小さめのボウルに＜合わせ酢＞の材料を入れ、砂糖をしっかりと溶かしておく。

(1) 赤ずいきは、皮を剥き、5～6cm の長さに切り、太い部分は食べやすいように縦割りで 4 等分にしてボウルに入れる。

(2)（1）に塩をして混ぜ合わせ、15～20 分置いたら灰汁が出てくるので、両手でギュッとしぼってザルにあげる。

(3)（2）を鍋に入れて強火で乾煎りし、しんなりとしてきたら＜合わせ酢＞を入れ混ぜて、そのまま少し火を入れる。

(4)（3）をバットに広げて風に当て、一気に冷ます。

(5) 器に（4）を盛り、白ごまをふって完成。

＊ひと晩おいたほうが味もなじみ、色づきも良くなり、エグ味もなくなる。

■つくり方のポイント

・＜合わせ酢＞を入れた後、火を入れすぎると、くたくたになって味が落ちる。

・＜合わせ酢＞を入れた後、味見をしてやや甘めに調味する。

・赤ずいきは、昔はほんこさん（報恩講）の時期に収穫したものを使っていたが、今は時期がずれたので、夏に収穫したときに大量につくっておいて、冷凍保存して、ほんこさんのときに解凍して出している。

６－１－２　恩栄寺（加賀市山中温泉）の「すこ」　（調査日：2025 年 9 月 9 日）

【資料 34：恩栄寺のすこ】

【 材料 】 ＜ 4 人分 ＞ ［1 人分　88 k cal］

・赤ずいき･･･120cm のもの 1 本

・塩･･･小さじ 1

・白ごま･･･適量

＜合わせ酢＞

・すし酢（市販）･･･100ml

・砂糖･･･60 g （大さじ 7 弱）

【 つくり方 】

＜下準備＞

・赤ずいきは、収穫してすぐは皮が剥きにくいため、3 等分に切って 2～3 日干しておく。

・バットに砂糖を入れ、すし酢で溶かしておく。

(1) 赤ずいきは、フキの要領で皮を剥き、5cm 長さで切り分ける。太い部分は半分にし、太さを合わせて、ボウルに入れる。

(2)（1）に塩を加えて混ぜ合わせ、しんなりしたらギュッと絞って水分を除く。

(3)（2）を鍋に入れて中火にかけ、全体に熱が回ったら、熱いうちにバットに移して混ぜ合わせる、きれいな赤色に変わったら、風に当て粗熱をとる。

(4) 器に（3）を盛り、白ごまをふる。

■つくり方のポイント

・赤ずいきは、赤色に変色した直後の熱い状態ではまだイガ味（≒咽がイガイガするような渋味／苦味）が残るが、冷めるとなくなると言う。

・シャキッと食感が残る程度に乾煎りして火を入れる。

・恩栄寺では甘めにつくる。

６－１－３　栄養計算から見た「すこ」の特長

ここでも、高岡素子教授による、本善寺と恩栄寺の各レシピから導き出した「すこ」の栄養的特長を紹介する。

＜口取り・前菜的役割＞

体を目覚めさせ、次の料理へつなぐ調整食

- 低カロリーでヘルシー: 1 人あたり約 50kcal～88kcal と、献立の中では低カロリー
- 食物繊維の補給: 主原料である赤ずいきは食物繊維が豊富
- 消化促進と彩り: 酢を用いることで、食欲増進や消化を助ける効果が期待できる
- 酢を加えることで鮮やかな赤色に変化し、料理の彩りとしても重要
- 寺院による違い: 本善寺（56kcal）や西照寺（50kcal）に比べ、恩栄寺（88kcal）は砂糖を多めに使用して甘めに仕上げるため、エネルギー量がやや高くなる傾向があり

６－２ 「すこ」の聞き書き

ここでは、本善寺（加賀市大聖寺）と恩栄寺（加賀市山中温泉）において、「すこ」が人びとにどのように捉えられているのか、聞き取った内容を元にまとめておきたい。先に寺院ごとのインタビュー、その後に＜まとめ＞を記す。

６－２－１ 本善寺の「すこ」の聞き書き

【本善寺】 （調査日：2025 年 9 月 29 日）

Q：普段、すこは家庭でつくりますか？

A さん：わたしはつくらない。お寺でだけ。赤ずいきは家で栽培してるけど。スーパーにはなくて、JA に行けばあるけど、買ってまでつくらない。

B さん：（お寺に出入りするようになって）8～9 年経ちますけど、「すこ」も家でつくったことがなかったから、初めてお寺さんで（つくりました）。（嫁いだ）家ではあまり食べなかったのかね？　赤ずいきもそれほど見たことがなかった。お寺に来て、「使われてるんやねぇ」と思った。（お寺で習ったあと家で）つくりました。皆に食べてもらいました。

C さん：はい。わたし好きですし。8 月に赤ずいき買って、つくりました。お寺で「すこ」に出会って、それまで食べたことなかったし、知らなかった。うちでは婆ちゃん（お寺にお斎のお手伝いに入っていた義母さん）はつくってなかった。でも美味しかったから、わたしはつくる。甘酸っぱくつくるけど、火を通しすぎるとすぐ柔らかくなって失敗して。（季節のものだから）1 年に 1 回か 2 回ぐらいしかつくらないし。

坊守：（新型コロナウイルス感染症の世界的流行があったけど）すこは毎年つくってます。昔、ほんこさんのときにたくさんもらったから、本当にいっぱいつくって、他の法要のときにも出して、残ったものは冷凍保存して、正月に出したりもしました。（今日の撮影にあたって）ずいきが手に入るかどうか心配で、最終的に門徒さんのおうちでつくっていると聞いて、確保してもらいました。

＜小まとめ＞

本善寺での聞き取りから分かることは、加賀市大聖寺のあたりでは、調査に伺った 9 月 29 日には、すでに主食材の赤ずいきが旬を終え、手に入りにくいということである。昔はほんこさんの時期（10 月 11 日～13 日）にも手に入ったが、今回は坊守が生産者の門徒にお願いして何とか手に入れることができた。つまり、大聖寺近辺における「すこ」は、かつてはほんこさんの時期にちょうど旬を迎え、手に入りやすい赤ずいきを使った料理だったが、今や何かしらの要因により旬が早まり、夏頃の手に入るときにつくって冷凍保存し、ほんこさんのときに解凍する料理へと変化したということである。

また門徒は皆、お寺のお手伝いの際に「すこ」のつくり方を習うが、家庭でもつくられる機会が多いことが分かる。それは、レシピ自体が単純で分かりやすく美味しい料理だからだと考えられるが、一方で火入れが難しいことも語られた。

６－２－２　恩栄寺の「すこ」の聞き書き

【恩栄寺】　（調査日：2025 年 9 月 9 日）

Q：赤ずいきの入手経路は？

前坊守：「すこ」のずいきは、昔も今もいただいています。

一同：（ずいきは、この辺だと）いつもはほんこさんの時期（にできる）。10 月、11 月だから今からだよな。11 月のほんこさんのときには、誰かにもらう。

D さん：我々は買ってまでせんもん。誰かにいただいたら、するって形。

前坊守：（ずいきをもらうときは、）ガシラ（親芋）付きでいただく。

住職：（ずいきを）この辺でつくっている人がおいでるんで。

前坊守：昔は、お寺さんのためにずいきをつくるって人もおいでた。大根とかも、かもり（冬瓜）とかも、お寺さんのほんこさんに持っていくのにつくるわって言う人もおいでました。今はないですけど（笑）

E さん：畑をやらんなった人もいるしな。

坊守：次やる人おらんもん。

Q：「すこ」は地域に根付いている？

F さん：大体皆さんなさるねぇ。年配の人は。

住職：この時期になると、（「すこ」を）食べなおられんという人もいます。

F さん：季節のもんやしねぇ。

住職：保存食？

D さん：冷凍できるしねぇ。

前坊守：私たちの年代が最後やろうねぇ。わたしも、お寺じゃなかったらせんもん（笑）

D さん：娘も下の（子）は食べるけど、自分でつくろうとは思っとらんもん。教えればつくるかも知れないけど、自分でつくろうとはならんと思う。本当に好きだったら「教えて」ってなるかもしれないけど、あれば食べるって感じで。

Q：各家庭での「すこ」の味がある？

坊守：みんながそれぞれでつくってたってことやね。

D さん：やり方だけ覚えたら味とかは自分流でするから、たまにグチャって柔らかくなることがある。（乾煎りのとき鍋を）あおりすぎとか、塩の加減とかで。

前坊守：今日は、塩を振ってさっさとしてしぼったん？　私はもうしばらく塩を振ったら置いとくんだけど、そこまでしなくていいのね。今日のは形も残ったし、シャキシャキしてたけど、いつもはペチャッとクタッとなる。

D さん：皮を剥くときは、手でポキンポキンと折りながら、折り口に必ず皮が出るから剥けばいい。

E さん：だから、干しちゃだめってことなんだ。

D さん：しなしなになるからね。

前坊守：（今日、調理前に外に干していたのは）いつも収穫したすぐのをもらうから、置いとかないと水分が多くて剥きにくい。

住職：話を聞いとっても、ちょっとずつつくり方に違いがあって面白い。

坊守：（つくり方の違いは）好みじゃない？　シャキシャキが好きな家とか、柔らかいのが好きな家とか。

D さん：今日の（前坊守の）やり方は、火はそれ以上入らんし、シャキッとなるね。熱いところにお酢を入れたりしてると、だんだん柔らかくなるからね。

F さん：シャキシャキが美味しい。

E さん：お友達に教えてもらったのは、「すこ」を熱いうちに、（今日みたいに）酢を入れたボウルに移すやり方。20～30 年前に初めてつくった。（東京に住んでときには）知りませんでした。（赤ずいきを）手にもしたことなかったので。お野菜のお料理って、とても難しいですね。味付けなんかにしても。だから、お寺さんの（お手伝いは）、とても勉強になる。色んなお料理を教えてもらいましたけど、今主人が亡くなって一人になったら、そんなに色々つくらなくなりました。

Q：他の地域の「すこ」について

坊守：「すこ」は福井（の実家のお寺）にもありました。富山（にある実母の実家の寺）は煮たずいきでした。赤い酢の物じゃなくて、ガシラ（親芋）と煮た、ちょっと茶色っぽいクタッとした。

Q：それは赤ずいきですか？

坊守：それはどうなんですかね？　ちょっと分からない。

Q：似たような食材を使うけど、料理が異なる感じですか？

坊守：そうですね、その煮物を食べると富山に来たなと思うし、実家に帰ると実家の味だなと思うし。ちょっとずつ違う感じがあります。それぞれ上の（世代の）方から継いでこられたというけど、連綿とつながっているんやなと思って、その味が。

＜小まとめ＞

恩栄寺での「すこ」に関する聞き取りから分かることは、加賀市山中温泉では、10 月、11 月頃のほんこさんの時期に赤ずいきが旬を迎え、門徒さんで畑をやっている人が、ガシラ付きでお寺に持ってきてくださるということである。かつては、ほんこさんのために野菜を色々育て、持ってこられる方もいたが、時代と共に畑をやる人が減り、それも今はなくなっている。

ところで、「すこ」は、この地域の年配の人は皆つくることのできる日常的な伝統料理だが、若い世代はあれば食べるが、つくり方を知らない可能性があるという。年配の人は皆、若い頃からほんこさんや他の法要などで集まり、お寺で「すこ」を含むお斎料理のつくり方を習い、家庭で自分でもつくって、それぞれ家庭の味を形成していった。しかし、現在お寺にお手伝いに集まるのは年齢層の高い人が中心で、若い人は仕事があって来ないため、料理のつくり方の伝達の場としてのお寺は機能せず、核家族ゆえに家庭内でも継承がなされない現状にある。

そして、面白いことに、当寺に生まれ育った前坊守が、「すこ」のレシピを今回のつくり手であるD さんに尋ねている。料理を伝承し伝達する場に住む前坊守が、調理に関する知識・経験を独占しているわけではなく、これは後の章でも取り上げるが、むしろお手伝いに来てくださる門徒さん、中でも古くから携わっている重鎮のようなお婆ちゃんに教わることが多いと言う。というのも、ほんこさんの期間はお寺の家族は様々なことに目を配らなければならず、お斎もお手伝いの門徒にお任せするしかないという事情があるためである。

また、当寺の坊守さんは、実家が福井のお寺、実母の里が富山のお寺、現在石川のお寺におり、いずれも浄土真宗寺院であることから、北陸 3 県の報恩講料理に触れている。その中で、「すこ」発祥の地と推定される福井や今の石川と違い、富山のほんこさん料理では「すこ」ではなく、「ガシラとずいきの煮物」が出されるという。このずいきが赤ずいきかどうかは分からないが、富山ではエグ味の強い青ずいきも乾燥処理をして使われることから（註記 66：p76）、どちらも可能性がある。ただこれはあくまでも 1 寺院の事例なので、富山全体のほんこさん料理の特徴を示しているわけではない。

7.「けしず（きしず）」

7－1　加賀市の「けしず（きしず）」について

加賀市にのみ見られる伝統料理に「けしず（きしず）」がある。けしずとは、葛きり、すだれ麩、きゅうり、こんにゃくなどを刻み、ごまダレにつけて食べる報恩講料理として知られるひと品である。

加賀市の中でも、事前調査では、大聖寺[69]、山代[70]、山中温泉[71]と、限られた地域でのみ確認されており、しかも、現在では家庭料理としてはつくられず、お寺の報恩講ぐらいでしか見られないため、お斎のお手伝いに参集する門徒のご婦人方が、お寺の台所でつくり方を学び、伝承されるかなり特殊な伝統料理と言える。

このように言うと、一部の人しか口にできない料理のように聞こえるかも知れないが、地域住民の大多数が真宗門徒であることを踏まえると、門徒の勤めとして報恩講に足を運ぶ文化がかつてはあったため、実は多くの人が口にする機会のある料理でもある。

主にお寺の中でのみ伝承される報恩講料理のひと品という限定性がありながらも、この地域独自の伝統的な郷土料理とも言える「けしず（きしず）」。これはつまり、お寺で作られなくなれば、この郷土料理は簡単に消滅してしまう危うさがあるということである。

このように、あまりにもローカルな料理ゆえに『聞き書 石川の食事[72]』では取り上げられていない。それは、聞き取りの調査地に、この3地域が含まれていないためで、例えば、小松市大川町の西照寺や白山市吉野の願慶寺では、見たことも聞いたこともないと言う。

ところで、加賀市大聖寺の本善寺と加賀市山中温泉の恩栄寺の両寺では、書籍一般で見られる「きしず」ではなく、「けしず」と呼んでおり、代々そうであったという。

これはおそらく、この料理が書籍上に初めて取り上げられたであろう青木悦子『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』に「きしず」と紹介されていたことに由来している。

ただ、1982年2月発行の本書では、大聖寺錦町の西林博子さんの言葉として、「報恩講とか法事のお精進のとき、年寄りがおんなさる家では、お精進料理をつくっておられるがもんで、“きしず”を手伝っては覚えました」が掲載されている。これは、西林さんが「きしず」と記憶していたか、もしくは執筆時に変容したかのどちらかであろう。というのも、同書に本善寺坊守の飯貝寿代さんの祖母にあたる飯貝婦美子（「飯貝ふみ」と誤植）さんの言として、「ここの“きしず”は寺の宗派に関係なく、主役のご馳走で、刺し身がわりの高級料理です」とあり、寿代さんに確認をとったところ、「姉にも確認しましたが、おばあちゃんも“けしず”と言っていました」との証言を得ていることから、単なる青木氏の聞き違いか、もしくは青木氏が古い文献に「きしず」の語を見ていたか、または編集時に何らかの事情により「きしず」に変えられたと考えられる。

---

69 青木悦子『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』主婦の友社、1982、p152，175，190-191

70 『石川の味 ふるさとの味』石川県栄養改善推進協議会、1983、p11

71 『伝えたいふる里の精進料理』山中町食生活改善推進員、2004、p23

72 『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集17）』農山漁村文化協会、1988

ただ、1983 年 3 月発行の『石川の味 ふるさとの味』に取り上げられた加賀市山代（山中温泉から山を下った地域）の事例でも「きしず（精進用刺身）」と紹介され、「孫：おばあちゃん、この“きしず”おいしいね。（私の家では夏になると“きしず”をつくります。）」と、おばあちゃんと孫のひろみの会話が方言でリアルに収録されている。これに関しても、加賀市山中温泉の恩栄寺住職・日下賢裕さんによれば、「山代温泉のお寺の方にお聞きしたところ、そちらのお寺でも“けしず”と呼ぶとおっしゃってました」とのことで、元々「きしず」と呼ばれていたものが、ここ 40 年ほどで急に「けしず」へと変化したとは考えにくく（変化していれば、そういった話が出ないのはおかしいので）、前年に発行された青木氏の本の表記を基準にしたと見るのが自然であろう。

いずれにせよ、大聖寺、山代、山中温泉の三地域すべてで、現在「けしず」の名で継承されていることは事実であり、本報告書では「けしず」を主として表記する。

では次に、この「けしず」の名称の由来について探っていこう。まず、『石川の味 ふるさとの味』の調理工程には、「“きしず”をつくる」という項目があり、まさに「ごまダレ」のレシピとなっている。恩栄寺の前坊守や門徒の皆さんも、その「ごまダレ」を指して、けしずと呼ぶと話されていたことから、「けしず」には料理全体とごまダレの両方の意味があることになる。

山中町（現・加賀市山中温泉）の伝統料理をまとめた『伝えたいふる里の精進料理』では、けしずを「けし酢」と表現していることから、ごまダレに酢を使用することからその名が付けられたのかと思いきや、レシピで酢は一切使われておらず、けし酢の“酢”がどこからやってきたのか分からない。また、『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』と『石川の味 ふるさとの味』では、ごまダレに酢が使用されているものの、その分量は少なく、酸味はあくまでも隠し味程度でしかないので、けしずの“ず”が、“酢”であるとは言い切れない。

では、けしずの“けし”に関してだが、これも明確に由来が述べられた文献はなく、しいてあげるならば、『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』に「あれば、けしの実を入れて味を調えます」とあるものの、けしの実はどちらかというと、味よりもプチッとする食感を楽しむものであり、ごまダレの濃い風味の中でけしの実の味を立たせようとするならば、相当な量が必要となる。そういう意味でも、けしずの“けし”がけしの実に由来するというのも、根拠が薄い。

ところで、加賀藩のお抱え料理人舟木伝内包早の料理書『ちから草』巻二には、

	うみそうめん又はそうな
けし酢味噌	刻大こん しそたで交て
	焼きとうふ酒煎切重

という項目があり、「右は本膳付也。けし酢味噌」は「つねのさしみのかげんとは違ひなるほどもゆるくして敷く」と続く。現代語訳すれば、「海藻の海そうめん又はそうな（不明）、紫蘇と蓼（たで）の香味・辛味を付与した刻み大根、酒で軽く煎った焼き豆腐を細く切って重ねたものは、けし酢味噌で食

べるものである。これは本膳に添える料理で、けし酢味噌は通常の刺身に用いる加減とは異なり、やや緩く仕立てて敷く」となろうか。

この“けし酢味噌”だが、漢字を当てれば「芥子酢味噌」で、「からし酢味噌」と理解するのも一案である。そうであるなら、確かに海そうめんや大根、焼き豆腐との相性は良さそうだ。文脈的にも精進刺身と呼ぶことのできる現代の「けしず」と合致するが、この料理のアイデンティティに関わるであろう「和がらし」が入っていない。ただ、色味はそっくりである。

普段、海沿いの地域では魚が日常的に食べられ、月に何回かある精進日やほんこさんの時期は完全に精進料理となるため、代わりに精進刺身が食べられた。能登で仏事に食べられる「すいぜん」もそうした代替料理である。そういう意味で、『ちから草』の「けし酢味噌」と現代の「けしず」の共通点は多いが、より細かい情報が資料からは読みとることができないため、からし味噌がいつしか見た目の似ているけしずの「ごまダレ」になったと推測はできるものの、これらに因果関係があるかどうかまでは分からない。もしもこの推測の確度を上げるとするならば、それは、江戸中期に加賀藩主が食べていた精進料理が大聖寺藩の寺院に伝わった経緯や、加賀藩の居城のあった金沢に「けしず」が伝わっていない理由などを明確にする必要がある。

一方、「きしず」の場合も、“きし”が何を指しているのか分からない。つまり、けしずにしろ、きしずにしろ、その名称の由来は判明しないと現状言わざるを得ないのである。

７－１－１　本善寺（加賀市大聖寺）の「けしず（きしず）」　（調査日：2025 年 9 月 29 日）

【資料 35：本善寺のけしず】

【 材料 】 ＜ 4 人分 ＞ ［1 人分　268 k cal］

・生すだれ麩･･･72 g

⇒＜煮出汁＞

・昆布出汁･･･150ml

・みりん･･･大さじ 1

・薄口醤油･･･小さじ 1

・白こんにゃく･･･160 g

・塩･･･適量（塩もみ用）

⇒＜煮出汁＞

・昆布出汁･･･300ml

・みりん･･･大さじ 2

・薄口醤油･･･大さじ 1

・芽ひじき（乾物：水で戻したもの）･･･20 g　（乾物ならば 2g・大さじ 1 を戻して使う）

⇒・すだれ麩と同じ＜煮出汁＞100ml

・きゅうり･･･1 本

・塩･･･適量（塩もみ用）

・春雨･･･30 g

＜つけダレ＞

・ねりごま（白）･･･60～70g

・酒粕（つめ粕）･･･35ｇ

・砂糖･･･大さじ 2

・塩･･･少々（2g くらい）

・みりん･･･大さじ 1 と 2／3

・昆布出汁･･･100～120ml

【 つくり方 】

＜下準備＞

・生すだれ麩は、さっとゆがいてザルにあげ、昆布出汁、みりん、薄口醤油とともに鍋に入れ、中火にかけ沸騰したら弱火にし、1 分（アルコールが飛ぶまで）煮て粗熱が取れるまでそのまま浸し、5cm 長さの細切りにしておく。

・白こんにゃくは、塩もみをして湯通しした後、白こんにゃく用の煮出汁を入れた鍋を中火にかけ沸騰したら弱火にし、1 分（アルコールが飛ぶまで）煮て、そのまま浸して粗熱が取れたら、2～3mm の薄切りにしておく。

・芽ひじきは、すだれ麩と同じ＜煮出汁＞を入れた鍋を中火にかけ沸騰したら弱火にし、1 分（アルコールが飛ぶまで）煮て、粗熱が取れるまでそのまま浸し、汁気を軽く切っておく。

・きゅうりは、輪切りにして塩もみした後、軽く水気を絞っておく。

・春雨は、たっぷりの熱湯の入った鍋で茹で、ザルにあげてさっと流水にさらして水気を切り、人数分に丸めておく。

(1) ミキサーに＜つけダレ＞の材料を入れ滑らかになるまで攪拌し、とろっとしたタレをつくる。

(2) 平皿に白こんにゃく、春雨、すだれ麩、きゅうり、ひじきを盛り、猪口（ちょく）（深めの小鉢）に（1）を注いで完成。タレにつけていただく。

■つくり方のポイント

・＜つけダレ＞は、混ぜたあと、味見をして、やや濃い味に調味する。また、緩ければ胡麻や酒粕を加え、固ければ昆布出汁を加える。

・以前は赤い葛きりを使用していたが、近隣の商店で手に入らなくなり、それ以来芽ひじきに変更。

・＜つけダレ＞は、提供の前日につくっておくと、みりんや酒粕のアルコール臭が抜ける。報恩講の期間は忙しいため、そもそも当日につくる時間がないという事情が功を奏した形。

７－１－２　恩栄寺（加賀市山中温泉）の「けしず（きしず）」　（調査日：2025 年 9 月 9 日）

【資料 36：恩栄寺のけしず】

【 材料 】 ＜ 4 人分 ＞ ［1 人分　275 k cal］

・生すだれ麩･･･36 g

⇒ ・水･･･200ml

・酒･･･大さじ 2

・砂糖･･･小さじ 1

・薄口醤油･･･小さじ 1

・干椎茸･･･2 枚

⇒ ・干し椎茸の戻し汁･･･100ml

・昆布出汁･･･100ml

・砂糖･･･大さじ 2

・濃口醤油･･･大さじ 2

・きゅうり･･1／3 本

・乾燥葛きり（白、緑、赤）･･･各 27 g

＜つけダレ＞

・白ごま･･･36ｇ

・酒粕（板）･･･小さじ 1

・絹ごし豆腐･･･5ｇ

・味噌･･･大さじ 2

・砂糖･･･大さじ 4

・昆布出汁･･･50cc

・穀物酢･･･数滴

【 つくり方 】

＜下準備＞

・生すだれ麩は、シート状のまま水、酒、砂糖、薄口醤油とともに鍋に入れ、中火にかけ沸騰したら弱火にし、1 分（アルコールが飛ぶまで）煮て、粗熱が取れるまでそのまま浸し、5cm の長さで細切りにしておく。

・戻した干椎茸は、戻し汁、昆布出汁、砂糖、濃口醤油を入れた鍋に入れ、弱火で 10 分煮たら、粗熱が取れるまでそのまま浸し、5cm 長さで細切りにしておく。

・きゅうりは、塩で板ずりし、さっと洗って 5cm の長さで細切りにする。

・乾燥葛きりは、事前に清潔なニッパ等で 20cm 程度に切り分け、色ごとに 10 分ほど茹でたら、水にさらして冷やし、それぞれ人数分ひと口大にまとめておく。

（1）白ごまは、フライパンで軽く煎った後フードプロセッサーにかけ、ねっとりと耳たぶ程度の柔らかさになったら、すり鉢にあけ、油が出るまで 30 分程度すってペースト状にする。

（2）（1）で使用したフードプロセッサーは洗わず、そこに酒粕、絹ごし豆腐、味噌、砂糖、昆布出汁、穀物酢を入れて攪拌し、（1）の入ったすり鉢に加えてさらにすり、かなり細かなペーストにして＜つけダレ＞をつくる。

（3）平皿に＜下準備＞をした 3 種の葛きり、すだれ麩、椎茸、きゅうりを盛り、猪口（2）を注ぐ。

■つくり方のポイント

・乾燥葛きりは、そのまま茹でると長すぎるため、固くて切り辛くても、事前に切り分けたほうが、後の処理が楽になる。

・生すだれ麩は薄めに、干し椎茸は少し甘めに味付ける。

・＜つけダレ＞のことを「けしず（きしず）」と呼ぶ説がある。

７－１－３　栄養計算から見た「けしず（きしず）」の特長

ここでも、高岡素子教授による本善寺と恩栄寺の各レシピから導き出した「けしず（きしず）」の栄養的特長を紹介する。

＜主菜・滋養食＞

儀礼・行事にふさわしい、多様な食材とごまの脂質から満足感を得られる力の出る料理。

- 高エネルギー・高栄養: 1 人あたり約 200kcal～275kcal と、副菜としては非常にエネルギー量が高いのが特徴 。これはタレに白ごまペーストや酒粕、砂糖を豊富に使用するため 。
- 植物性タンパク質と良質な脂質: ごまに含まれる良質な脂質や、生すだれ麩（小麦タンパク質）、寺院によってはつけタレに加える豆腐などから、植物性タンパク質を効率よく摂取できる 。
- 発酵食品の活用: つけタレに酒粕や味噌を用いることで、アミノ酸などの複雑な旨味成分や発酵食品特有の栄養素が含まれている 。
- 多様な食感: こんにゃく、きゅうり、春雨、すだれ麩など、多様な食材を一度に摂取できる 。

７－２ 「けしず（きしず）」の聞き書き

ここでは、本善寺（加賀市大聖寺）と恩栄寺（加賀市山中温泉）において、「けしず（きしず）」が人びとにどのように捉えられているのか、聞き取った内容を元にまとめておきたい。先に寺院ごとのインタビュー、その後に＜まとめ＞を記す。

７－２－１ 本善寺の「けしず」の聞き書き

【本善寺】 （調査日：2025 年 9 月 29 日）

Q：新型コロナウイルス感染症の世界的流行以降、久しぶりに「けしず」をつくってどう思われましたか？

坊守：けしずは、5 年ぶりくらい。以前残していたレシピがあったので、何とかなったけど、何を入れるのかは分かっても、いつも目分量だから。一度つくったときに（ごまダレが）薄かったから、今日は濃くしました。でもやらせてもらって良かったです。あと、今回の（調査の）ために、昔奥座敷（僧侶の食事場所）で使っていたお皿を出していて、最初は「面倒くさいなぁ」と思ってたけど、出してたら懐かしいというか、色々思い出して嬉しい気持ちになりました。このままじゃ、自分の中では、消えてしまっていたかも知れないよなぁと。もうつくる機会はないかなぁと思っていたけど、これを機に婦人会の報恩講でつくってみようかなと思います。お婆ちゃんが昔から使っていたお皿やお椀を見て、この頃は使わなくなって寂しいなと。愛おしいとまでは言わないけど、そういう気持ちで出させてもらいました。ほんと、自分でも不思議なくらいに。そんな気持ちが湧くとは･･･。今回は本当にありがとうございます。この頃、（婦人会の報恩講へのお参りの人が）減ってきたから、（けしずも）つくれるようになってる。多いと大変だから（笑）

Q：コロナ禍で空白の 5 年間があって、久しぶりに食器をご覧になって感じたということですか？

坊守：わたしは内娘で、お婆ちゃんの時代からやっていたことだから、なくなったら寂しい。「うちのお斎は評判良いんやよ」と住職からは聞いていたので、何とか頑張ってはいたんですけど。一度料理屋さんに頼っちゃうと、（奥座敷の僧侶に出していたお膳の）復活は（人手と手間がかかりすぎて）難しい。

Q：普段「けしず」は家庭でつくりますか？

坊守：（手間なので普段は）つくりません。ただ、昔は（ほんこさんだけじゃなく）納骨参りのときにもつくってました。けしずがあるから法要に来るって人もいましたよ。甘いのが好きな人には良いと思います。

Q：「けしず」はこの大聖寺と山中温泉、山代あたりにしかみられない貴重な文化ですが。

坊守：それなら続けていかないと。

＜小まとめ＞

けしずは手間のかかる料理である。大規模な報恩講では、奥座敷に通したたくさん僧侶のお斎をつくる必要があるが、感染症の世界的流行以降お手伝いも減ってしまい、人員を門徒へのお斎弁当の作成に人数を割く分、僧侶向けの料理を仕出し弁当に頼らざるを得ない状況にあるということである。しかし、本事業の調査を機に、坊守が先々代の坊守であるお婆ちゃんが大切にしてきたお膳用の食器に久々に触れ、思うところがあったとのこと。そして、同年 11 月 22 日に開かれた同朋婦人会報恩講のお斎にて、けしずを出して皆さんに喜んでもらえたという。

加賀市の限られた地域にしか伝わらない伝統料理である「けしず」が、青木悦子氏の料理本でも取り上げられている当寺にて、5 年ぶりに復活の芽を見ることができたことは、本事業の関係者一同、喜びに堪えない。

７－２－２　恩栄寺の「けしず」の聞き書き

【恩栄寺】　（調査日：2025 年 9 月 9 日）

Q：「けしず」の印象は？

F さん：けしずは、お寺に来てから習ったわ。40 年くらい前かな。わたしのお義母さんのとき（姑さんが手伝いに行っていた時）もけしずはあったんけ？　（恩栄寺前坊守：そうよ）随分前からあるんやね。

D さん：子どものとき（60 年くらい前）にけしずを食べた。甘いのがかかっとるから、嬉しかった。けしずに葛きりが入ってとるとは思わんかった。葛きりは鍋には入れるけど、あんな風に（ひと口大にまとめて）盛るとは。

前坊守：（前は）八百屋さんに、色のついた葛きりが売ってたんですよ。ということは、（色つきの葛きりを使うけしずの）ニーズがあったってことだと。

坊守：「けしず」はここで（恩栄寺に嫁に来て）初めて食べました。

住職：やっぱりけしずは、特別な料理なんやと思う。コロナ以降特に、今まで続けてこられていたものが続けられなくなってきたということになって。でも、やっぱり、昔から残っているものを残していくということも、お寺の役割としてひとつ大事なのかなということがあって、「けしず」を数年ぶりくらいに食べて、「あっ、なんか懐かしいな。子どもの頃（ほんこさんのお斎で食べて）好きやったな、そう言えば」みたいなことも思い出したりだとか。加賀のこの辺にしかないよと聞いて、当たり前にあったものだけど、それも（当たり前では）なかったんやなということにも、改めて気づいたので、続いてきたものがこれからも残っていったら良いなというのは、やっぱり感じましたね。

Q：「けしず」で使う食材の入手経路について？

前坊守：「けしず」の材料に関しては、八百屋さんに頼んでます。ごま、葛きり、すだれ麩、きゅうりなどを。

Q：「けしず」はうちぼんこ（家ごとのほんこさん）で食べられていましたか？

住職：この辺では（うちぼんこのときにお斎は）食べない。道場で行う村の報恩講のときにたぶん食事が出て、そのときに食べたんじゃないかな？

Q：「けしず」のつくり方はどこで習いましたか？

一同：ここ（恩栄寺）です。

前坊守：F さんのお義母さん（姑さん）に。

F さん：（姑さんは）ほんこさんのお斎の責任者で、指示出しをしてた。ほんこさんだけじゃなくて、お葬式とかにも、門徒のお友達とか近所の人が集まって、年寄りから、わたしら若造のもんは

「あれせー、これせー」って、色んなことを教えていただいた。それで、お寺さんのおかげで、昔の料理やらつくり方を習った。今みたいに葬儀会館がないから、同世代の人が亡くなったら、仕事を休んでお寺でお手伝いをしたもんです。

前坊守：（それを）予金講（よきんこう）と言って、同世代の付き合いみたいなのがあって、そういう人たちがお葬式の手伝いをして、全部采配したんや。

住職：それだけ人が集まるので、この辺の真宗のお寺は、これぐらいの広さの台所がある。

F さん：お精進で、全部つくったんですよ。

前坊守：お煮しめとか、豆とか。

F さん：天ぷらもあった。

坊守：ナマスは？

F さん：酢がダメなんや。ネギもだめ。大分経ってから寿司とか食べるようになった。

Q：「けしず」のつくり方に関して、昔と今では違いがありますか？

F さん：けしず（＝ごまダレ）の話ですけど、昔は 2 人で朝も早くからお昼までかかりましたけど、今や機械（フードプロセッサー）がありますので、大分楽になって。昔はすり鉢で何時間もかけて、味を見ながら、（調味料を）入れたり、少なくしたり、色々考えながらやっておりました。うちの姑さんが、こちらでつくってきたのを、わたしたちが跡継いで一生懸命やっとります。皆さんに喜んでいただけるだけで、わたしも楽しんでやっております。

＜小まとめ＞

「けしず」は、少なくとも 60 年ほど前には山中温泉地域に存在していた。調査で把握している最古の文献が 1982 年発行の青木悦子氏の料理本[73]であり、2026 年時点で 44 年前までしか遡れないことを考えると、重要な証言である。

住職は、自分たちにとっては当たり前すぎて意識すらしていなかったものが、客観的に見れば非常に珍しいものだったという気づきがあったという。その気づきがなければ、つくられているところが非常に限られている分、ちょっとしたことで文化が途絶えることにもなりかねない。それに、子どもの頃の原体験として“美味しい”と感じられるだけの力がこの「けしず」にはあるわけなので、珍しさだけに依存することなく伝承する価値がある。

そして、「すこ」と同様に「けしず」もまた、お寺で料理を手伝うことで知り、つくり方を習うものであることが分かる。しかも実際に習うのは、古くからお寺の料理に携わってきた重鎮のお婆ちゃんたちからであり、小豆汁などの他の定番料理も同様である。

[73] 青木悦子『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』主婦の友社、1982

そこで面白いのが、法要などのお斎において、かつては“酢”を使った料理が不可であったという証言である。酢がダメな事例は他の地域でも見られないので、その理由は分からない。ただ、時代が下ると緩和されて寿司が許容されたという話も興味深い。

しかし、たくさんの人が集まるほんこさんのお斎料理に関する文化がお寺で育まれてきたということは、住職が話すように十分な広さの台所がお寺に必要となる。その証拠に、近辺のお寺には皆、同程度の規模の台所が完備されていると言い、門徒の支えを前提とした寺院建築の構造ということができる。

そんな環境の中、時代と共に調理器具も進化しており、人手不足を機械の力で補完する面も見られ、臨機応変に現代社会に対応する柔軟さが窺える。

８．文化の保存方法と継承、課題

８－１　これまでの継承方法

当該地域の伝統行事、特に浄土真宗寺院の報恩講における食文化継承について整理して、本報告書のまとめとしたい。

日本に伝統寺院は 75,000 ヶ寺程あり、それぞれで法要や行事が行われている。寺院を支える人びとや参列者などが集まり、協力し、伝統や信仰を絶やさぬよう運営を行っている。南加賀地域も同様である。報恩講は、法要と法話と料理から成り立っており、法要と法話は僧侶が、料理は坊守をはじめ近隣のご婦人方を中心とする人びとが担ってきた。寺院が毎年の法要を当然のように行うことで、自然と料理も、次世代に伝えることができていた。

加賀市２ヶ寺、小松市１ヶ寺、白山市１ヶ寺という、４ヶ寺を調査し、そのうち加賀市の２ヶ寺の報恩講にみられる、すことけしず（きしず）という料理に焦点を当てた。私たちのレシピ、私たちの味という意識は、それぞれの寺院で一定程度感じられたが、どこもメモや動画を残してはいなかった。メモせずとも伝わっていくだろうという漠然とした思いや、担当者が変われば味も多少変わってよいなどの話も聞いたように、“大らかな口伝えのレシピ”であった。

ここで、料理の継承に関して、聞き取り調査からそのコメントの一部を取り上げてみたい。

【本善寺門徒】 A さん、B さん、C さん
【恩栄寺門徒】 D さん、E さん、F さん

A さん：B さんと同じ頃に、お寺に来るようになって 8 年。するもんなのかなと思って。婆ちゃんも母親も、熱心にお寺さんに関わってたし。B さんもいい人だし。最初は、「いやぁ、どうしようか」と思った。でも婆ちゃん（義母）もしてたし、せんなならんなぁと。嫁いだ家はすごく信心深い家で、家族が亡くなった命日は、精進（肉魚類を食べない）日があった。（お寺にお手伝いに行くのは）「そんなもんか。しゃぁないなぁ」と受け入れていた。見よう見まねで教えてもらって、つくってきたという感じです。財産を次の人に伝えたいし、みんなでつくりたい。色んな町の人とも知り合えて、教えてもらうことも多いし、自分一人だと中々できないけど、みんなとなら。

B さん：次の人に声をかけて、若い人に引き継ぐ。あとは、嫁さ御講（女の人の御講）とかね、月に 1 回説教場で行うところで、仕事をリタイアして時間のある人に声をかけたり。
本善寺坊守：この人たちはありがたくて、次に役を引き継いだ人に声をかけた後も、来てくださって、その分人も増えるというやり方で、維持してくれているんです。

Cさん：（お寺で料理に携わるようになったのは）30年くらい。最初は、亡くなった婆ちゃん（姑さん）が手伝っていたので、亡くなった後に交代でという感じで。最初は分からないから、洗い物や「これして」と言われたことをやっていた。小豆汁もここで初めて。お豆腐の切り方も、大きく切ってはいけないとか。先輩に教えてもらった。

本善寺坊守：レシピで残しとくのがよいかなと。若坊守がやりやすいように任せられれば。ほんこさんのときは役割分担なので、わたしも自分の役割しか分からなかった。母から引き継いだ時に、何がなんやら分からなかったので、お手伝いの門徒さんに教えてもらって。（人手的に）奥座敷のお斎は復活がなかなか難しいけど、門徒さんのお弁当の方は、できるだけ続けていきたい。皆さんに元気に頑張ってもらって。やっぱり、食べることは大事。みんなが、ニコニコして、美味しかったぁって言ってくださるのが一番です。

Fさん：（姑さんは）ほんこさんのお斎の責任者で、指示出しをしてた。ほんこさんだけじゃなくて、お葬式とかにも、（予金講（よきんこう）といって）門徒のお友達とか近所の人が集まって、年寄りから、わたしら若造のもんは「あれせー、これせー」って、色んなことを教えていただいた。それで、お寺さんのおかげで、昔の料理やらつくり方を習った。今みたいに葬儀会館がないから、同世代の人が亡くなったら、仕事を休んでお寺でお手伝いをしたもんです。（『恩栄寺の「けしず」の聞き書き』と重複）

Dさん：（お寺のお手伝いは）料理を覚えられて良いんだけどね。こうやってするんだ、とか教えてもらってね。今自分がお寺さんで教えてもらっていることを、まずは娘に教えて、孫たちに食べさせてやりたいなぁと。それで続けていくしかないなぁと思います。娘とは一緒に住んでなくて、子どももいて忙しいんで、自分がつくったものを持って行ってあげて、食べさせるしかない。その内に、娘が「どうしてつくる？」と聞いてくれれば良いけど、「またつくって」しか言わないから。好きなんだろうから、作って食べたいんやろうし、今度はしっかりと教えたいと思います。「つくるときにいっぺん、おいで！」って。家は近いから、いつでも行ったり来たりはできます。一緒に料理をして、続けていきたいと思います。

Eさん：人が少なくなった。教えてくださる方も。わたし、このお寺に来て初めて、今日つくったような料理を教えていただいて、難しいけど優しい料理だと思うので、自分でもつくってみたいなと思いますけど、なかなか。（けしずが限られた地域にしかないと）聞くと、大事にしないといけないなと思います。

恩栄寺住職：自分たちだけではできないというか、人と一緒につくっていくというのが大事なのかなと。お寺の台所で、昔の人たちがお葬式のときや報恩講のときなんかに料理をしてきた姿を見てきてはいるんです。それが今なかなか難しくなりつつあるんですけど、それでもやっぱり人と一緒に手伝ってもらいながら、皆でワイワイとつくっていくというのが大事なのかなという気はしますね。

お寺ってどちらかというとクローズドというか、門徒さんを中心としたコミュニティになるんで、どうしてもその枠の中でって部分もあるんです。「けしず」や「すこ」のような貴重で美味しいものがあるんだっていうことすら、我々より若い世代になってくると知らないってことがあるんじゃないかと思うんで、それをまず知ってもらう。そこからかなという気はしますね。

今回こうやって取り上げてもらうことで、こういうものがあるんだということを、また知ってもらうきっかけにはなるんじゃないかとは思います。そして、やっぱり実際に食べてもらいたいです。

恩栄寺前坊守：お料理の味は、昔のお手伝いの方から学びました。お手伝いの中にお料理上手の方がおられて、その方が「こういう味だぞ」って「味見してみなさい」って。母もいましたけど、母は報恩講では色んな所に目を配るので、そのお婆ちゃんたちがわたしに、「この味付けはこんなんやよ」って言って味見させてくれました。

Q：その方たちの味も、その前の世代の人たちからって話になりますか？

恩栄寺前坊守：そうでしょうねぇ。

Q：となると、100 年近くその味を守り続けていると言っても過言じゃないという？

恩栄寺前坊守：過言じゃないと思いますね。

恩栄寺坊守：うちの（実家のお寺にいる）母親も、お手伝いに来てくださる近所の方とか総代さんの奥さんとかに全部お任せというか、味付けとかは「わたしが習っとるんや」って、いつも言ってました。皆さんおっしゃってたんですけど、核家族になってたりして、お嫁さんとかとは一緒に住んでなくて、わたしは過渡期の人間やと思う。わたしは皆さんから継いでいける場所にはおるけど、その次ってなると、わたしと同年代の人たちがお寺に来る機会も本当にないし、どういう風に次の人に声かけしたら良いのか、どうしたら良いんだろうとは思いますね。

Q：他のお寺さんの話ですが、門徒じゃないけど自分の友達を引き入れるって人もいましたね。

門徒という枠を超えれば、可能性はあるかも知れませんが？

恩栄寺坊守：ママ友とか？　今までも、うちの門徒さんじゃないけど近所のお東の門徒さんが来てくれることもありましたね。

Q：どうやったら「お寺の料理」を継承できていくでしょうか？

住職：昔はこういう場（お寺に集まること）で、料理を学んでいたけど、今はネットで調べられるようになったから･･･。

E さん：出来合いのものが売ってるし。

F さん：姑さんと一緒に住む家庭が少なくなってる。

D さん：お寺で精進料理の日と銘打って、人を集めてつくって食べるのは？

F さん：工程を端折って、気軽にできるやり方でやる。

＜小まとめ＞

インタビューを行った本善寺と恩栄寺のどちらも、新型コロナウイルス感染症の世界的流行を経て、従来のお寺のやり方を大きく変更せざるをえなくなった結果、以前の状態には戻りづらい状況にある。それは、現時点でお寺の法要を支える地域の門徒衆のほとんどが高齢者であり、未だに感染リスクを冒せない状況にあることも一因だろう。

それゆえ、以前は一日がかりであったお寺の法要が、感染症の流行期間には開催できず、お斎も当然中止され、徐々に半日開催に短縮しつつ行われるようになり、お寺に足を運ぶ機会は確実に減っていった。特に、お寺に門徒衆がお手伝いに行く慣習が濃く残る北陸の真宗では、法要ごとに地域の当番が決められ、様々な役割を担っており、お斎当番もそのひとつである。本善寺の坊守さんが「当番のごはんつくりがあると、『当番にあたってるから、しゃぁない、行かなくっちゃ』ってなるけど、それがないと、『まぁいいか』となる」と語ってくださったように、それまで当たり前のようにお寺に足を運んでいたものが、足を運ばない期間を経たことで、そのモチベーションは下がったままとなっている。

いつもお斎のお手伝いに足を運ぶ門徒衆に加え、当番地域から選出されたメンバーと共につくり、配膳する。こうしてメンバーが浮動する中、重鎮的なベテラン勢が軸となり、継承されてきたが、参詣者の人数の減少にともなってお手伝いの人数も減り、高齢の重鎮達の死去や引退も相まって、今まさにお斎の継承に警鐘が鳴らされている。

しかし、現在お斎づくりを手伝う門徒の皆さんは、試行錯誤の上、継承問題に向き合いながら、お寺で伝承される料理づくりを楽しんでもいる。お寺が人とつながる場であり、楽しく料理を学ぶ場となっているのだ。

恩栄寺の前坊守さんが、「（100 年近くその味を守り続けていると言っても）過言じゃないと思います」と言うように、長い伝統の中で引き継がれてきた料理がここで絶えるのは、あまりにも忍びない。

８－２　継承への課題再確認

本報告書の冒頭の再確認となるため、重複する部分もあるが、ここでは簡潔に述べたい。

人口減少が進み、伝えを受け取る世代が減少し、伝えることができる層も高齢化した。そんな状況下で新型コロナウイルス感染症の世界的流行が起こり、食事を含め他者とできるだけ接触しないことが推奨された。集まった人びとと食事をともにする報恩講料理とそれに含まれる郷土料理は、極めて厳しい状況に追い込まれたまま、数年が経過した。法要の開催は以前のように戻りつつあるものの、食事関連はすべて元通りとはいかない現状がある。

食事をともなう行事の規模縮小はやむを得ず、感染予防は必要なことである。しかし、報恩講料理かつ郷土料理である品々の継承だけに注目すると、逆風にさらされており、意識的に伝える取り組みが必要な状況である。

８－３　継承の現状、強み、弱み

北陸地域に広く見られるずいきの酢漬けは、加賀市周辺では「すこ」という名称で、郷土料理として認知される。スーパーマーケット等でも販売され、報恩講以外の場面でも食される。加賀地域や福井県で生まれ育った多くの人が、「すこ」を知っており、継承の面からすれば、現状大きな心配はない。

もうひとつ注目した「けしず（きしず）」は、郷土料理を紹介する複数の料理本に掲載されており[74]、伝統的な郷土料理の枠組みの中にある料理である。ただ、先に郷土料理として成立して、それが報恩講料理に受容されたのか、またはその逆だったのかまでは、文献からも聞き取り調査等からも確実なことは分からなかった。しかし複数人の語りから聞けたのは、報恩講以外では滅多に食べないということであり、それを踏まえれば、起点は報恩講料理であろうことが推測される。

日常的に食されないけしず（きしず）だが強みもある。浄土真宗の報恩講という行事は全国の当該宗派にとって非常に重要であり、南加賀地域の浄土真宗寺院においても、今後も年中行事として当然のごとく行われる位置づけである。つまり残そうとする寺院や人びとが多く存在し、少なくとも寺院の近隣の方々がつくった料理を集まった方々で食した事実は語り継がれる。

また、すでに郷土料理として認知されていることから、仏教の行事に興味がなくとも郷土への思いに溢れる人には興味を持ってもらいやすいひと品であることも強みと言えよう。

一方で、文章や動画を用いて、つくりかたや料理の様子を残すという具体的作業は、これまでほぼ行われていない。そもそも、当事者にとってはあまりにも見慣れた光景ゆえに価値や意義を見いだしにくいものではあるが、なんとなく伝え続けられるものだろうと思っていたり、法要当日は多忙でメモ取りや撮影が難しかったりと様々な理由が想像できる。いずれにせよ記録意識が薄いことは、伝承にあたっての課題と言える。

---

[74] 青木悦子『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』主婦の友社、1982、p152，175，190-191
『石川の味 ふるさとの味』石川県栄養改善推進協議会、1983、p11
『母が伝えるヘルシーいしかわの食 ～郷土料理献立集～』石川県厚生部健康推進課、1997、p69
『伝えたいふる里の精進料理』山中町食生活改善推進員、2004、p23

８－４　今後の展望

「すこ」や、「けしず（きしず）」は、郷土料理かつ報恩講料理というふたつの性格をあわせ持つ。言い換えると、すでに郷土料理として認知されている知名度の強みと、料理と紐付く報恩講という行事が、継続されやすいという強みが併存する。

そこに、現時点でできる限りの記録をしたという“備え”と保存継承の“意識と実動”が加われば、さらに強固な基盤を得ることとなる。万が一、行事が危機に陥っても伝統的な郷土料理としての行事食は復元しやすくなるし、正確な現況保存ができる。

各寺院もしくは地域の寺院組織等で、こうした作業が行われれば継承事業としては安心の域に至る。さらに、自治体の条例等で食文化の継承の動きを後押しする動きが加われば、なお心強い。

本報告書に何らかの刺激を受け、食文化継承の意図を持った動きが各所で起こるなど、本事業が保存継承に向けた新動向の一歩目となることを期待したい。

◎おわりに

本調査を進める中、協力者と話を重ね、親しくなってゆく中で、こんな話を聞くことができた。

「コロナ以後、けしず（きしず）を５年間つくっておらず、もう今後もつくらないかもと思っていたところ、この話がきた。調査のため、久しぶりにつくり、それをきっかけに、３か月で３回もつくった。皆喜び、孫も懐かしい味と喜んでくれた」。他にも、「地域の人が減る中、料理を維持していたが、コロナ禍で力尽きる感があった。でもこれを機に戻そうと思う」「けしずを食べたことのある若者もそう多くはないので、そういった人たちに、まずはこれらの料理の存在を知らせ、食べてもらいたい」という声も聞こえた。

これは、報告書や動画が完成する以前に、この「文化庁食文化ストーリー」という事業の存在自体が、すでに保存と継承に機能したことを示している。この企画の力強さを深く感じ、採択された団体である我々もその一助となったことに、本報告書の完成前から安堵を覚えた。

最後に、本報告書の作成に当たり多大なるお力添えをくださった、本善寺、恩栄寺、西照寺、願慶寺の住職とご家族、門徒の皆さま、また、取材に応じてくださった方々、有識者各位、文化庁担当職員各位に、感謝申し上げ、本報告書を結びたい。

一般社団法人精進料理協会

青江覚峰
守　祐順
吉村昇洋

【参考文献】

■伝統的な郷土料理・行事食・食文化・報恩講料理・精進料理

＜書籍＞

『聞き書 石川の食事（日本の食生活全集 17）』農山漁村文化協会、1988
『聞き書 福井の食事（日本の食生活全集 18）』農山漁村文化協会、1987
『聞き書 富山の食事（日本の食生活全集 16）』農山漁村文化協会、1989
青木悦子『金沢・加賀・能登 四季の郷土料理』主婦の友社、1982
青木悦子『金沢・加賀・能登　四季のふるさと料理』北國新聞社、2013
『石川の味 ふるさとの味』石川県栄養改善推進協議会、1983
『母が伝えるヘルシーいしかわの食 ～郷土料理献立集～』石川県厚生部健康推進課、1997
『伝えたいふる里の精進料理』山中町食生活改善推進員、2004
大友信子 川瀬康子 陶智子 綿抜豊昭：編『加賀藩料理人舟木伝内編著集』桂書房、2006
陶智子 笠原好美 綿抜豊昭：編『〈加賀料理〉考（付・小島為善-編著集）』桂書房、2009
陶智子『加賀百万石の味文化』集英社、2002
井上雪『加賀の田舎料理』講談社、1986
吉村昇洋『精進料理考』春秋社、2019

＜論文＞

中村喜代美 新澤祥恵 川村昭子「石川県における行事食と調理文化に関する研究（第 1 報）」北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要 3、2011
中村喜代美 新澤祥恵 川村昭子「石川県における行事食と調理文化に関する研究（第 2 報）」北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要 4、2012
中村喜代美 新澤祥恵 川村昭子「石川県における行事食と調理文化に関する研究（第 3 報）―あえのこと―」北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要 5、2013
中村喜代美 新澤祥恵 川村昭子「石川県における行事食と調理文化に関する研究（第 4 報）―祭りの料理―」北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要 6、2014
堀光代 山澤和子 長屋郁子「岐阜県大野郡白川村（白川郷）における報恩講料理 ―白川村荻町の調査より―」日本調理科学会誌 55〈2〉、2022、p119
巽好幸「〈美食地質学〉からみた出汁と豆腐」日本醸造協会誌 119〈1〉、2024
嘉瀬井恵子 中村浩二「白山ユネスコエコパークエリアにおける伝統的行事食「ほんこさん料理」の現状と継承 ―白峰・五箇山・勝山エリアを事例として―」日本海域研究 55、2024

■南加賀地域とその周辺の歴史

＜書籍＞

橋本澄夫 東四柳史明 高澤裕一 奥田晴樹 橋本哲哉：編『ふるさと石川歴史館』北國新聞社、2002
『図説 石川県の歴史（図説 日本の歴史 17）』河出書房新社、1988
『加賀市史 ＜通史・上巻＞』加賀市史編纂委員会、1978
大正寺町史編纂委員会『大聖寺町史』大聖寺地区まちづくり推進協議会、2013
西島明正：編『山中町史（完結編）』加賀市、2006
山中漆器漆工史編集委員会：編『山中漆工史』山中漆器商工業協同組合、1974
『福井県史 ＜通史編 3・近世一＞』福井県、1992
『加賀市歴史文化学習帳Ⅰ・歴史編』加賀市教育委員会、2016
『加賀市歴史文化学習帳Ⅱ・自然・動植物・民俗・文化財編』加賀市教育委員会、2018
『加賀市歴史文化学習帳Ⅲ・産業・人物編』加賀市教育委員会、2020
『加賀市歴史文化学習帳Ⅳ・地図・年表・模擬テスト編』加賀市教育委員会、2014

＜論文＞

大矢幸司 星野和彦 尾関伸幸 藤原一啓 藤田重敬 餅田大輔「白山砂防における階段式堰堤群の特徴とその歴史的・文化的価値について」 砂防学会発表論文集、2013

■伝統文化・伝統行事

＜書籍＞

『石川の祭り・行事（石川県祭り・行事調査事業報告書）』石川県教育委員会、1999
『祈り・忌み・祝い ―加賀・能登の人生儀礼―』石川県立歴史博物館、1993
『愛蔵版 暮らしの歳時記 ―石川編』北國新聞社、2012

＜論文＞

森田悌「田の神祭りに見る日本人の神意識」『水の文化 37 号』ミツカン水の文化センター、2011

■浄土真宗・報恩講・一向宗

＜書籍＞

辻川達雄『蓮如 ―吉崎布教』誠文堂新光社、1984
宇野弘之『蓮如 北陸伝道の真実』北國新聞社、2010

井上鋭夫『一向一揆の研究』吉川弘文館、1968
『展観図録 蓮如上人 東本願寺および大谷大学所蔵優品展』大谷大学図書館、1997
『石川県民俗分布図 ―緊急民俗資料分布調査報告書―』石川県教育委員会、1980
『石川県宗教法人名簿』石川県総務部総務課、1992
『日本大百科全書（ニッポニカ）』小学館、1994

＜論文＞

阿部法夫「蓮如信仰の一考察（一）」『若越郷土研究』34〈4〉、福井県郷土誌懇談会、1989
井上見淳「三業帰命説の伝統に関する一考察 ―〈たすけたまへ〉の発語と〈改悔〉」眞宗學 129・130 合併号、2014
安藤弥「戦国期本願寺〈報恩講〉をめぐって―〈門跡成〉前後の〈教団〉」真宗研究 46、2002
安藤弥「戦国期本願寺〈報恩講〉の歴史的確立」同朋大学論叢 97、2013
和田俊昭「神と人の間 ―北陸真宗門徒における蓮如伝承」京都女子大学人文論叢 56、2008
北西弘「真宗教團の基礎構造 ―特に地域差の問題を中心として―」大谷大学研究年報 12、1960
黄霄龍「中世後期越前・加賀国境地域における真言・時衆勢力」東京大学史料編纂所研究紀要 33、2023