

「興味津々あづみのFood」展から —日常食と儀礼食—

2016年9月8日(木)
豊科郷土博物館・新市立博物館準備室

倉石 あつ子

和食は世界無形文化遺産

「和食」を無形文化遺産として登録するかどうかの審議にあたってユネスコの政府間委員会は、“和食文化を理解するためのポイント”を以下の三点に分けて発表している。

●その1「和食」は、食の生産、加工、調理や消費に関する技能、知識、伝統に基づく社会的習慣である。それは、自然資源の持続的な利用と密接に関わる自然の尊重という根本的な精神に関連している。

●その2 和食に関する基礎的な知識と社会的・文化的特色は、正月行事にその一典型を見ることができる。日本人は、新年の神々を迎えるため、餅つきをし、また、縁起ものとしての象徴的な意味を持つ、新鮮な素材を使い、美しく盛りつけられた**特別な料理**を準備する。これらの料理は、特別な器に盛られ、家族やコミュニティが集って食される。地域で採れる米、魚、野菜、山菜等といった自然の食材がよく用いられる社会的習慣である。



和食の基本形
一汁三菜+a→

←正月のお節料理



●その3 家庭料理における適切な味付けその他の「和食」に関する基本的な知識や技術は、家庭で家族が食事を共にする中で伝えられるものである。

また、草の根グループや学校の教員、料理のインストラクターも、フォーマル及びノンフォーマルな教育や実践を通じ、知識及び技術の伝承を担っている

↑
伝承が重要

↓
伝承は必要に応じ 生成され 変化する 消滅する

一つトコロにとどまっていない

食材 味付け(嗜好) 調理法 盛り付け 器などなど

和食って何を指して「和食」と言うの？

5

■和食っていったい何？

「どの範囲までを和食というんですか？」と聞かれ続け、現在でもよく質問されます。

例えば

豚カツは、ハンバーグは、カレーライスは、といった具合に実際の料理ごとに、どこまでが“日本食”といえるのか「どの範囲までを和食というんですか？」

■静岡文化芸術大学 熊倉功夫学長

(日本食文化の世界無形遺産登録に向けた検討会 会長)

その答えは！

6

■「和食：日本人の伝統的な食文化」

- 1 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- 2 栄養バランスに優れた健康的な食生活
- 3 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- 4 正月などの年中行事との密接な関わり

長野県の特長的食べ物は何？長野県の味の文化財 オヤキ

7

■オヤキも実は地域・家ごとに色々な製法があり、一様ではない。

●小麦粉・そば粉

●茄子あん・キャベツなどの味噌炒め・野沢菜・かぼちゃ・切り干し大根・・・・

●あざみ あかざ

●蒸す・焼く

■同じようなものでも、饅頭と呼ぶ地域もある。

■オヤキではなく、ウスヤキの地域もある。

味の文化財に指定されたことによって信州=オヤキ・野沢菜になっている。

オヤキいろいろ

本当にオヤキか？

8



食事は変化する（伝承は変化する）

9

◆伝承は変化する（消滅・変化・生成）

例 食事内容の変化・食事の回数

日本の食文化はオープンシステム

多国籍料理(洋風・中華・韓国・・・・)

時代により好みが変化する

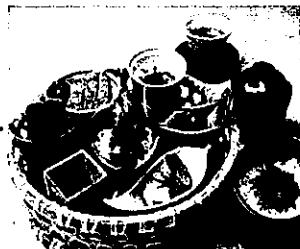
例 柳田國男『明治大正世相篇』1930年

①暖かいものが好まれる

②柔らかいものが好まれる

③概して甘くなった

④新しい食べ物が食されるようになった



皆さんは日々どんな献立のものを召し上がっていらっしゃいますか？

10

■例えば（我が家の夕食の献立）

サラダ（レタス・トマト・きゅうり・玉ねぎ・ハム＝

ドレッシングはお好きなように＝シーザーズ、イタリ

アン、青シソドレッシング、マヨネーズ+味噌）・麻

婆豆腐（信州マスのホイル焼きなどだと理想的）・味

噌汁（夕顔・茄子）・きゅうりの炒め物（中国で食べて

美味しかった）・漬物（シロウリのカレー漬け） ご飯

■上記の料理はいったいどこの国の料理なのでしょう？
＝元をたどればすごく多国籍

■石毛直道＝オープンシステムの食文化

安曇野の食文化の特色とは

11

食材＝わさび セロリー りんご 信州サーモン 湧水.....これらはHPにも掲げられている

◆盆には塩丸いか・イゴ（イゴ売り切れ線が穂高町）・天ぷら饅頭が欠かせない 葬式には海苔巻き饅頭 正月には芋汁

◆長野県人は虫を食べる＝安曇野も例外ではない

スガレ・蚕のさなぎ・イナゴ・タニシ・・・・

◆田鯉の養殖

田鯉（祭りなどのご馳走）＝お猪口何杯という単位で鯉子を購入して田んぼで飼育する。秋になると上げてすずめ焼きにしたり、池に入れて2年・3年と飼って大きくして食べる。お祭り・出産後

◆肉類 馬肉・鶏肉（自家の鶏、すずめ・雉など）・兔なども

■地産地消＝自然にできていた。せざるを得なかった。

安曇野の食文化の特色とは その2

12

保存食さまざま

■凍みを利用した食材（保存食）＝氷餅などはその代表 凍み大根 凍みこんにゃく

■寒い地方なので冬用の保存食の確保は大切＝台所のたたきに室を持っている家もあり、大根・人参・白菜・芋類などを保存して冬でも野菜の確保をしていた。山菜類は茹でて天日干しして保存。

■採れたもの（とったもの）は塩漬けに。

■前菜畑などに穴を掘って野菜を保存する（土室）

■漬物＝たくあん漬け・野沢菜漬け 稲刈菜漬け・梅漬け・すんぎ漬け・かりん漬け・奈良漬け・梅酒などなど現在はいろいろな種類が作られているようである（購入できない味を保存する）

昔は本気で 今はレクレーション気分で・・・植物採取

13

■春

フキノトウ わらび、ぜんまい、こごみ、いたどり、せり、うど、ふき(茎)

たら、うこぎ、さんしょう、ふじ(若芽)、あけびの茎
よもぎ、なずな、たんぽぽ、のびる、ちちっこ(葉・茎)

■秋

栗、くるみ、やまぶどう、あけび(実)

きのこ

山菜取りは、しだいにレクレーション化しているが、かつては食糧確保のために結構本気で採りに行き、保存しておいた。塩漬けが多い。

前菜畑の活用と献立

14

- 前菜畑は日々の献立に必要なものを作る身近にある畑
きゅうり、なす、トマト、いんげん、大根、白菜、レタス、キャベツ、ピーマン、ズッキーニ、夕顔、カボチャ
前菜畑は女性の管理下=変わった食材に挑戦する
- 季節ごとにさまざまなものを作る→作るものは女性たちがお茶飲み話をしながら情報交換。時には種や苗も交換する(三郷のある女性 大町の方でこんにやくを作っている)
- 珍しい野菜、新しい野菜などに挑戦し、その食べ方も情報交換する
- 新しい食材による新しい料理が生まれる

安曇野の食文化の特色—調味料—

15

- 味噌・たまりなどの調味料の仕込み・保存(安曇野に限らず全国的に行われていて、地域ごとの特徴的な仕込み方があった。麴なども米麴・麦麴など異なったものが使用された)

信州味噌

- たまりを使って煮込みうどんを作る。自家製味噌を使って味噌汁などをつくる。
- 管理は重要で常に手入れを心がける
=味噌が悪くなるとその年は家にとってよくないことが起こる(死人が出る)
=味噌が酸っぱくなる=主婦の管理の悪さによるもので非常に恥ずかしい=主婦失格

味噌づくり

長野県民俗の会編『信州に生きる』上
松本市中山の例 近所の女衆たちが結で行う

16



17 儀礼食は地域の食文化の特色をよく表している
—正月の儀礼食—

◆正月のいわゆるお節料理は各家庭で様々なものを準備する

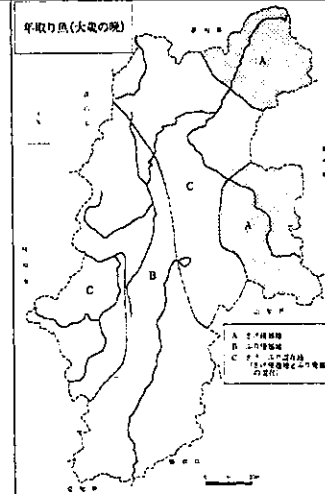
例えば我が家=夫：長野市出身 妻：松本市出身
安曇野市在住

鮭か鰯（出身地ごとに好み異なる）、かまぼこ、伊達巻、黒豆、数の子、煮しめ（筍・人参・椎茸・里芋など5種）、福袋、きんぴら、田作り、ヨセ（赤色）、車海老の酒蒸し、テリーヌ、昆布巻き、etc

■今昔・地域を共通しているもの=年取り魚
鮭9.1% 鰯59.7%（宮本尚子アンケート）

18 年取り魚

年取り魚(大晦日の晩)



19 年取り (大晦日・年越し)

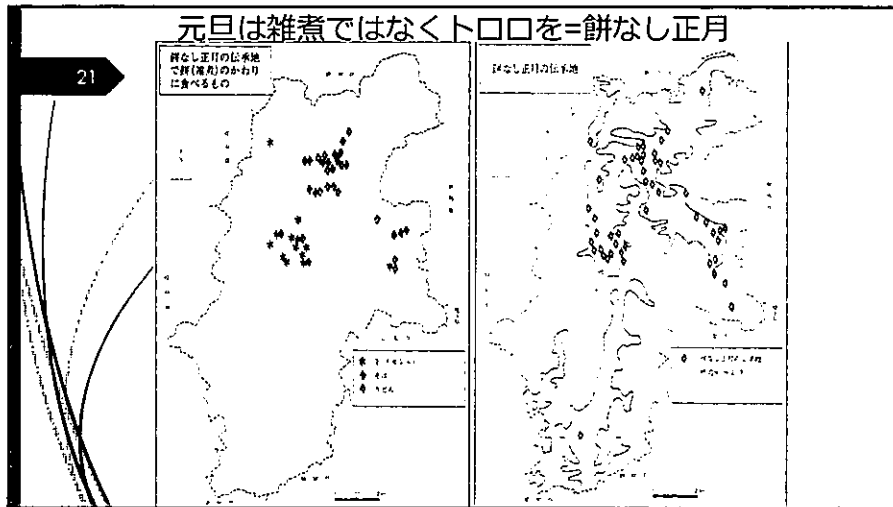


昔のミツモリに相当

20 年取のご馳走2 掘金



年取魚はぶり



- 22
- 安曇野市の餅なし正月現状 (宮本尚子調査)
- 朝、白いご飯とイモ汁。(味付けは酒、たまり醤油(味噌の溜り醤油、今はみりん)卵は結婚してから。)で味付けだった(穂高矢原)。
 - 夕食にイモ汁(三郷明盛)
 - 夕飯はイモ汁とたくさんのご飯(堀金)。
 - 朝は雑煮とオセチ。夕食はイモジル(穂高有明)
 - 朝食 おせちを先に食べて、あとにソバ(ざるそば)を食べる。汁と大根おろしで食べる。秋から漬けておいたマツタケ酒をお神酒にあげてあるのでそれを少々いただく。
 - 昼食 雑煮やアベカワなど餅を食べる。
 - 夕飯 特に決まっていない。イモ汁(明科峰方)

23

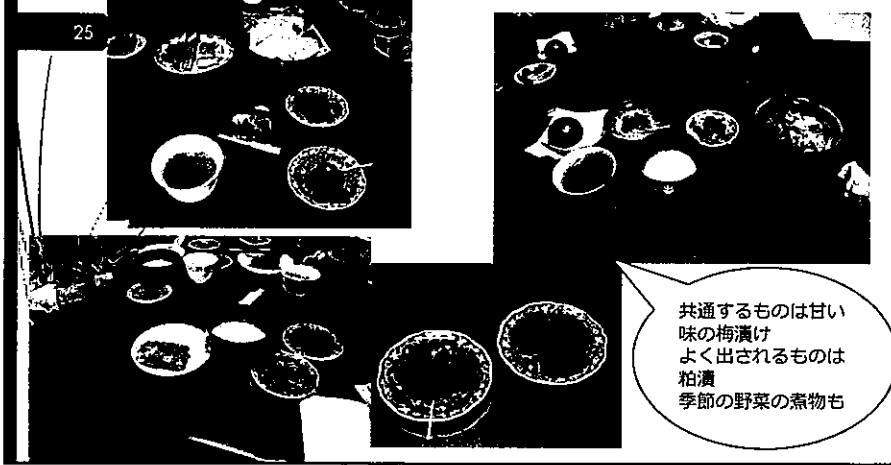
とろろ汁も作り方いろいろ
味噌汁でのばす 汁を作つてのばす
醤油や味噌で味付けして濃いまま食べる

イモジルを好まない子供たちも多い=子供が食べたがらないからという理由で子供が食べるものを採用するようになる⇒すき焼き・ステーキ・刺身などに変化」

- 24
- 何故三が日にトロロを食べるか
- 坪井洋文⇨畑作～稲作へと変化する単一文化論
日本に稲作が伝わる以前にあった畑作中心の時代の儀礼の名残
南方のタロイモ・ヤムイモぶんかの影響をうけた
 - 安室知⇨複合文化論を主張
 - ・餅なし正月は平野部の稲作優先地帯に多く分布
 - ・餅を先に食べるか芋や麺類を先に食べるか→正月の儀礼食は餅が優先するようにみえるが、麺類や芋など畑作物も用いる複合的な儀礼である→庶民の生活の実情を反映して儀礼化したもの

安曇野のお茶は凄い!!!

25



共通するものは甘い
味の梅漬け
よく出されるものは
粕漬
季節の野菜の煮物も

まとめにかえてー変化しないものはないー

26

食の伝承は多様であり、変化しやすい

■オープンシステムであるが故に多国籍・時代による食材の変化の影響も受けやすい

トマト・セロリ・レタス・アスパラガス・チコリ・・・・

虫/丸いか、イゴ（安曇野市内でも地域色）・・・

■その中で変化しにくいのは儀礼食。しかし、年中行事の中の儀礼食は変化する＝神に供えるという意識がなくなり、特別な日にご馳走を食べるという意識に変化。



■儀礼の意味が忘れられ、儀礼がイベント化してきている（年末年始あるいは盆休みは旅行に行く日）

何が食事の特色を作り出すか

27

風土と文化が創り出すー安曇野に限らず何処に行っても同じことがいえるー

■安曇野（広くは長野県といっても良い）の特色として漬物の種類の多さをあげることができる＝一つの食材からいろいろな漬物を生み出す

●梅＝梅漬け・梅干・甘い梅・梅シロップ・しそジュース

●瓜＝きゅうりの塩漬け・佃煮風・抜き粕に入れる・シロウリの粕漬け・ぬかみそ漬け

■お茶の出し方には文化がある＝食事の副菜のようにいろいろなものが供される

参考文献

28

■『穂高町誌』第2巻 歴史編上・民俗編 平成3年1月20日 穂高町誌刊行会

■『豊科町誌』 歴史編・民俗編・水利編 平成7年10月31日 豊科町誌刊行会

■『明科町史』 下巻 昭和60年7月1日 明科町史刊行会

■『堀金村誌』下巻（近代・民俗） 平成4年3月30日 堀金村誌刊行会

■『三郷村誌』Ⅱ第5巻民俗編 平成16年9月30日 三郷村誌刊行会

■『長野県史』 民俗編第5巻創設Ⅱ平成3年12月20日 長野県史刊行会

■安曇野市豊科郷土博物館 学芸員 宮本尚子調査資料

■長野県民俗の会編『信州に生きる』上下 郷土出版社 1993年4月