

飛驒川流域地方における食生活調査 (第Ⅶ報)

穀物料理を中心として

鈴木妃佐子・熊沢昭子・鶴飼美恵子・北川公子*

Investigation on the Food in the Basin of River Hida (Part 7)

Mainly on the Cereal Dishes

by

H. SUZUKI, A. KUMAZAWA, M. UKAI, and K. KITAGAWA

はじめに

飛驒川流域地方における食生活を明らかにする目的をもって前報までに伝統的な食生活のうち地方色豊かなものを取りあげ、一方現代の食生活についても述べてきた。

今回は日本人の食生活の基本となってきた穀物料理を取りあげ、記録にとどめるとともに当地方における食生活の変ほうをとらえて行きたい。

方 法

昭和41年より発足した本学生活科学研究所の飛驒川流域資源調査の一環として着手し、以来4年間にわたり現地における聞きとり調査およびアンケート調査を実施した。

調査地区は前報のとおりである。

結果および考察

I 調査地区における穀物の種類とその利用法

1 日常食

当地方においてみられた日常食の種類は表1の通りである。以下各々について概説する。

1) ひえ

・ひえの精製法

ひえを浸水後蒸し、大鍋に入れて炒り、乾かした後水車を利用したバッテリー（搗機）でついて精白する。また少量の水とともに鍋で炒り、蒸しと炒りと同時に行なって実をはじけさせ、天日に干してから搗精する方法もある。このような方法をとるのは、ひえ粒が小さく、また外皮が滑らかで、しかも非常に固いため前処理なしに搗精しようとするとは砕けが多く、歩留りが悪いために一旦加熱、乾燥して子実を固くすることが行なわれる。精白したひえは唐箕にかけて風選し、粗いヌカは家畜の飼料としたが、細かいひえぬかは食用とされた。こうして精白されたひえは、やゝ黒い飴色の小さい穀粒で、一旦蒸してあるため長期の貯蔵（20～30年）¹⁾に耐えるという。

* 三重短期大学

表 1 調査地区における穀物料理の種類（日常食）

穀物の種類		粒 食	粉 食
ひ	え	ひえめし ひえこめし	ひえもち・ひえだんご だんご汁
そ	ば		そばがき そばだんご そばやきもち (いもきゃあもち) そば切り だんご汁
と	ち	とちがゆ	とちもち とちだんご
わらび粉			わらび粉もち(はなもち)
米		雑 飯 かぼちゃがゆなどの 雑炊 やきごめ あぶらえめし	せいなもち・せいなだんご (しいなもち・しいなだんご) おかき おやき うちわもち・ごへいもち よもぎもち
麦		ば ぐ	うどん つまみだんご
あ	わ	雑飯・雑炊	もち だんご
ま	だいづ	いり豆 煮 豆 豆もち	きなこ(まめこ) とうふ みそ 糸引なっと
	あづき	雑 炊	あんにしてもちに入れる あんにしてもち・だんご にかける

・ひえの利用法

ひえめし ひえに少量の米(10~20%)や雑穀を混ぜて炊飯する。その割合は時代や土地により異なるが、近年に至るほどひえ飯に占める米の量が増してきている。ひえは粘性が少なく、品種にもちとうるちの区別はほとんどないといわれる。特に冷えるとパラパラになる。土地の人は仕事に出る時、ひえ飯を茶袋(布で作った袋)に入れて持って行ったというが、おそらく粘性が少ないためと思われる。しかしひえ飯は香ばしく、かめば味がでてうまいと土地の人は言っている。

ひえこめし(ひえぬかめし) ひえぬかの細かいものをひえこともよび、主食の足しにされた。精白したひえの粉とは別である。作り方は、ひえ飯が煮えたころひえこを入れて混ぜる。また、ひえこだけを湯や汁でかいて食べることもあるが、へっつい(かまど)のふちに手をかけてぐっと力を入れないと、のどを通らないほどまずいものとされている。

ひえもち(ひえだんご) ひえの粉やひえぬかを米、麦、その他の雑穀とまぜて熱湯でこ

ね、だんごに丸めてゆで、汁の中に入れたり、みそやしょう油、あぶらえみそ、あぶらえしょう油などをつけて食べた。冷めれば再び焼いて同様に食べる。どこの家にもあるいろいろの灰の中に朴葉ほうばに包んだだんごを埋めて焼くことも日常に行なわれた方法である。あぶらえは、えごま（シソ科1年生の草本。その種子からとる油はナタネ油がまだ製造されなかったころ灯油にも用いられ、日本では古くから栽培された）の種子をすりつぶしてみそやしょう油、さとうなどとまぜ、ひえもちに限らずその他のもちやだんごに今でもよく用いられている。ひえは高冷のやせ地にもよく生育したため日本各地の山村で常食とされたが、その栄養成分については動物実験によるたんぱく質の優秀性が報告され²⁾、またひえ食地帯住民の体位の優秀性についても報告がなされている¹⁾。

表 2 ひえと米の成分

	カロリー Cal	水分 %	たんぱく質 %	脂肪 %	糖質 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA IU	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg
ひえ (精白)	368	12.0	9.8	3.1	73.0	12	1.7	0	0.05	0.03	0
米 (精白)	351	15.5	6.2	0.8	76.6	6	0.4	0	0.09	0.03	0

三訂日本食品標準成分表

2) そば

そばは当地方の山岳地帯における焼畑作物として作られてきたが、麺としての利用は少なく、粉にして、もち、だんごにすることが多かった。

3) とち

とちの木は日本列島の山地に自生する落葉高木である。くりに似たその果実は、苦渋味を持つが、多量のでんぷんを含有するため、高冷の山村では食用とされることが多かった。調査地区では神のヨリシロとして神様どちと称し、大切に扱ってきたところもある。(大野郡清見村) とち、ならなどの木の実は自分の山林でとることも多かったが、入合いりあいの山(一定地域の住民が特定の権利をもって一定の範囲の森林、原野または漁場に入り共同利益=木材、薪炭、まぐさなどの採取=をすることを入合という³⁾)では山開きの日が定まっていた。何月何日山開きとふれがでると、さそい合わせて朝早くから拾いにゆき、3升もとれば、1日の食糧の足しになったという。

・とちの精製法

苦渋成分を除去するために多くの手数を必要としているが精法については飛驒川流域の自然と文化「食生活」⁴⁾を参照されたい。

・とちの利用法

とちもち(とちだんご) そばやひえの粉とまぜてだんごにしたり、米や雑穀とまぜてもちについたりした。正月に作るとちもちは、もち米1升到、干した殻つきどち2升を用いた。(干したとちは水でもどすと増量し、殻をとっても2升にはなるという。)

4) わらび粉

わらびの根からとったでんぷんは、和傘を張るのに用いる特殊な糊の原料として、明治初期までの稲作不能地帯における住民の貴重な生産物とされ、換金もおこなわれたが、米、ひえ、塩などとの物々交換もされた。海から遠隔の交通不便な山国では、今日と比較にならぬほど塩は貴重なものであった。

わらびの根は山野に自生のものや、栽培されたものを年2回ほりあげる。春は雪消えごろか

らひえ苗の植え付けまでの30~40日間、秋は刈り上げの後から雪の降り積るまでの40~50日間に掘り出され精製された。

・わらび粉の精製法

精製法は森忠一氏の日和田民俗誌⁵⁾、長倉氏の研究⁶⁾に詳しいので参照されたい。

このわらびのでんぷんを沈でんさせた時、上層にできる白い粉を白ハナ、下層の夾雑物の多い黒い層を黒ハナとよぶ。白ハナは商品として売買されるが、黒ハナは商品価値が低く、これが主食の補いとして用いられた。

ハナという言葉は、野生の植物からとったでんぷんを「はな」「かね」とよぶことが全国的にみられることからの表現と思われる⁷⁾。

・わらび粉の利用法

わらび粉もち わらび粉とひえぬか、豆粉、冷たくなったひえ飯、その他の雑穀と適宜まぜて塩味をつけ、よく練って蒸したり焼いたりした。汁に入れたり、えごまや、しょう油をつけて食べることは前と同様である。



図 1 わらび粉とそば粉のだんご

5) 米

各種の雑穀と混炊されたり、また、田植、刈り上げ、正月、盆などのはれの日(行事日)には米の飯が食された。しかし稔実不良^{もみ}の粃(せいな、またはしいな、いりごとよぶ)は外皮をとろうとすれば子実が碎けてしまうため、粃ごと粉にして食用とされたが、ひえ粉と同様にのどにつかえるものであった。

米の利用方法

せいなだんご・せいなもち しいなの粉で作るがもちろん他の穀粉とまぜることもある。他のだんごと同様にして食べられる。

おかき さいの目に切ったさつまいもを煮て、そこへ米の粉、唐きび粉などを入れて煮たものをいう。黄粉をかけて食べたり、冷めたら握ってだんごにし、焼いて食べることもある。(美濃加茂市)

大野郡高根村日和田では、ばれいしょをゆで、熱いうちにそば粉を入れて平たいだんごにしたものをそばかきもち、またはいもきやあもちとっている。おかきはここから来た名称とも思われる。

おやき 屑米の粉をねって鉄なべで焼いて食べる。(美濃加茂市)

やきごめ 種もみの残りや、しいなを水切りして干し、もみが焦げる程度に強火で炒る。臼について、大さじ2杯ほど茶わんに入れ、熱い茶を注ぎ、焼き塩をそえて食べたり、山仕事の時、麻袋に入れて持参し、谷川に浸して柔らかくして食べることもあった。

あぶらめし あぶらえ(えごま)をすりつぶして炊きこんだ飯で、来客のごちそうであった。(大野郡清見村)

ごへいもち 山神信仰に関連して作られる。山神は山を領する神として広く信仰され、春秋の祭礼である山の講に、このごへいもちを供えることが中部地方の山間で行われてきた。しかし現在、当地方では祭祀の意味が薄れ、山仕事で雪に降りこめられた時や、地上げ(刈り上

げ), せんば収め (稲こきずみ), 釜おさめ (稲かりずみ), おついたち, 15日, 春の木の芽どきなどに作られている。(ごへいもちの名称や由来については熊沢らの“矢作川流域の文化”⁸⁾を参照されたい。)

大野郡清見村では、うちおもちともいって、1本をちょうどうちわのように大きく作る。「1合粥^{ガイ}, 2合めし^{ゴンゴウ}, 5合ごへいに1升もち」といって、ごへいもちは5合ぐらい食べられるということわざである。1本で米1~2合, 山仕事の時には1人2~3本食べられるという。固めに炊いたごはんをすりこ木でつき, ねずの木の平串(3~4cm×30cm)にさし両手でウチワ型にする。たき火のまわりに並べて乾かし, すったアブラエにさとう, しょうゆを加えたものをぬり, 再びたき火でコンガリと焼目をつけて食べる。

同じ大野郡でも高根村では小さくうすい丸型にして平たい串に3コほど刺し, あぶらえみそをつけて用いるみたらし型である。

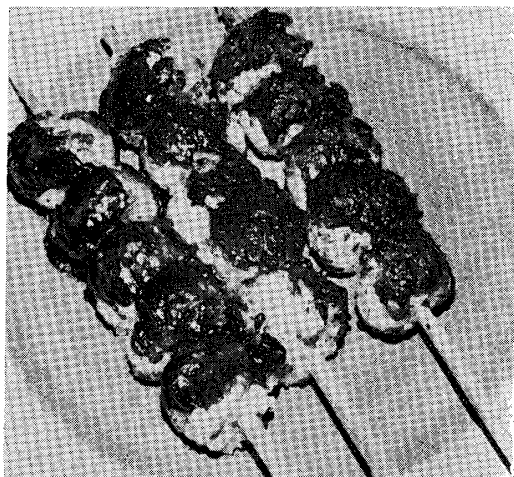


図 2 ごへいもち(美濃加茂市
加茂郡東白川村)

加茂郡白川町や美濃加茂市でも, このみたらし型で直径2~3cmのだんご状のものを5コ串に刺し, 焼いてから木の芽みそをつける。うるちもちを半々に用い, 主として春に作られる。

美濃加茂市山の上町南坂ではごへいだとよんで3コ串に刺し, 軽いもの日に作られる。もの日は祭日・祝日など特別な事の行われる日の意である。

よもぎもち(くさもち) よもぎの葉や, おやまぼくち(当地方の呼び名としてやまごぼうともいう)をもちやだんごにつきこんだものを総括していい, もち米につきこんで, のしもちにすることもあり, また雑穀や, その粉を使ってだんご状

に握り, ゆでたり, 焼いたりすることも多い。したがって1年中日常食として用いられた。よもぎやおやまぼくちは春から初夏にかけてつみとり, 熱湯を通してアク抜き後, 乾燥して貯え, もちを作る時ほどしてつきこむ。よもぎは色がよく, おやまぼくちは風味がよいが色が悪いとされ, 現在ではよもぎがよく用いられているようである。(高山)

6) 麦

うどんは, もの日に作られることが多い。本講さま(報恩講のこと)などのごちそうであった。また小麦粉を水や湯で練って汁に入れたつまみだんごや, 丸麦(大麦)を野菜やあづきやみそで煮たばぐも食べられた。

7) 豆

だいは黄粉にしてもち, だんごや朴葉飯^{ほうばめし}にかけても食べられた。この場合塩味が主であったと思われる。またこの家でも仕込んだ自家用の豆みその原料として重要であり, そこからしょうゆもとられた。だいは煮豆にしておかずにされたり, わらつとに仕込んで糸引きなっとうや, とうふにも作られ, またもちにつきこむなど広く利用されてきた。

あづきは豆入りごはんやぞうすいにしたり, 塩あんにしてもちにかけて食べられた。

2 行事食

1) はなもち

正月のモチは12月30日ごろつくが、モチがまだ熱いうちに小さく千切って、くり、なら、柳やかえで、みづきなどの切り株に生えた若枝12本に巻きつけて作る。白モチ、あわモチ、色粉の赤いモチで飾られた花モチは、家の中心である大黒柱に飾られる。この地方の正月は古式の祭りが夕方から未明にかけて行われた名残りをとどめ、元旦よりも年越しを重視して、正月用のモチそうに塩ぶりや煮いかを添え、花モチの下で揃って年越しの膳が囲まれる。

花モチは稲や、あわが稔った様子をあらわし、作物がこの花のように豊かに稔ることを祈願した予祝行事（あらかじめ祝っておくことにより神がそうせざるを得なくなるという民俗の信仰行事）の一種である。東北地方の繭玉は養蚕の予祝であり、モチでなく、木を削った削りかけを用いて行なう予祝もあるが、多く小正月（15日）に行われる。当地方では小正月まで飾っておき、その後モチを炒ったり、油で揚げたりして食べられる。

2) はつうまだんご

粉を熱湯でこね、ピンポン玉ぐらいの繭に型どったり、そろばん玉、小判などの形にして蒸したり、ゆでたりする。米の粉をよく練ってから大きいまま蒸し上げ、その後で形を作ることも行なわれている。材料としては、うるち米の他にもち米の粉や小麦粉を混入することもある。以前はそば、きび、あわ、ひえなども使われた。まゆ型の他にそろばん玉や小判の形を添えるのは当地方では養蚕は重要な産業で収入源となっていたためであろう。現在、養蚕は少なくなってきているが慣習として残されているものとおもわれる。これを各型とも12ヶつつ「ます」にとり神仏に供えたり、また氏神に供え、そのあと氏子に配ることも行なわれている。稲荷信仰との結びつきから稲荷社へ持ち寄って酒や甘酒を汲みかわすこともある。旧暦の初午の日は気温的に寒い地域ではところによって二の午、三の午でも初午と呼んで行事が行なわれている。したがって新暦では2月から3月にかけての行事である。

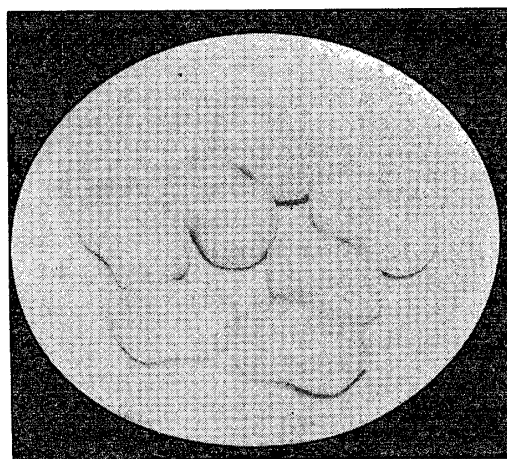


図 3 はつうまだんご

3) ひしもち

ひな節句に用いられるのでひなさまモチとよぶところも多い。

モチ米を蒸してつく。うるち米をいくらか混ぜたりするところもある。この白モチの他にもぎをつき込んで緑色をあらわし、あわで黄色とする。赤色は現在では人工色素によってつけられているが、以前は白、緑（よもぎ）、黄（あわ）が多く、時にたかきびを用いたようである。これらのモチを平にのばして、ひし形に切り3段、4段、5段、7段重ねとして供える。時期は新暦の一カ月遅れで4月3日である。

4) ちまき

端午の節句のちまきは日本でも古くから作られ、各地にさまざまなちまきが郷土食として残されている。一般にはうるち米の粉を熱湯でよく練り、ささ、かや、あし、すすき、まこもなどの葉に包んでゆでたり、蒸したりして作る。味つけは塩味が主で、黄粉をかけたりもしたが、時代が下るにしたがって砂糖を加えることも多くなった。当地方では、

(イ) 笹の葉で四角に包んだ笹まき (大野郡朝日村)

(ロ)よしの葉で包んだよしだんご (益田郡白川町上佐見, 益田郡東白川村越原)

(ハ)すすきの葉で包んだすすきだんご (益田郡七宗村, 美濃加茂市)

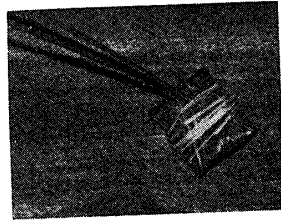


図 4 ささまき (大野郡朝日村)



図 5 すすきだんご (益田郡七宗村)

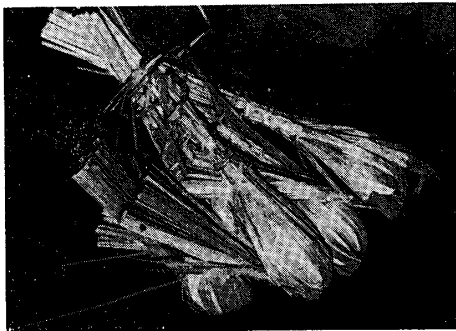


図 6 すすきだんご(美濃加茂市) などがみられた。同じすすきだんごでも、七宗村のものは図6のように葉の長いまま10コを束ねた大型のもので野趣にあふれ、美濃加茂市でみられたものは、包み方は似ているが葉を切り揃え、5コを束ねている。もちの材料は現在では米の粉が多いが、以前はあわ、ひえ、とうもろこしの粉も用いられた。新暦の1カ月遅れで行なうところが多いが、この時期は農繁期のため、のほりを立てたり、人形を飾るなどの習慣はみられない。田の神をまつる意味から田の畦に赤飯やたけのこ、とうふ、みょうが、ふきなどと共にほう葉にのせて供えるところもある。(古川町)

5) つまみだんご (みつめのもち)

うるち米の粉を熱湯でこねて直径4 cmぐらいのだんごに丸め、親指、人差し指、中指の3本でくぼみをつけて蒸す。出産のとき産婦の家に重箱に入れて届けることが多い。また旅から無事に帰った祝として親戚や近隣へ配ったこともあるという。(国府町, 朝日村)

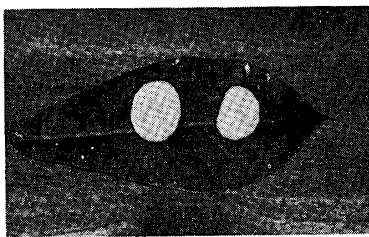


図 8 みつめのもち (大野郡朝日村)

清見村では汚部屋おべやしな養いに米の粉を重箱につめて用いられた。これは



図 7 田の神 (吉城郡神岡町森茂)

産婦が出産の折、汚部屋で産むための名称と思われる。

6) その他

ほう葉もち、ほう葉ずし、みょうがずし、のりは第I~IV報^{10) 11) 12)}までにのべたので省略する。

II 明治期より現在までの穀物の摂食状況

穀物料理の摂食状況について調査用紙2,800枚を配布し、アンケート調査を行なった結果は表3のとおりである。

表 3 明治期より現在までの穀物の摂食状況

地区	吉 城 郡			高山市		大 野 郡				益 田 郡			加 茂 郡			美 濃 郡											
	宮川村	神岡町	古川町	国府町	北	東	久々野町	朝日村	高根村	清見村	小坂町	萩原町	山之口	白川町	東白川村	七宗村	川辺町	加茂市									
校區例数	坂下	坂上	森茂	神岡西	古川	中山南	国府	朝日	秋神	日和	牧ヶ洞	宮	萩原	湯屋	小坂	中切	下原	上原	下呂	上佐	越原	神岡	上麻生	川辺	川辺	蜂屋	太田
料理の種類	26	29	27	115	120	24	87	37	30	25	40	27	61	58	91	51	74	21	180	56	46	65	29	60	46	135	
あわもち, あわだんご	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
きびもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
とちもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
わらびこもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
せいなだんご	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ひえもち, ひえめし	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
そばもち, そばだんご	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
よもぎもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
はなもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
はつりまだんご	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ひしもち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ちまき <small>(さざまき, さざまき, よしだんご, すずきだんご)</small>	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
つまみだんご <small>(みつめのもち)</small>	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
あん入りほり葉もち	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

++ 100% ~ 80%が食べたと答えたもの, ++ 79 ~ 50%が食べたと答えたもの, + 49 ~ 30%以上が食べたと答えたもの

あわ、きび、しいな、ひえ、そばなどのもち・だんご、および行事に関連の深いよもぎもち、はなもち、はつうまだんご、ひしもちなどは各地区ともよく用いられていた。

とちもちは飛騨川中流域以北に多くみられる。わらび粉もち、わらび粉だんごの利用は吉城郡の神岡町、大野郡の朝日村、高根村など高冷山岳地の特色とみられる。ちまき（ささまき、よしだんご、すすきだんごを含む）は、吉城郡、加茂郡、美濃加茂市でよくつくられ、ついで大野郡となっている。高山市と益田郡では殆んど作られていない。

Ⅲ 食 制

1日の食事の回数と時間、名称について述べると、当地方では1日4回食が普通であったが田植、稲刈りなどの農繁期には5～6回食となった。

- ・朝めし（夜明けに食べる）
- ・昼めし（午前9時ごろ）
- ・小ぶり（午後2時ごろ）
- ・ニハチ（日暮れ1時間前ごろ）
- ・夕めし（日暮れ1時間後ごろ）

これは大野郡高根村西洞での1例であるがニハチは農繁期に食べられた。

久々野地方、清見地方では

- ・朝めし（夜明け）
- ・朝小ぶり（朝飯と昼飯の間）
- ・昼めし（午前11時ごろ）
- ・小ぶり（午後3時）
- ・上り小ぶり
- ・おぼん（暗くなったころ）

などの例があり、朝小ぶり、上り小ぶりは同じく農繁期のものである。朝めしを夜明けに食べるのは、夜が未だ明けやらぬうちにしたくをし、朝刈りに出たり、畑仕事を行なうからである。

しかしこの4～5回食も昭和初年ごろから兼業化、道路網の発達による加工食品流入などによる栄養の向上等により次第に3回食²⁰⁾となってきた。一日の献立は主として朝は雑穀のもち、だんごにおいしい（汁）、つけもの、みそなど、昼はひえ飯に汁、つけもの、夕方はだんご入りの汁とつけものが多かった。

朝こぶり、ニハチなどには、ほう葉めしなどが用いられた。

Ⅳ 穀物利用の変遷

延喜式や和名類聚鈔には、種々のもちや、めしの記録がみられるが、いずれも米、麦、蜜、飴、油などを用いた貴族階級の高級な加工菓子であって、（表4.5）一般農民は、しいな米の他、雑穀や木の実、野草、野生のでんぷんなどをつきこんだもちや、だんご、かゆ、雑炊などを主食にしたと思われる。

徳川幕府はその治世260年間に発令した農民に対する禁令書に度重ねて雑穀食を奨励しているが、1649年（慶安2年）に諸国郷村の百姓に対して出された「慶安御触書¹⁴⁾」（表6）は「百姓は財の余らぬよう不足なきように治むること道なり」という農政観を如実に現わしたものである。

幕府はその後も、たびたび同様な覚を出し、衣服、酒、たばこ、家作、田畑の売買にも禁令

表 4 和名類聚鈔にみられる穀物料理（粒食）

饗	饋	かたかしきのいひ	半 熟 飯
強	飯	こわいひ	
鈕	飯	かしきかて	雑 飯
油	飯	あぶらいひ	麻油炊飯也一云玄熟
	糲	ほしいひ	乾 飯
編	糲	ひめ、ひめひがゆ	煮米多水者也
	粥	しるかゆ、かたかゆ	薄糜、厚粥
署	預 粥	いもかゆ	
編	米	やきごめ	焼稻為米也
糲	糲	おこしごめ	以蜜和米煎作也

表 5 和名類聚鈔にみられる穀物料理（粉食）

餅		もちひ	
餅	脰	へいだん	煮た野菜、肉を餅で包んだもの 以菰葉裏米以灰汁煮之令爛熟也 五月五日啖之
	糲	ちまき	
	餅	くさもちひ	
餠	餠	ふと	油煎餅名也
糲	餅	まがり	膏糲糲糲
結	果	かくのあわ	形如結緒
捻	頭	むきかたね	無木加太捻音奴協反一云麦子
索	餅	むきなは	隨形而名
粉	熟	ふずく	以米為之今案粉粥即粉熟也
餠	餠	こんとん	渾屯二音亦作餠見唐韻餅餠肉麵 裏煮之
煎	餅	せんべい	以油熬小麦麵之名也
歛	喜 団	かんきだん	一名団喜八種唐菓子

がしかれ、幾多の規範の中で生活せざるを得なかった。

飛驒は幕府の天領（直轄地）であったが、高冷山岳地帯のため、耕地、収量ともに少なく、食糧の自給は困難であった。そのために幕府の御用材伐採事業に従事する者が多かったが、安永（1772年～1780年）に到って乱伐による荒廃が原因となって中止されたため、失職者による騒動（大原騒動）を起こしている。幕府はその慰撫策として代官を通じて米を安く払い下げる山方米や人別米の制度を実施したが明治2年梅村県令（知事）が中止するに及んで再び騒動をおこしている¹⁵⁾。この二つの騒動と山方米制度は自給作物に乏しく、しかも交通上の孤立地帯として商品経済の中にも入り込むことができなかつた飛驒の特質を物語るものといえよう。

山方米・人別米の制度があったとはいえ、徳川時代ほぼ50年周期でおとずれた凶作には、高冷の当地方は常に苦しんだことが想像される。大野郡清見村の古老は「天保（1833年）のガシン（飢饉）の時は、こどもの座ったむしろまで食べた」（尿に塩気がある）と親が話したと語り伝え、また代官が冷害に備えて早稲を植えることを罰則をもうけて強制したことが記録¹⁶⁾に

表6

<p>慶安二年二月二十六日 諸国郷村江被_二仰出_一 (抜萃)</p> <p>一、酒・茶を買のみ申間敷候、妻子同前之事</p> <p>一、百姓は分別もなく末の考もなきものに候故、秋ニ成候得ハ、米・雑穀をむさと妻子ニもくハせ候、いつも正月二月三月時分の心もち、食物を大切に可_レ仕候ニ付、雑穀_一に候間、麦・粟・稗・菜・大根・其外何に而も雑穀を作り、米を多く喰いつぶし候ハぬ様に可_レ仕候、飢饉之時を存出し候得ハ、大豆の葉・あつきの葉・さ_レけの葉・いもの葉など、むさとすて候儀ハ、もつたいなき事に候。</p> <p>一、家主・子供・下人等迄、ふだんは、成程疎飯をく_レふべし、但、田畑をおこし田をうへいねを蒔、又ほねをり申時分ハふだんより少喰物を能仕、たくさんにくハせつかひ可_レ申候、其心付あれば、精を出すものに候事。</p> <p>(近世農政史料集一 江戸幕府法令)</p>

みえ、全国各地に存在したところの義倉（凶作に備えて平時から、とちの実、ひえ、ならの実などを蓄えた）とちの実がつい近年までであったといっている。

明治6年に至り、地租改正条例¹⁷⁾が発令され、従前の米を主とした物納による地租が、地価に対する課税という形で金納に改められ、農村が商品経済の中に入りこむ基盤を作った。後に急速に台頭した資本主義経済の労働力の給源として、農村は次第に変化をして行ったが、その変化は極めて徐々であって、食生活も雑穀を主体とすることに変わりはなかった。たとえば、当時の労働者の待遇は、貧農を基準とした低いものであったことが、職工事情（明治36年¹⁷⁾）日本の下層社会（明治32年¹⁸⁾）、女工哀史（大正14年²⁰⁾）の記録にも見られ、これらからも農村の平均的食生活の一端をうかがい知ることができる。すなわち、桐生附近の機業女工の食物として、「極ク苛酷ナル機業家ニテ 飯ハ米2分ニ麦8分ノ割合ナリト。又 比較的好キ機業家ニテ半々ヲ最上トス。副食物ハ汁ニ沢庵ヲ普通トス。然シ飯ノ杯数ナドニハ制限ヲ加ヘズ 兎ニ角門外漢ノ想像シ能ハザル程ノ粗食……」（職工事情）であると述べている。しかし麦飯であっても十分に食べられれば魅力であったことが、私どもの調査結果である穀物料理の日常食からも想像される。また飛騨では多くの子女が口減らしと現金収入のために糸引き工女として野麦峠越えをして行ったものであるという。

(1) 明治期より現在までの穀物料理利用の年代推移

明治期より現在までの間にどのような推移をたどったか、調査結果をまとめたのが表7である。

現在もよく用いられているのは行事に関連のあるもち、だんご類であり、第二次大戦終了後に急減しているのは、雑穀類を用いた日常食のもち、だんごである。

行事用のもち、だんごも以前は雑穀を用いることが多かったようであるが、現在では殆んど米が用いられている。

表 7 明治期より現在までの穀物料理利用の年代推移

地区 校区 例数	吉 城 郡			高山市		大 野 郡				益 田 郡				加 茂 郡			美 濃							
	宮川村 坂下坂上	神岡町 神岡西 森茂	古川町 古川南 中山	国府町 国府	北	東	久々野町 久々野	朝日村 朝日	秋神 秋神	高根村 高根	日和根 日和根	清見村 牧ヶ洞	宮	萩原町 山之口	小坂町 湯屋小坂	馬瀬金山村 中切下原上原	下呂町 下呂	白川町 上佐見	東白川村 越原	七宗村 上麻生	川辺町 川辺	加茂市 加茂市	美濃 美濃	
料理の種類	26	27	115	120	24	87	37	30	25	40	27	61	28	58	91	51	74	21	180	56	46	60	46	135
あわもち, あわだんご	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
き び も ち	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
と ち も ち	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	○	○	○	○	○	×	×	△	○	○	○
わらびごもち	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
わらびごたんご	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
せいなだんご	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
しいなだんご	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
ひえもち, ひえめし	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
そばもち, そばだんご	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×
よ も ぎ も ち	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
は な も ち	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
はつうまだんご	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ひ し も ち	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ち ま ま き	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
つまみだんご	○	○	○	×	×	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

□ 明治未まで, △ 大正未まで, × 終戦直後まで, ○ 現在も

(2) 雑穀食減少の要因

雑穀食が戦後に急減し、現在では第Ⅵ報²⁴⁾に述べたように、麦飯も殆んど食べられていないがその要因について述べてみたい。

①昭和12年(1937年)に日華事変がはじまり、昭和14年の全国的な凶作に当面して、政府は割当配給制度を全面的に実施したのは昭和16年4月であった²⁰⁾。以後食糧の不足は終戦後数年に至るまで続いたのである。

飛驒地方でも他地方の山村と同様に稲田が少なく自家の需要をみたすだけの収穫がない農家では配給米を受け、それを契機として米を常食とすることが多くなった。他方において全国的な食糧不足は相対的に食糧の価値を高め、その結果、農村は変則的な形ではあるが都市に比べて豊かであったといえる。

② このような情勢の中で、昭和21年～25年にかけて行われた農地改革により自作農が増加したこと。

③ 戦後のインフレ経済は生産者である農家に有利に働き、所得が高まったこと。

④ 闇商人という私的ルートを通して米と物交により肉、魚類を農村に供給したこと。また公的ルートである配給網を通じて従来農村では入手が困難な食品やアメリカの放出物資などなじみの薄い食品が安価に行き渡り、他動的にそれらを試してみる機会を得た。その結果保守性の強い農村に新しい食品の普及や食生活が変化する基盤を与えることとなった。

⑤ また米は年々収量が増加するのに対して、雑穀類は反当り収量または自然物採取量が少なく、精製過程が複雑困難である。

⑥ 米に比べて不味である。

⑦ さらに戦後の日本のめざましい経済的発展は第Ⅴ報²⁵⁾に述べたような農村の兼業化を促進し、食糧管理法による生産者米価の安定と相まって農家所得の増大、消費水準の向上をもたらした。

⑧ 大資本の市場開拓や、道路網整備による各種食品の入手が容易になったこと、テレビの普及によるマスコミの影響など多くの因子がからみ合って雑穀摂取量は激減し現在では第Ⅵ報²⁴⁾で述べたように農家、非農家をとわず麦めしもほとんど食べられていない。(当調査地区における雑穀生産の推移については、松田報告²¹⁾を参照されたい。)このような傾向は国民栄養調査²²⁾における食品群別摂取頻度の年次推移(表8)にもみられ、飛驒のみの特質でないことを物語っている。

さらに昭和32年度以降の米の摂取量の変化をみると(図9)、全国農家世帯は40年以降、非農家は34年以降に減少傾向がみられる。また表9によれば、農家世帯の肉、卵、乳、果実、油脂の摂取量は昭和32年以降の10年間に約3倍、さとうは2倍の増加を示し、相対的に穀物の摂取量が低下している。このことは穀類、いも類などが食物の大部分を占めていた糖質依存型の食生活から脱却し、獣鳥肉、卵などのたん白質性食品増加型への移行を示すものである。かつて農民は雑穀を主食とし、米ははれの日の貴重品であったが、前述のように第二次大戦ごろから同じ糖質依存型ではあっても、雑穀から米という質的变化を経て、さらに糖質食品から動物性食品への質的向上をたどってきている。しかしこの傾向も都市と比較すると数年のへだたりがあり第Ⅵ報²⁴⁾および松田報告²¹⁾においても述べられたように農山村における食生活近代化は今後も都市の軌跡を追うものと考えられる。

表 8 全国郡部食品群別摂取量の推移

食品群別	21年	23年	25年	30年	31年	
穀類	米	292.4	331.0	355.2	364.3	386.3
	大麦・小麦	151.4	122.6	118.7	129.7	101.9
	雑穀	22.4	11.4	7.1	5.2	3.7
いも類	305.9	218.1	146.3	97.0	79.4	
砂糖類	0.1	2.8	5.7	13.6	14.0	
油脂類	0.8	0.7	2.1	3.3	4.1	
豆類	47.3	51.9	52.5	62.8	68.8	
魚介類	23.5	27.6	52.1	70.2	68.3	
獣鳥肉類	1.9	1.4	6.6	6.1	8.4	
卵類	1.1	1.8	4.2	7.8	9.3	
乳・乳製品	4.7	2.9	5.3	9.5	16.5	
野菜類	355.2	294.7	257.6	266.2	243.8	
果実類	19.5	68.5	49.9	57.3	55.7	
調味嗜好品	16.8	18.5	30.6	42.6	43.8	

国民栄養の現状²²⁾

表 9 食品群別摂取量の推移（農家世帯）単位＝g

食品群別	年次	32年	36年	40年	42年
穀類	米類	377.7	399.6	407.4	370.8
	小麦類	41.3	47.3	45.4	57.2
	その他の穀類	69.3	41.7	13.8	11.4
いも類	66.2	56.6	44.8	11.4	
砂糖類	10.3	13.7	19.5	20.1	
油脂類	3.3	5.0	9.0	10.7	
豆類	64.1	68.6	69.4	76.1	
魚介類	61.0	64.1	76.5	87.6	
獣鳥肉類	6.5	7.8	16.4	18.4	
卵類	9.9	17.2	28.0	32.0	
乳類	19.6	32.0	43.2	53.4	
野菜類	208.7	204.6	220.1	222.4	
果実類	17.0	25.0	42.8	60.6	

国民栄養の現状²³⁾

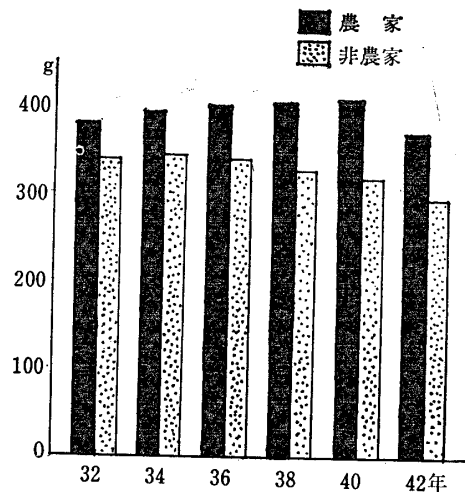


図9 米類摂取一人一日当りの年次推移
国民栄養調査²³⁾

ま と め

飛驒川流域地方の食生活調査の一環として、今回は穀物料理を取りあげ、記録にとどめるとともに「食」における穀物利用の変遷を通じて当地方における食生活の変ぼうをとらえることを目的とした。

穀物料理の食形態としては古くからもち、だんごが記録にみられるが、これらは主として貴族用の高級菓子であり、農民は雑穀を主としたもち、だんご類を多く用いた。

一般農民の食生活は、中世を通じて行われた幕府の農民政策により、多くの生活規範の中で続けられたが、明治に至ってもなお雑穀が主体となっていた。

山岳高冷地である飛驒においてもひえ、あわ、きび、そば、せいな、とちの実、ならの実、わらび粉などのもち、だんごや雑飯、ぞうすいがよく利用されてきた。

これらの雑穀料理利用の年代推移をみると現在もよく利用されているのは行事に関連のあるはなもち、はつりまだんご、ひしもち、よもぎもち、ちまきなどであり、終戦後に急減しているのは雑穀料理である。雑穀料理が終戦後に急減し、さらに現在では、麦めしもほとんど食べられていない結果を示した要因についてみると、

- ・戦時統制経済による主食糧の配給制度が米を常食する契機となった
- ・農地改革による自作農の増加
- ・戦後インフレ経済の農家所得への影響
- ・従来入手困難であった食品の配給網による普及
- ・米の反当り収量の増加、全国生産量の増加

・戦後日本経済の急激な発展による農村の兼業化、および食糧管理法による生産者米価の安定などによる農家所得の増大などが考えられる。加えて雑穀、木の実などの多くが精製工程が複雑困難であり、美味でないものが多いなどの理由によって現在では行事面を残して日常生活にほとんど用いられていない。このような傾向は飛驒川流域地方のみでなく、他の農山村においても該当すると考えられる。雑穀から米への移行後、農家世帯における米の摂取量は、昭和40年ごろより減少傾向がみられはじめた。これは動物性食品や嗜好食品類などの増加により相対的な減少をきたしたものである。このような傾向は非農家においてはすでに昭和34年ごろよりみられてきた現象である。したがって今後の農山村における食生活近代化傾向はいわゆる都市型の軌跡を追うものと考えられる。

稿を終るに当たり、懇切なご助言を賜った本学松田延一博士に深く謝意を表する次第である。

また、調査に便宜を与えられた岐阜県教育委員会社会教育課文化係、ならびに調査集計に協力いただいた本学仲美恵子助手に感謝申し上げる。

文 献

- 1) 小原哲二郎：(1939) 稗叢書 第3輯・第11輯 農村厚生協会
- 2) 谷田沢道彦：農産物利用学，経営評論社
- 3) 新村出編：(1969) 広辞苑，岩波書店
- 4) 広 正義編：(1970) 飛驒川流域の自然と文化，名古屋女子大学生生活科学研究所
- 5) 森 忠一：(1960) 日和田民俗誌，飛驒郷土学会
- 6) 長倉三朗：(1965) 岐阜県北部（飛驒）のくりぬき用具とわらび粉の製造工程，物質文化
- 7) 柳田国男：民間伝承 8巻5号 42頁

- 8) 広 正義編：(1966) 矢作川流域の文化, 名古屋女子大学生生活科学研究所
- 9) 仲美恵子他：(1967) 飛驒川流域地方における食生活調査第Ⅰ報, 名古屋女子大学紀要 13
- 10) 鈴木妃佐子他：(1967) 飛驒川流域地方における食生活調査, 第Ⅱ報, 名古屋女子大学紀要 13
- 11) 熊沢昭子他：(1969) 飛驒川流域地方における食生活調査第Ⅲ報, 名古屋女子大学紀要 15
- 12) 鈴木妃佐子他：(1969) 飛驒川流域地方における食生活調査第Ⅳ報, 名古屋女子大学紀要 16
- 13) 科学技術庁資源調査会編：(1969) 三訂日本食品標準成分表, 医歯薬出版
- 14) 児玉幸多：(1968) 近世農政史料集—江戸幕府法令上, 吉川弘文館
- 15) 角竹喜登他：(1934) 飛驒通史講話, 高山町
- 16) 蒲 畿美：(1966) 樞峠物語, 飛驒春秋
- 17) 日本史史料研究会：(1968) 日本史史料集, 有朋堂
- 18) 横山源之助：(1969) 日本の下層社会, 岩波書店
- 19) 細井和喜蔵：(1969) 女工哀史, 岩波書店
- 20) 松田延一：(1951) 日本食糧政策史の研究第3巻, 現行食糧国家管理制度の成立課程とその推移, 食糧庁
- 21) 松田延一：(1970) 食生活の近代化傾向と農家の食糧生産の動向, 名古屋女子大学紀要 16
- 22) 厚生省：(1958) 国民栄養の現状, 第一出版
- 23) 厚生省：(1970) 国民栄養の現状, 第一出版
- 24) 熊沢昭子他：(1970) 飛驒川流域地方の食生活調査第Ⅵ報, 名古屋女子大学紀要 16
- 25) 鈴木妃佐子：(1970) 飛驒川流域地方の食生活調査第Ⅴ報, 名古屋女子大学紀要 16