



Title	長野県下栗地区における山村生活誌：昭和20年代の食生活を中心に
Author(s)	野中, 健一
Citation	北海道大學文學部紀要, 42(1), 127-149
Issue Date	1993-11-30
Doc URL	http://hdl.handle.net/2115/33616
Type	bulletin (article)
File Information	42(1)_PL127-149.pdf



[Instructions for use](#)

長野県下栗地区における山村生活誌

—— 昭和 20 年代の食生活を中心に ——

野 中 健 一

文学部助手 (基礎文化論)

I. はじめに

筆者は前稿で、山村の生態的研究を念頭において長野県下伊那郡遠山郷の下栗地区を取り上げ、急速な近代化によって変わってしまう前の山村の姿を描き出すために、昭和 20 年代における農耕活動を作物種類と生活空間との関連を中心に述べた¹⁾。さらに当時、各作物がどのように食用にされていたかを示すことによって、生活の中における作物の役割が具体的に示されるであろう。そのためには、食生活全体を明らかにする必要がある。

まず山村の食糧に関するこれまでの研究であるが、山村の生業や経済に関する研究に比べて少ないながらも、民俗学や家政学および地方史などにおいて食物メニューや食制に関して研究が進められてきた。木俣ら(1978, 1982)や竹井ら(1981)は、記述的になりがちである食物の研究を、現在なお行われている伝統的な雑穀栽培とその調理法を克明に調査し分析を行い、農耕と作物の食糧化を結び付けた興味深い研究を行っている²⁾。松山(1986)は、明治期の山村を取り上げて、雑穀に加えて堅果類が重要であったことを論じている³⁾。また、佐々木(1988)は、従来の研究成果から、山村のさまざまな生業とともに農耕で得られる食物の量的な把握を行った上で、さらに野生植物の重要性を論じた⁴⁾。これらの研究に代表されるように、雑穀に付随して、自然資源の積極的な利用も山村の食生活の特徴であることが論じられてきた。そして、山村の食生活は、雑穀を中心として主食的な作物と、それに付随す

る副食的作物から成り立っており、自給を基本とした雑穀主体の食生活であることが述べられてきた²⁾。山村の特徴は、山村の自然に組み込まれた有機的なつながりをもつことでもあり、自然資源の利用が多く認められるという点にある。ならば食生活においてもそうした面から検討することが必要であろう。特に主食的な食物を摂取するには、おかずとなる副食に用いられる野生動植物が何であるかが興味深い。従来の研究では、主食やあるいは野生植物の利用を中心に明らかにされてきたので、本稿では、副食となる食物について、より広範に動物の食用も含めてみていきたい。

対象地区である下栗地区は、前稿で述べたように、山腹斜面上に位置し、米がほとんど栽培されない雑穀主体の農耕が営まれてきた山村であり、隔絶性も高かった。

本地区における研究をみると、戦前の詳細な地誌を記した信濃教育会下伊那支部（1936）においても食物に関わる記述は少なく、また、上村教育委員会（1977）は、遠山郷全体としての記述形式を取っているため、下栗地区の食生活についての記述は断片的であり、全体的な特徴を描き出すには至っていない。八田（1988）は、現在まで存続してきた伝統的食物を取り上げて、その栽培や食文化の背景を論じている⁵⁾。

そこで本稿では、各地の研究例を踏まえて、まず農耕によって得られる栽培作物の利用方法について、調理方法や用い方の点から明らかにする。ついで、山村にとって重要とされる野生動植物の食用を明らかにする。この両者から、下栗地区ではどのように利用作物と野生の動植物の食用が組み合わせられて食生活ができていたのかを検討したい。

データに関しては前稿と同じく、1987年から1992年に至るまで行ってきた現地調査と文献資料に基づいた⁶⁾。本地区では、八田（1988）が論じたように伝統的な雑穀主体の食生活がよく伝承されており、当時から製法等は変わらず続いているものが多い。そこで、現在の調理方法や食べ方を援用しつつ昭和20年代当時の様子を明らかにしていきたい。なお、本稿に用いた食物の写真は筆者が現地調査の折に撮影したものであり、本文の参照に用いることとする。

II. 作物の食用

1. 雑穀

前稿で述べたように、本地区では、オオムギが多く栽培されていた。聞き取り調査では、1世帯5人家族とすると、1年間でオオムギがおよそ10俵(500 kg)、その他の雑穀は2俵程度の食用量が目安であったといわれる⁷⁾。

まずは、雑穀の食べ方についての特徴をみていきたい。

1) 粒食

メシ(御飯)として最もよく食べられていたのが、オオムギ(以下、ムギと記す)であった。しかし、当時オオムギをメシとして調理するには大変な手間を要した。メシは朝に炊くのが通例であり、そのためには、前夜からの作業を要した。まず、精白した状態の丸ムギを大鍋で時間をかけて十分煮しておく。そして水分を含んで膨らみ、柔らかくなった頃を見計らって火から降ろし、一晩おいておく。翌朝になって、そのムギをザルに空けてよく洗い、ヌメリを取る。そして、再び炊き込んでメシにするという調理方法であった。十分に煮ないと柔らかくならなかったため、これは主婦にとって最も大変な仕事であった。

ムギは腹持ちが悪いため、一般に「三杯メシ」といわれるように、茶碗に3杯のメシを1食に食べたといわれる。

1950(昭和25)年になって押し麦に加工する機械が地区に導入されたことによって、従来の丸ムギは容易に炊飯できるようになった。この時期になって米と同様に直接炊くことができるようになったのである。

しかしながら、昭和30年に入って、米が安定して流通するようになると次第に米にとって代わられていった。また、1961年(昭和36年)の伊勢湾台風で加工機械が吹き飛ばされてしまい、押しムギが作れなくなったことによって、いっそうオオムギの食用は少なくなった。

その他の雑穀については、コメが配給されて普及してからアワ・タカキビ・コキビ・ヒエがコメに混ぜられて食べられるようになったのであり、それ

前は単独でメシにされることはなかった。その理由として、粘りが強く、よく煮えないためであったといわれ、その後、コメを釜の下に敷き、その上に精白した雑穀をのせて炊く、という混炊によってメシ化された。他の地域でみられたヒエメシなどのように雑穀のみのメシはなく、後に述べるように製粉されて使われることが多かった。

2) タテコ・コウセン

他の雑穀は、各家での栽培量が少ないため、食用の量もオオムギに比べて少ない。これらは粉に加工した上で用いられることが多かった。加工の過程は、脱穀した粳を自宅に設置した唐臼⁸⁾でついて精白し、それを石臼で製粉するという方法であり、これらの作業は子供や主婦の仕事となっていた。

粉の利用として、主食的に用いられるときの食べ方は、製粉しておいたものを湯で溶き、時には野菜を混ぜ、攪いて食べるという「タテコ」であった。

粉食用の雑穀の中で、最も多く食べられるのはソバであり、用い方にもバラエティがあった。とくにソバのタテコは「ソバガキ」と呼ばれた。ソバの実を粉にして、それに菜を入れて、湯で溶いて攪いて食べるというものであ

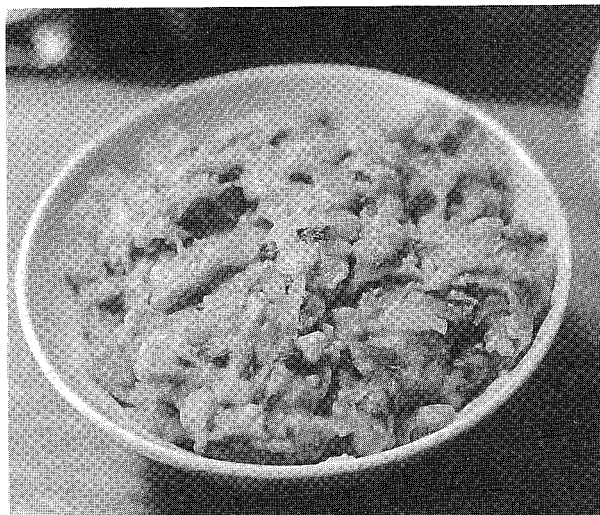


写真1 ソバガキ

る(写真1)。どんぶり1杯が1度に食べる量であり、これのみで1食となった。あるいは、砂糖と混ぜて、おやつとしてのソバガキも作られた。

他の雑穀では、シコクビエもタテコにされた。アズキの粉もタテコにされ、野菜と混ぜて粥状にして主食的に食べられた。

別の粉食の食べ方としては、コムギを製粉したものをほうろくで炒って、砂糖で味をつけて食べる「コウセン」があった。

3) ダンゴ

ダンゴは、粉を湯で練ってそれを丸く形作ったものである。これにはヒエ・シコクビエ・アワ・コキビが使われ、主食的に用いられた。トウモロコシも、干しておいたものを粉にして、米の粉、ソバ粉あるいは小麦粉と混ぜてダンゴにして食べられた。こうしたダンゴはそのまま食べるだけでなく、汁粉も作られてその中に入れて食べられることもあった。また、祭の時の供物にも用いられた。

4) オヤキ

オヤキは、粉を水で練ってダンゴ状にして、さらにそれを焼いたものである。オヤキのなかで最もよく食べられたのは、ソバのオヤキであった。このオヤキは、1食として食べる際には、豆腐を作った時に出るオカラと野菜を

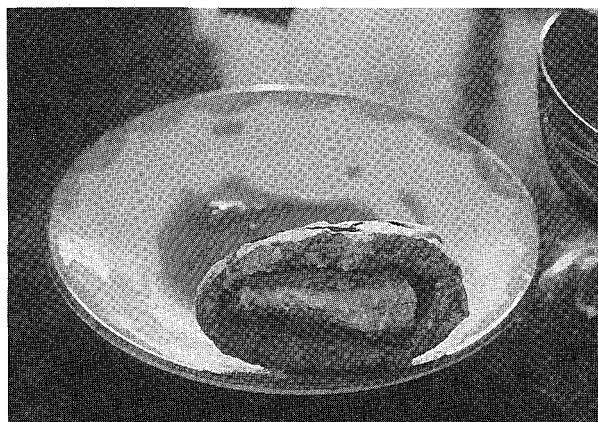


写真2 サンマ入りソバダンゴ

混ぜて中に入れたり、小豆のあんを入れて食べられていた。さらに、昭和20年代後半になると、サンマを使ったオヤキが作られるようになった（写真2）。当時の海産魚類の内陸部への流通は周知のように塩物や干物がほとんどであった。下栗地区への流通経路では、塩もののサンマが浜松より飯田に送られてくる。そこで、売れ残って古くなったサンマが遠山郷へ送られることになるのである。こうして行商によって運ばれてきたサンマはすでに、油が浮き上がり、身は崩れ落ちるほどになっている。そのため、普通に囲炉裏で焼いたのではうまく焼けない。そこで、ソバに包んで焼くという方法がとられるようになったのだという。

オヤキには、コムギも用いられた。

5) モチ・ポタモチ

モチは、雑穀の粒にモチゴメを混ぜて蒸して搗いたものである。そのためモチゴメは購入によって入手しており、貴重なものであった。当時は、モチゴメとアワなどの雑穀との比が1:9とまでいわれ、ボソボソしたモチであったといわれる。

アワは、モチアワとウルチアワの2種があるが、いずれもモチに使われた。タカキビもモチに使われた。

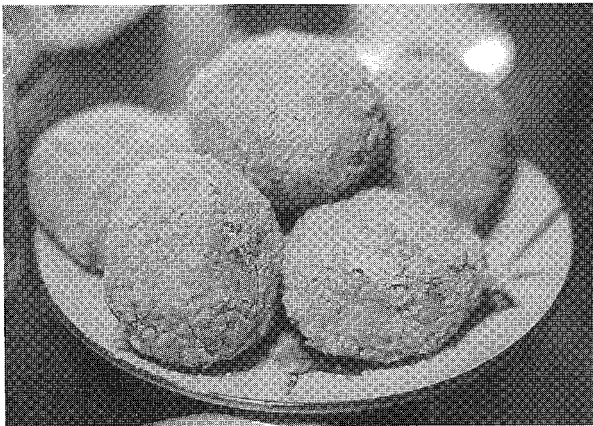


写真3 ポタモチ

ボタモチは、雑穀を蒸して、それを丸め、緑大豆の粉・クリ餡・アズキ餡でくるんだものである。本地区では、通例ボタモチと言えば、コキビで作ったボタモチを指した（写真3）。

モチ・ボタモチは、祭の時などに作られる「ハレの日」の食物であり、これらに用いられるアワ・コキビ・タカキビは日常食以上にこうした時折の食物としての用途が高かったのである。

6) その他の利用法

アワやヒエは、どぶろくの原料にも使われ、自家で酒の製造が行われていた。これらは、婚礼・葬儀・家の建築など人が集まる場でふるまうために用意されていた。

コムギは、天ぷらの衣を作るために小麦粉にも製粉された。

2. その他の作物の食用

前節でみた雑穀の他にも、主食的に食べられた作物がいくつかある。とりわけイモ・マメ類の食用は重要であった。

なかでもジャガイモの食用が最も多かった。聴き取り調査では、1世帯当

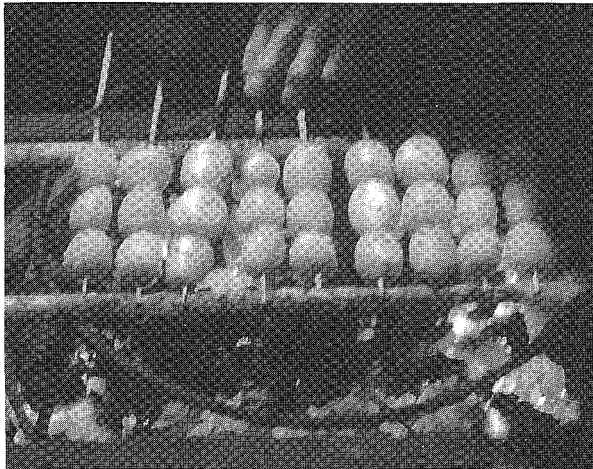


写真4 イモ田楽

りの平均で、8.3 俵 (373.5 kg) ほどの収穫を得ており、また、これらは自給用であったことから、食用量としてもオオムギに次いで多かったことがわかる。ジャガイモは、野菜と混ぜて煮て、それを1回の主食とする食べ方と、串に刺して味噌を付けて囲炉裏で焼く「イモ田楽」とがあった(写真4)。これも、おかずにするだけでなく、何串も食べることによって1食分の主食となった。またイモ田楽は、常に囲炉裏に刺して、つくり置きされており、お腹のすいたときにはいつでも食べられていた。

コンニャクイモは、現金収入源として多く栽培されていたが、自家でもコンニャクに加工された。コンニャクイモを煮てつぶし、ソバ茎の灰を入れて固める、という方法で作られていた。

次にマメ類だが、ダイズは、食物としてのみならず、味噌・醤油の自家醸造の原料として欠かせないものであった。もっとも、醤油については、味噌を作るときに醤油を取ると、味噌の味が落ちる上に醤油も味噌臭いため、あまり好まれなかった。ダイズはまた、納豆や豆腐にも加工して食べられていた。本地区での納豆は「しょうゆ豆」と呼ばれ、こうじと共にむぎわらに入



写真5 しょうゆ豆

れ、発酵させた後に乾燥させたものである。それを食用とする時は、水で戻して柔らかくし、こおぼしきをつけるために細かく砕いたソバ殻を少量混ぜ、しょうゆをかけておかずとして食べた(写真5)。豆腐も自家製であった。ニガりは行商が運んできたものを購入し、製造後に保存の効く秋から冬期を中心に作られていた。これは、一度に多く作ることになる、近所で交換し合っていた。豆腐は、味噌汁の実に欠かせないものであり、汁の中に大量に入れて、1食に加わるものであった。また、ダイズは醤油で煮豆を作っておかず用にしたり、煎って子供のおやつにも用いられた。

アズキは、先に述べた汁粉やポタモチのための餡を作るために欠かせないものであった。

ササギは、しょうゆで煮つけて日常におかずとして食べられており、雑穀やクリと混ぜて粥状にして食べるのによく使われ、1回の主食ともなっていた。

そして野菜については、通常はおかずとして調理された。ネギやミョウガは春から新芽が採られ、夏から秋にかけては季節に応じて収穫される野菜が適宜、煮付け、おひたし、生食で食べられていた。とくにネギは、前年のものが翌春には新芽を出すため、早くから食べられる上、味噌と混ぜたネギ味噌はおかずにもなって重宝された。秋に収穫した野菜はムロで保存しておき、それを取り出しては適宜利用していた。ダイコンは葉の部分も食べられ、干葉にして保存され食べられた。ハクサイは、戦後次第に増加したが、それ以上にシャクシ菜が多く食べられていた。なお、ゲンスケ菜はカブであるが、若い葉の部分のみが食べられて、実の部分はウシのエサにされていた。漬物には、ダイコンや野沢菜(飯田カブ菜)が使われ、その後ハクサイが使われるようになった。ダイコンの漬物は、1世帯につき150本程は作られた。

こうした主食的・副食の利用の他にも、調味料や風味をつける香辛料も栽培されていた。エゴマは油用作物といわれるが⁹⁾、本地区では当時は、エゴマと味噌を混ぜたタレを作って、和え物やモチにつけて食べられていた。

III. 野生動植物の食用

山村の食生活を考える上で、これまで述べてきた作物と同様に、野生動植物資源もまた重要な食糧資源である。主食的な用い方をされたと考えられる堅果類や、山菜、そして栄養源として重要な動物性資源などのさまざまなおかずがあると考えられる。そこで、本章では、農耕以外によって得られる食物についてみてみたい。

第1表 食用野生植物

		春	夏	秋
山 菜	芽・葉・莖	アズキナ アマドコロ イタドリ イヌビエ ウド サルトリイバラ シオデ スイバ タラ ナルコユリ ヌルデ ノビル フキ ミツバ ヨモギ ワラビ	フキ リョウブ	
	花		ツツジ フジ	
	根		クズ	
	香 辛 料	ワサビ サンショウ	ワサビ サンショウ	
果 実		エビガライチゴ カワラグミ キイチゴ グミ ナツグミ バライチゴ ナツハゼ	アケビ エビヅル クサボケ ケンボンナシ コガキ コナシ サルナシ サンカクヅル シャウメ スナシ ツノハシバミ *ハダシキョウ マツブサ ヤマブドウ	
キノコ			ショウゲンジタケ クリタケ マイタケ シメジ	

資料) 聞き取り調査 *は地方名

1. 野生植物

1) 堅果類

本地区では、クリが主食的な使い方をされていた。当時は山に自生するクリ（山栗）を拾ってきて、それを食用にした。山栗採集は、秋のシーズンになると朝の日課であり、一度に子供で1升，大人になると2斗ほど採集した。採ってきたクリを水に浸しておいた後，歯で殻をむしり取って，実を取り出した。聴き取り調査による結果では世帯平均で，7.2斗ほどの収穫が得られていた。その実は，主に塩で煮て1食とした(写真6)。この時ササギと混ぜられることもあった。保存用に，煮た後天日で干して乾燥させた干し栗が作られ，1年を通じて，適宜用いられた。食べるときは，唐臼で硬い干し栗をつぶしたものを煮るという方法であった。干し栗は冬期の子供のおやつにもなった。クリを煮てつぶして砂糖と混ぜて，クリ餡も作られ，前述のポタモチに使われた。しかし，1953（昭和28）年にクリタマバチが大発生し，クリが全滅に近い状態となった。そのために，家にクリが植えられるようになって，自家栽培の栗を採集するようになった。



写真6 クリの煮付

わが国の山村の植物利用を考える上で重要なトチも食べられていた。トチの製法は、3日ほど水に浸しておき、石の上で金づちでつぶし、さらに水で晒した後に灰で煮る。その灰は、カナギと呼ばれるクリ、ナラ、ケヤキ、シナノキ等の雑木のもものが最上であった。これが入手できないときはソバの茎の灰も使われた。灰の分量はトチ1升到灰2升である。そして、3日おいておきアクを抜く。トチの実を2、3個取り出して、試しに煮てみて、クリのように膨れ上がったら、アクが抜けたことがわかった。アクが抜けていることがわかれば、すべて洗って、煮た後に干して粉にする。できあがったトチの粉は、粥に混ぜて食べるトチ粥や、モチに混ぜるトチモチとして使われた。いずれも雑穀と結び付いた利用方法である。

トチの食用量については、その値が得られなかったが、クリよりは少なく、また、他の山村に見られるような食用源としての重要性を示すトチの皮むき道具は近年作られたものであり、調査対象当時は石で叩き割っていた。さらに、他の山村でよく言われるトチの木の所有権はなく、時期になると自由に取っていた。こうしたことからトチの食用資源としての比重は、他の主食的食物に比べてあまり大きくなかったと考えられる。

また、クルミも山で採集されていた。これは、さまざまな料理にアクセントをつけるために用いられ、クルミと味噌を混ぜて攪り合わせた「ヌタ」がよく作られた。

2) その他の野生植物

山村の自然資源の利用では山菜類も着目される。本地区では第2表に示したように多くの山菜類が食用にされていた。山菜は、春～初夏にかけて若芽や若葉のでるものが多く賞味され、多くのものがおひたしにして醤油や味噌をつけて用いられた。表にあげた多くの山菜の中で「ビョウブナ」と呼ばれたリョウブの若芽は、おひたしにしてメシに混ぜて食べられるので重宝された。また、山菜は、各種類とも採集可能期間が1～2ヶ月程あり、適宜食用に適したのから採られていた。また山で山菜を取るだけでなく、麦の草取りの時には、畑に生えているノビルもついでに採るといふことも行われていた。

第2表 食用動物

	和名	利用方法
哺乳類・鳥類	ウシ ヤギ	煮る (鍋)
	イノシシ	煮る (鍋)
	クマ	煮る (鍋)
	カモシカ シカ	煮る (鍋)
	ウサギ *ムササビ	煮る (鍋)
	ニワトリ	煮る (鍋)
	キジ ヤマドリ 小鳥	焼く
魚介類	イワナ ヤマメ	塩焼 煮付
	カジカ	煮付
	ウナギ	塩焼
	サワガニ	からあげ
昆虫類	クロスズメバチ	煎る 煮付
	スズメバチ (コガタスズメバチ・キイロスズメバチ)	煎る 煮付
	オオスズメバチ	煎る 煮付
	カイコのサナギ	煮付
	メイガ幼虫	焼く
	ミツバチ	ハチミツ

資料) 聞き取り調査 *狩猟者のみ

そして、夏から秋にかけては、さまざまな種類の果実が採られ、生食や焼酎漬に使われた。生食のものについては、そのほとんどは子供が出かけた折に見つけて採ってオヤツにするものであった。

秋には、キノコが採られたが、主に食用にされた種類は、栗の木に生えるクリタケやシメジであり、他の種類はあまり採られなかった。他の山村や現在のこの地区の状況と比べるとやはりその種類数は少ない。なおキノコ類は、味噌汁の実として使われた。

2. 動物性食糧

本地区は元来、狩猟民が定着した集落であったという伝承もあり、昭和20年代とは狩猟を主な生業としていた者も数名おり¹⁰⁾、彼らは、野生動物の肉を

第3表 日常の食事パターン

朝	昼	夜
粉食 (タテコ・オヤキ)	粉食	メシ
粥	または	+
イモ田楽	イモ田楽	おかず
クリ煮付		
の内1品		
+		
メシ		
味噌汁		

獲ることができた。しかし、彼らよりも畑作を主体とする農民が圧倒的に多い。こうした中で、動物性の食糧源がどうであったかをみていきたい。動物性食糧となっていたものは、聞き取り調査によって第3表に示す種類が得られた。

1) 哺乳類・鳥類

まず、どこの家でも飼育されていた牛を食用に用いる場合があることがわかった。これは、前稿に述べたように食用に飼育していたものではなく、肥料を取ることが主目的であった。しかし、この地区の特徴である急傾斜面が災いして、牛が転落する事故が起こることもあった。こうした場合には、近所の者が手分けして、転落死した牛を解体し、肉として食用にしていた。もっとも事故が発生するのはまれであり、食べられる機会は突発的なものであった。

また、ヤギが乳をとるために導入された時期もあり、試みに食べられたことがあったが、これは、独特の臭気があるためおいしくなかったといわれ、好んで食べられるようにはならなかった。

クマやイノシシの狩猟に携わるのは、各集落に数名いた専門的猟師であった。彼らは、山に入って1週間から10日程、猟を行なった後、獲物を集落まで運び、解体した。そこで他の家では、狩猟者から獲物の肉を分けてもらったり、購入したりしていた。これらは、サンマやイワシの値段よりも安かつ

たといわれる。

ウサギは、狩猟者の他にも冬場にワナを仕掛けて捕ることがあった。

ニワトリはどこの家でも数羽飼育されており、それによって自家用に卵を得ていた。さらに、その中で年老いて卵を産まなくなったものが、人を招待した時などには、時折つぶされ、食べられていた。

野鳥も肉として有用と考えられる。その利用は聴き取り調査によると、猟師がヤマバトやヤマドリを撃っており、彼らやその家族を中心に時折食用にする機会が得られていた。しかし、そうでない家庭では、雪に地面が覆われた日などに庭先で子供がトオシで籠を作り、ムギや豆などのエサを撒いておき、小鳥が飛んできたところを上からかぶせて捕まえること（オス）を行っていた。捕まえた鳥は、囲炉裏で焼いて味噌タレをつけて賞味された。しかし、この程度なので、食用としてはあまり重視されていなかったことが伺われる。周辺地区では、カスミ網を行って鳥を捕っていたが、本地区ではこの当時には誰も行っていなかった。ただし、「トリタゴ」と呼ばれるカスミ網を仕掛けるのに適した場所は言い伝えられていた¹¹⁾。

上記のように、動物の肉は冬期には数回は食べることができ、多くの場合は、ダイコンと共に鍋で煮て食べられた（写真7）。



写真7 シシ鍋

2) 魚介類

次に、魚介類の食用をみてみよう。この地区は川から 500 m も上がった山腹斜面に位置しているため、川への近接性は低く、一度も川魚は食べる機会がなかった者もいる。それでも帯山や南などの少しでも川に近い集落には、数名の漁を行なう者がおり、夏期にイワナやアマゴを主に、カジカ、ウナギも得られていた。したがって彼らの家族あるいは、近所の者たちは夏期を中心にしばしば魚を食べることができた。また、囲炉裏の上の筒に刺しておくことによって、夏から秋にかけては保存もされた。しかし、それ以外の上の集落の者たちはめったに川魚を食べる機会はなく、専ら海魚の購入に頼っていた。購入によって入手できた種類はサンマ、イワシの塩ものおよび干ものであり、年末には、年取魚としてサケおよびブリが運ばれてきた。しかし、いずれも高価な上に、腐敗しやすい夏期には運ばれてこないため、購入できる機会は少なかった。また、チクワなど魚介類の加工品も持ち込まれたが、これらはハレの日のごちそうでのみ食べることできたぜいたく品であった。

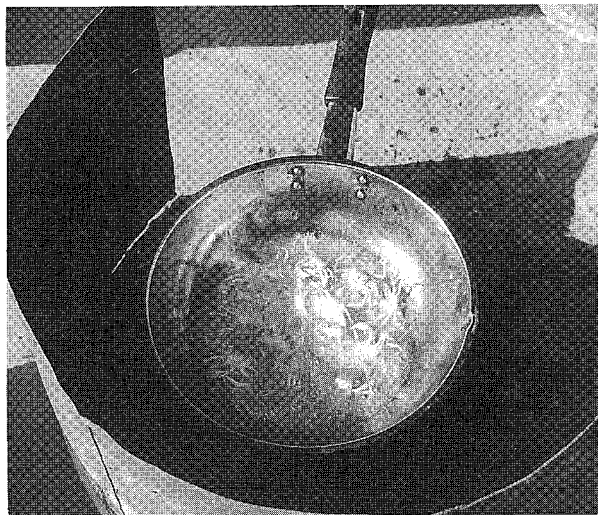


写真 8 サワガニの天ぷら

また、地区内の沢にはサワガニが生息しており、冬期に冬眠中のサワガニを地面から掘り起こして採取した。これは、寒の時期が旬とされ、油で揚げて食用にされた(写真8)。サワガニは、冬眠を過ぎると山中に生息したりして群生しなくなるという生態をもつため、捕るのが容易でなくなるという技術的な困難さの点と、夏には、カニはミミズなどの動物性のエサを食べているので、それを人間が食べると腹痛を起こすので食べられないという伝承があるためであった。

3) 昆虫類

この地区では昆虫が動物性の食物として重視されていたこともわかった。この地区で「カナバイ」と呼ばれているクロスズメバチや「アカバチ」と呼ばれているキロスズメバチがよく食べられていた。林業に従事する人は、オオスズメバチを捕って食べることもあった。これらは、醤油で煮付けたり、煎ったりして食べられ、秋の運動会に持って行けば弁当の最高のご馳走として自慢できるものであったといわれる。クロスズメバチは、巣を発見したら巣ごと土の中から取り出すという方法で捕獲されていた。この巣は、他人の土地であっても発見者の所有になるといわれており、先に見つけた者は所有を示す札を立てて先取権を主張し、巣が大きくなるのを待った。これらのことからハチが重宝されていたことがわかるであろう。

「ゴトウムシ」と呼ばれるイタドリの中にあるメイガの幼虫は、子供のかんの虫に効くと言われて、焼いて子供が食べさせられた。これは、こおぼしくておいしかったといわれる。

カイコのサナギも煮付けて食べられていた。

また、多くの家では、ニホンミツバチを飼育し、ハチミツを採っていた。春から初夏に山や住居の近くに巣箱をいくつも置いておき、ハチの群が入るのを待ち、うまく入った数個を自宅に持ち帰って設置しておく(写真9)。そして、秋に、ソバの花が散った後、同時にハチの子が羽化してなくなった後にミツを搾る。この1年に1度の採蜜で数升のハチミツを得ていた。従って、多種の花の蜜が混ざっている。なお、ミツバチについては、地区最上部に位置する半場集落では、ハチ箱をおいてもミツバチは入らないといわれ、



写真9 ミツバチ飼育箱

飼育されていなかった。

IV. 食 制

食生活パターンは、第3表に示したように、1日3食であった。主食となるムギメシは朝に炊かれるが、朝食時は、イモやクリなどを先に食べておき、メシを食べる分量を少なくし、昼も同様であった。1日の食事パターンをみると一見単調に見えるが、粉食の材料は適宜変わっており、これが食生活の上で変化をつけるものとなっている。

また、1年を通じた食制暦は第1図のようであった。年取魚には、裕福な家で「ブリ」が、その他の家では「サケ」が食べられていた。これらは、年末にやってくる行商を通じて、あるいは上町まで出かけて購入したものであった。盆には、天ぶらが欠かせない食物であった。そのため油もまた購入品であった。油は貴重であり、こうした行事以外に天ぶらが食べられることはめったになかったといわれる。このように、祭やいくつかの年中行事、客が集まる場の折に、ハレの日として特別の料理が作られるが、その基本的

長野県下栗地区における山村生活誌

月	一	二	三	四	五	六	七	八	九	一〇	一一	一二
行事	正月	節分	節句 彼岸	水神祭	節句			盆	月見 彼岸			霜月祭 年取
主な食物	魚 カニ モチ モチ ボタモチ	豆 ボタモチ	ボタモチ 五色モチ (コキビ・アワ・マメ)	ソバダンゴ	ちまき (アワ・コキビのダンゴをカヤの葉で捲く)			魚 天ぷら (野菜) サツマイモ トウモロコシ	天ぷら (野菜) コキビモチ			魚 サケまたはブリ

第1図 食制曆

な供物は雑穀を用いたモチやダンゴであった¹²⁾。メシとして食べられない雑穀はモチとしての食用に高い価値がおかれていたことがわかる。

行事の時には、コメ・モチゴメ、魚(チクワ・カマボコ)など、ぜいたく品といわれた食品などが購入されていたのである。

V. まとめ

本地区の食事形態は、オオムギを主としながら、それだけでは足りない量を他の雑穀やイモ・マメ類、さらにクリで補って主食的な食物が作られ、野菜を副食に用いて、基本的な日常食は作物を主体としてほぼ自給されていた。オオムギ以外の雑穀の種類は、それぞれの量が少ないために常には用いられず、種類を替えては食事に共し、それによって、食物のメニューが変わり、

日常の食生活に変化を加えるものとして食べられてきたといえる。

この作物主体の基本食に付加するようにさまざまな野生の動植物がおかずとして食用源として、さらに加わってくるのである。これらもまた、四季折々に得られるものが、アクセントを付加するように食用にされている。こうした基本食にさらにバラエティーをつける意味で、多種の野生資源が加わる。とりわけ山菜は、春～夏にかけて、新鮮なものが得られるため、重要な役割を果たしている。また、果実やキノコも同様に、各世帯で賞味され、野生植物の山村食生活における位置づけは高い。一方、大型哺乳類や魚介類は、狩猟者世帯とそうでない世帯では食用頻度に差があり、山村の持ち得る自然資源を誰もが同じように利用するのではないといえる。特に、本村では、川魚の利用は少ないことがわかった。しかし、猟を行わない者であっても、イノシシやシカなどは狩猟者を通じて入手することが可能であり、さらに、身近

種 類	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2月
農作物				オオムギ								
				ジャガイモ			雑穀					
							野菜					
野生植物	山菜						キノコ					
							クリ					
				果実			トチ					
哺乳類 鳥類							イノシシ・シカ・ウサギ等			キジ・ヤマバト等		
淡水 魚介類				イワナ・ヤマメ						カニ		
昆虫類				カジカ ウサギ								
				メイガ幼虫			ハチ			ハチミツ		

第2図 主要食物の食用カレンダー

なところで捕獲できる小動物については食用にしている。これら副食になる野生動植物の入手に関してみると、野生植物の生育場所は、ほとんどが、自宅周辺あるいは道端に生育する種類である。また、動物にしても、狩猟者・漁撈者を除いては、植物と同様、自宅周辺や生活圏内で捕獲できる種類である。したがって目につけば採集・捕獲するというものであり、強いてとりに出かけるというものではない。

本山村の食生活は、食事パターンだけを一看すると単調である。しかし、第2図に示すように種類に関しては主食的な食物数やおかずとなる野生動植物は時期に応じて変化し、連続的に用いられている。作物・野生動植物ともに必要に応じて手軽に入手できる日常生活圏内で得られる種類が食用にされて、食事に変化をつけるために努力しなくても組合せのパラエティーがつけられている(第4表)。塩などの必須の調味料の他はとりわけ購入しなくても自給を主としてパラエティーに富んだ食生活が行なわれていたといえる。山村の生活圏における自然との有機的なつながりがこのような食生活を可能にしているといえよう。

第4表 食物のパラエティー

頻 度		種 類
通 年 的	日 常	オオムギ イモ ダイズ クリ 野菜
	ときどき	雑穀(粉食 モチ) トチ
	ま れ	サンマ イワシ ウシ ニワトリ
季 節 的	日 常	山菜 果実 キノコ 川魚(漁撈者世帯) 野生動物(狩猟者世帯)
	ときどき	野生動物 野鳥 川魚(漁撈者近隣) カニ ハチ
	ま れ	川魚 小鳥

資料) 聴き取り調査

注および参考文献

- 1) 野中健一(1992)「長野県下栗地区における山村地誌——昭和20年代の農耕を中心に——」北海道大学文学部紀要41-2。
- 2) 木俣美樹男・熊谷留美・佐々木典子・武井富士子・中込卓男(1978):「雑

- 穀の村——とくに雑穀の栽培と調理について——」季刊人類学, 9-4。および, 木俣美樹男・横山節雄(1982):「雑穀の村——とくに雑穀の栽培・調理の残存分布およびその要因について——」季刊人類学, 13-2。竹井恵美子・小林央往・阪本寧男(1981):「紀伊山地における雑穀の栽培と利用ならびにアワの特性」季刊人類学 12-4。
- 3) 松山利夫(1986):『山村の文化地理学的研究』古今書院。
 - 4) 佐々木高明(1988):「山民の生業と生活・その生態的素描——白山麓と秋山郷——」国立歴史民俗博物館研究報告, 18。
 - 5) ①信濃教育会下伊那支部会編(1936):『下伊那の地誌遠山地方』山村書院。②上村民俗誌刊行会(1977):『南信州・上村 遠山の民俗』上村, 上村民俗誌刊行会。③八田二三一(1988):『長野県遠山郷における伝統作物の栽培』東京学芸大学臨地研究。④市川健夫(1991):「日本のチロール遠山郷」地理 36-12。
 - 6) 調査の詳細については, 前稿を参照。
 - 7) 各雑穀の世帯平均収量については前稿を参照。歩止り率は, シコクビエは90%になるものの, 他の雑穀はおよそ65%前後である(半場在住野牧源吾氏の計量に基づく)。
 - 8) 唐臼は踏臼ともいわれ, 母屋と納屋の間に置かれて, 人間が足で踏んで杵を動かして搗いた。なお, 水の湧き出るところにはドッサリと呼ばれた, 水よっての搗く方式のものもあった。
 - 9) エゴマについては, 橘礼吉(1989):「白山麓の焼き畑によるエゴマ栽培」白山自然保護センター研究報告, 16。青木自由治(1990)「アブラエの味——飛騨山村の食生活」山村民俗の会編『山の食事』エンタプライズ。に詳しい。
 - 10) 前稿 p.9 参照。また野本(1987)『生態民俗学序説』白水社。は, この地域の狩猟を, クマ, イノシシ, シカが均等に対象となる混交林型狩猟と名付けている。
 - 11) 霞網を仕掛けるポイントであるトリタゴが伝承されているが, 実際に行った人はいない。

- 12) これらの行事は、近隣の稲作が行われていた山村より少ない。猪俣節子・小川安子（1986）：「大鹿村の年中行事と歌舞伎」梶山女学園大学研究紀要，17（第2部），87-108。