

# 三野町の食生活

## — 主食をみる —

—— 民俗班（徳島民俗学会） ——

澤田 順子<sup>\*1</sup>

### 1. はじめに

本町は徳島県の北西部に位置し、北高南低の扇状地で、川はあっても天井川、水に悩まされた所であった。そして、北の阿讃山脈・香川県に接する山分と南の吉野川に沿う里分とでは、地形的な要因もあり、生活環境も食生活も異なっていた。特に第二次大戦以前とその後の食生活の違いは顕著であり、食材の入手経路も異なっている。昭和16年、食糧の配給制度が施行されると、山分も里分も同様の食料が配給されたので、各家とも似通った食材があるようになった。米作地帯の里分では、耕作した米のほとんどを供出したので、米は穫れなくても雑穀やイモのある山分の方が、より多様な食材があったことになる。

交通網が整備され、都市化・洋風化が進んだ現在、町内一円の食生活は平均化され、山分、里分の食生活の違いははっきりしなくなった。そこで消えようとしている第二次大戦前の食生活について聞き取り調査を行うことにした。どちらの地域も自給自足の生活ではあったが、山分では冬は雪に閉じこめられ、雪を溶かして台所の使い水としたり、保存食の確保も必要だった。米作ができたとはいえ太刀野山、東・西でも、収穫量の少ない陸稲（水稻の半分）、しかも米質は劣った。麦・アワ・そばなどの雑穀を耕作、サツマイモも主食の座を占めた。里分は文化5年（1808）に完成した三村用水（芝生・加茂野宮・勢力）の恩恵を受けるようになってからは、三好郡内でも美田といわれ、良米を産していた。だが、高い年貢米・度重なる飢饉、大正7年には時の村長

が「米を節約せよ」と注意書をだしたり、戦時下の供出と、「今朝も今朝とて おかゆの喧嘩 わしの茶碗にゃ 諸ばかり」と『三野町誌』（p.306）に書かれているように、米を食べることは難しかった。それでも山分と里分とでは、米が穫れるか穫れないかで、主食の内容に違いがみられる。また食材を求めるのにも、地理的理由から、山分では讃岐から、里分は吉野川の川船の利用で徳島からと相違がある。大正・昭和初期生まれの方の話をもとに、本町の戦前の食生活を記載する。紙面の都合もあり、主食を取り上げ、副食は割愛した。まず食材の利用法を、次にその工夫された食べ方を紹介する。

### 2. 主食の食材

#### 1) 米

主食というとまず米が浮かぶ。米の話では「米とり牛」（讃岐では借耕牛と呼ぶ）について触れたい。タバコや麦の収穫を終えた後、飼い牛を讃岐に出稼ぎに行かせていた。牛は田植え、麦蒔きを手伝い、水田1反歩の耕作に見合う1石以上の米を背に帰って来た。米の統制が行われるまで、米の穫れない山分では牛は大事な米の稼ぎ手であった。

「1合雑炊・2合粥」、『三野町誌』に載っているこの言葉は、主食となる米を食いつなぐ方法を教えている。そして米の不足を示している。ただし、この言葉は三野町だけではなく、徳島市川内町の古老からも聞いたこともあり、庶民は米作地帯であっても、現在のように白米のご飯を食べることはまずなかったということになる。

\*1 徳島市丈六町長尾62-8

## 2) 麦

主食について聞くと、まず麦飯の話が出てくる。

(1) ヨマシて炊く丸麦 カラウスで搗いた丸麦と水を釜に入れ、沸き上がったら火を止めて蒸らし、時間をおいてもう一度炊くことをヨマスという。麦だけでは腹持ちが悪いので、中に米を少し入れて炊くことが多い（里分全域）。米の割合が多いご飯は羨ましがられた。このご飯も、米の多い部分を神仏に供え、年寄りに食させ、弁当に入れると、後は麦ばかりが残ったそうだ。

(2) 丸麦だけを炊く 山分の全く米の穫れない地域では麦だけの飯ですばく飯といった。粘り気があって、米を混ぜるよりおいしかったそうだ。太刀野山では、昭和30年ころまで食べた。ヨマシた時の上澄みに砂糖を加え、赤ちゃんの乳代わりにもした。

(3) 押し麦の普及 大正末より、丸麦のようにヨマス必要のない押し麦が普及し始めた。芝生など商家のある里分で主に食し、山分では終戦後になってからとなるが、味は丸麦の方が良いそうだ。

### 3) 米・麦に代わる雑穀とイモ

山分の主生産物は麦とタバコで、タバコの収穫後にソバ、アズキ、ダイズ、その他を作った。

(1) ソバ ソバ米、ソバダンゴ、ソバきり

(2) コキビ・アワ・タカキビ 餅、ご飯

(3) サツマイモ 忘れてならないのはサツマイモで、主食の役割を十分に果たす重要な食べ物であった。特に山分では作付けも多く大事な食料で、戦時中も切り干しイモは里分の人にとっては羨む食材であった。イモは床下のイモツボに保存し1年中食べていた。秋も深くなり気温が下がり始めると、軒下に生干し、茹で干し芋が干される。

はんぱくべんとう 半麦弁当 米と麦の混ざった弁当でなく、麦半分にイモ半分の弁当も喜ばれたそうだ。

## 3. 主食のバリエーション

### 1) オミイサン（雑炊）

先に「1合雑炊2合粥」と書いたが、雑炊、オミイサンはよく食べられていた。特に冬の夕飯（おようめし）には喜ばれた。コイモ・人参・大根・ダイコバ（大根の葉）・白菜など、その時にある野菜を入れ、味噌で味付けをした。

ここで主食を食べ易くする調味料、味噌・しょう油・塩について述べておく。

味噌は自家製、畑で作った麦でコウジを作り、大豆を炊き、立ち杵で搗いてコウジと塩を混ぜ、味噌コガに詰めて保存する。3年物が一番味が馴染んでおいしいといわれる「ねさし味噌」だ。特に寒の水が良いと、寒い時期に造る。現在は各家での味噌造りは減り、生活改善グループなどで造っている。

しょう油も今では作られなくなったが、自家製だった。小麦を煎ってコウジを作り、ソラ豆・ダイズを原料に作る。しょう油を絞った後の「しょいの実」はご飯のおかずにした。

塩は、里分では帆掛け船が鳴門の撫養から吉野川を遡り、その他の物資と共に芝生の角ノ浦に着いた（撫養砂糖と言ったりもした）。山分（滝奥）では讃岐の丸亀辺りからの行商が、イリコなどと一緒を持ってきていた。

### 2) 挽き割りズシ

丸麦のクダケ（割れたもの）や麦を粗挽き（挽き割り）にしたものに米を少し入れ、具をまぜるカキマゼズシのことである。具はその時期に穫れる野菜や山菜（ゴボウ・人参・ダイコン・松茸・フキ・コンニャク・タケノコ）で、甘く煮た煮豆を入れる。アブラゲやチクワが入ると上等であり、特別な時に食べるご馳走であった。

一年中で一番のご馳走は祭りのおすしだ。里分ではボウゼ・アジ・サバなどの魚ズシを作る。減多にブエン（無塩）の魚は食べなかったので、祭りは楽しみだった。山分では塩サバは上等で、ブエンの魚は昭和40年代になってから食べるようになった。

### 3) ヒラゴメ

苗代に使った<sup>もみ</sup>粉の残りを1週間くらい水に浸けると、芽が出始める。水を切って釜で煎る。白で搗いてもみ殻を取り、乾燥させる。できたヒラゴメはお湯に浸し塩を入れて食べたり、そのままをオヤツに、また山仕事に持って行ったりした。（県内の他地域では「ヤゴメ」ともいう）粉を消毒するようになってからは作らなくなった。

### 4) もち

正月用にとっておいたアワ・コキビ・タカキビ・もち米で沢山搗いた。<sup>もちこめ</sup>餅米を多く入れて搗いた餅は

年寄り用である。

#### 5) ソバキリ・ソバゴメ雑炊・ホウハン (飽飯)

ソバはご馳走であった。粒や粉にして食べる。

(1) ソバきり 現在食べているそばと同様に、ソバを打ち、細く切り、茹で、イリコの出汁で食べる。

(2) ソバゴメ雑炊 ソバを大釜でソバの口が張るまで (ソバ殻の口が開くまで十分に) 塩を入れて茹で蒸らしておく。汁を切り、天日で干し、カラウスで搗くと殻が取れ、ソバゴメができる。ソバゴメを炊き、野菜やアブラゲを入れたイリコ出汁のすまし汁を上にかける。

(3) ホウハン 里の方ではあまり作られていない。ソバゴメ7、米3の割でご飯のように炊き、ソバゴメ雑炊と同様に具入りの出汁をかける。滝奥地区では、ホウハンは正月に食べる特別なご馳走で、正月の年始回りの客に出した。出汁の具にはカシワやチクワとゴボウ・人参・里芋などの野菜を入れ、各家で具の内容を競った。また普段には、冷やご飯をざるに入れ、蒸して温かいところに出汁をかけたものもホウハンと言った。

#### 6) サツマイモ

山分では昔から多く栽培されていた。ジャガイモやカボチャは昭和になって作られるようになったので、サツマイモが一番馴染みが深い。現在でも干し芋は作られている。主食としてではなく、地域の特産物として日曜市などで販売されている。

##### (1) 白干し、シロコッパ (生干しイモ)

\*イモ切り シロコッパを挽いてイモ粉にする。粉を練り、つなぎに野生のノソバ (カンボク・落葉広葉樹) の葉を乾燥させ、粉にして入れるとねばりが出る。割合は2升のイモ粉に大きじ2杯のノソバの粉を練り込み、後はソバと同様に延ばして細く切り、イリコの濃い目の出汁で食べる。「田野々では今でも人 (客) が来た時に作っている」(山下さん談)

ノソバの葉は採り時があり、5月の10日前後3日くらいの間に葉の状態を見て採る。時期がずれると葉が粉にならないそうだ。ノソバのない人はメリケン粉を入れる。

干し芋は、ご飯を炊くときに入れたり、粉を丸めて茹でてキナコをつける (湯ダンゴ)。

##### (2) イデボシ (茹で干しイモ) 干して白い粉

を吹くようになるとおいしい。そのまま食べてオヤツに、アズキや米と一緒に炊いて食べる。



滝奥で今も干されているイデボシ (橘禎男氏撮影)

#### 7) その他

うどんはご馳走だった。山分では讃岐から、さぬきのオバサンが持って来ていた。

## 4. おわりに

三野町や県内の農村では、麦の耕作が積極的に行われ、「米は売るもの、麦は食べるもの」と米は別格であった。少ない米をいかに食いつなぐか、麦や雑穀をおいしく食べる方法が考えられ、先人の知恵として受け継がれてきた。しかし、麦・ソバ・アワ・キビなどの食事は腹持ちが悪く、1日4回、農繁期は5回も食べたという。間をつなぐのはイモであった。食生活は変わった。用水路が山分でも整備されて米の生産が可能になったり、自由に買うこともできるようになって、主食の王座を占めていた麦は米に取って代わられた。

あるものを工夫して食べることも無くなってきた。滝奥の小山さんは「正月の年始回りで食べたホウハンはおいしかった。今では年始回りもしなくなった」と話した。地域の付き合い方も変わった。

バラエティーに富んだ昔の主食は、今では身体のためにより珍しい郷土料理となっている。

調査に当たりご協力いただいた次の各氏に、お礼を申し上げます。(敬称略)

今津サツキ (大正5年) 芝生、大西テル子 (大正11年) 芝生、山本トヨ子 (大正13年) 田野野、志磨久美子 (大正15年) 東川原、山下恒子 (昭和5年) 芝生上、小山喜代 (昭和10年) 滝奥。

## 文 献

三野町誌編集委員会編 (1974) : 『三野町誌』。

徳島県老人クラブ連合会 (1988) : 『阿波の語りべ』。