

「岡山県の食習俗－岡山県における食習俗調査報告書－」から 見た岡山の郷土料理

Related Current Local Dishes and Eating Habit Survey Results of Okayama Prefecture in 1950

(2015年3月31日受理)

森 恵 子

Keiko Mori

Key words : 郷土料理, 昭和20年代, ばらずし, 米料理, 食習俗調査, 伝承

要 約

食事は毎日毎日繰り返される日常の一コマである。その中で「伝承の味」として、各地域で継続的に作られ、食べられている郷土の料理が存在する。昭和20年代の岡山の食習俗を収載した「岡山県の食習俗－岡山県における食習俗調査報告書－」¹⁾から昭和20年代に土地、土地の人々が地方特有の食物として食べていた料理や鮭を取り出し、現在の岡山の郷土料理にどのように受け継がれているかを考えた。現在では見られない料理に「蜂の子飯」や「うなぎ茶漬け」、「おけじゃ」、「うちご」等がある。その理由として、食材が入手できない。自分で作らなければ食べていけない時代には時間をかけて作ったが、様々な食べ物の入手ができる今日では作ってまで家庭で食べる必要がない。平成の今日、人々の嗜好に合わなくなった等があげられる。一方、ばらずしやままかり鮭、鯖鮭などは郷土料理として今でも作られている。しかし、今日、郷土料理として挙げられているこれらは家庭で作って食する料理から商業ベースで作る料理として残っているのではないか。家庭で手軽に作ることで、今日の調理環境や嗜好に合わせた工夫を加えた新たな郷土料理の出現が待たれる。

1. はじめに

岡山の郷土料理とは聞かれたら、岡山県人はおそらく全員が「ばらずし」と答えるのではないだろうか。「ばらずしの他にはどんな料理がありますか」と問われたら、そこで初めて十人十色の答えが返ってくるのではないかと思われる。

食事は毎日毎日繰り返される日常の一コマである。そのため、食べ物や飲み物は、日常的に作られ、消費されるもので個人の嗜好や調理する人固有の味付けがある一方、その時代や地域の食糧事情や流行に左右され、様々に変化をしていくものである。その中で「伝承の味」として、各地域で継続的に作られ、食べられている郷土の料理が存在する。

岡山の大正から昭和にかけての食習俗は、大正末から昭和初期の各地の食を紹介する「日本の食生活全集」の「聞き書 岡山の食事」から知ることができるが、昭和20年代の岡山の食習俗を収載した「岡山県の食習俗－岡山県における食習俗調査報告書－」¹⁾があり、本書から、戦後の日本全体が画一的な生活様式になってきた以前の岡山の各地域独特の食習をうかがうことができる。

そこで、「岡山県の食習俗」から昭和20年代に土地、土地の人々が地方特有の食物として食べていた料理や鮭を取り出し、現在の岡山の郷土料理にどのように受け継がれているかを考えることにした。

2. 現在の岡山の郷土料理

平成19年に、農林水産省は全国各地に伝わる郷土料理のうち、農山漁村で脈々と受け継がれ、かつ「食べてみたい・食べさせたい・ふるさとの味」として国民的に支持される料理を「農山漁村の郷土料理百選」として選定した。この農山漁村の郷土料理百選の選定基準郷土料理とは、「それぞれの地域独特の自然風土・食材・食習慣・歴史文化等を背景として、地域の人々の暮らしの中での創意工夫により必然的に生まれたものであり、家族への愛情や地域への誇りを持ちながら作り続けられ、かつ地域の伝統として受け継がれてきた調理・加工方法による料理」であるとしている。言い換えれば、郷土料理とは「農山漁村の生産や暮らしの中で生まれ、育まれ、地域の伝統的な調理法で受け継がれてきた料理で、かつ、現在もそれぞれの地域でふるさとの味として認知され食されている料理」であるといえる。岡山県の郷土料理として岡山ばらずしとままかり寿司が百選に入っている。この2つの料理以外に岡山県の郷土料理百選の候補料理として、あみだいこん、岡山ずし、ケンビキ焼き、こけらずし、サバずし、サワラのこうごずし、シジミ汁、鯛の浜焼き、どどめせ、蒜山おこわ、フナ飯、ままかり(さっぱ)、祭りずし、むらすずめが挙がっていた²⁾。

平成22年に岡山県栄養改善協議会が発行した「～大切にしたい、岡山の味～郷土料理レシピ集」には13点のレシピと郷土料理マップ(図1)が掲載されている。13点の郷土料理はピーナツ豆腐とそばどじょう鍋の他は米料理となっている³⁾。

3. 岡山県の食習俗

—岡山県における食習俗調査報告書—

「岡山県の食習俗」は、昭和36年3月に岡山県から発行されている。この「岡山県の食習俗」には、昭和25年に日々の食習慣を「食生活習俗採集手帳」にそって県内75市町村から採集された670冊の記録が、昭和36年3月当時の市町村別に、最終手帳に書き込まれたとおりに収載されている。

「食生活習俗採集手帳」は、主食、代用食、副食物、調味料、汁物、豆腐・蒟蒻、特殊な食習、鮓、栄養食、



図1 岡山の郷土料理マップ

妊婦の食習、幼児の食習、特定日の食習、共同の食習、食事、甘酒・濁酒の15項目に渡り76の質問から構成されている。

4. 方 法

15項目の質問のうち、特殊な食習の項「地方特有の食物とか、料理法というのがありますか。(例・邑久郡のゴ汁、作州蜂の子飯など)」及び鮓の項「鮓はどういう種類のを作りますか、その季節(例・岡山のバラ鮓、作州の鯖鮓等)」から地域ごとに料理の分類を行った。料理は米料理とその他の料理に分け、さらに米料理は鮓、混ぜ飯、汁かけ飯、炊き込みご飯、おこわ、雑炊、茶漬け、その他に細分した。なお、混ぜ飯は、炊きあがった飯に具材を混ぜるものとし、米に具材を入れて飯に炊き上げる調理法をとっているものを炊き込みご飯とした。その他の料理は麺等の主食、魚や肉、大豆製品等を使った主菜と野菜を主に使用した副菜と汁物、そして漬物に分類した。

地域は、現在の市町村を県南東部、県南西部、高粱・新見、真庭、津山・英田の5地域に分け(表1)、さらに、岡山市は北区、中区、南区、東区に、倉敷市は倉敷地区、児島地区、玉島地区、水島地区、庄地区、茶屋町地区、船穂地区、真備地区に採集協力者の採集当時の採

集地を当てはめていった。

表1 地域別市町村

県南東部	県南西部	高梁・新見	真庭	津山・英田
岡山市	倉敷市	高梁市	真庭市	津山市
玉野市	笠岡市	新見市	新庄村	美作市
備前市	井原市			鏡野町
瀬戸内市	総社市			勝央町
赤磐市	浅口市			奈義町
和気町	早島町			西粟倉村
吉備中央町	里庄町			久米南町
	矢掛町			美咲町

5. 「岡山県の食習俗－岡山県における食習俗調査報告書－」にある米料理とその他の料理

(1) 米料理

1) 鮎

表2-1, 2-2に地域別鮎の一覧, 表3に「岡山県の食習俗」に記載されていた鮎の作り方を示した。県南

では、ばら鮎、つなしやママカリの姿鮎、県中山間部や県北では鯖鮎に代表される姿鮎や狐鮎等が作られていた。このほか、各地で巻鮎や押抜き鮎、箱鮎も作られていた。

ばら鮎は散らし、五目鮎ともいわれ、四季を通じて作っていた。季節により使用食材は違っており、春には鱈、ひら、えび、あさり、筍、蒨、木の芽、夏はしくち、たこ、秋は鱧、もえび、灰貝、松茸、椎茸、冬はえび、あなご、蓮根等の他、季節を問わず、牛蒡、干瓢、人参、高野豆腐などを使っていた。

姿鮎は、丸鮎、つけ鮎、はさみ鮎、いずしと各地でその言い方は違っているが、酢につけておいた魚を開いて酢飯を詰めたものである。白石島ではハラミ鮎と言って結婚式に子供の出来るようにと作られた。つなしやこのしろ、いわし、ままかり、鮎、鯖(塩鯖)と様々な種類の魚が使われており、さばき方も背開き、腹開きと地域によって異なっていた。

鮎は、祭りや法事、御講の時に作られたが、日常的には、季節の野菜を主として五目(五目鮎)を作っていた。

表2-1 鮎の分布(県南東部および県南西部地域)

地域	料理名	季節, 食材等
県南東部	岡山市北区	ばら鮎 春, 秋, 5月の魚島, 年中, 春は筍, 蒨, 干瓢木の芽, 鱈, 秋は茸, はも, 椎茸, 干瓢, 灰貝
	岡山市南区	青江のうなぎ鮎 昔あった
		新田のいな鮎 ばら鮎 春は鱈, ひら, えび, 夏はシクチ, 蛸, 秋は鱧, もえび, 松茸, 冬はえび, あなご
	岡山市東区	ツナシの丸鮎 8~9月
		ばら鮎
		わりなの鮎 わりな(ずいき)を干瓢の代わりに使用
玉野市	散らし(ばら鮎) 巻鮎 こんこん鮎(狐鮎)	
吉備中央町	ばら鮎 鯖鮎(つけ鮎) つなし鮎 ままかり鮎 巻鮎 押抜き鮎 狐鮎 年中 秋祭 鯖のないときは, つなし, ままかりを使う 年中, 殊に春の時季 年中, 殊に春の時季 油揚げに飯を詰める。	

県南西部	倉敷市児島地区	散らし (ばら鮓) 巻鮓 こんこん鮓 (狐鮓) 丸太鮓 (握り鮓) 押抜き鮓	
	笠岡市	ままかり鮓 (握り鮓) つなしの姿鮓 姿鮓 (ハラミ鮓, はさみ鮓) 鰯鮓 五目鮓 ばら鮓 巻鮓 箱鮓	秋, 秋祭 四季を通じて作る。結婚式に子どもができるようにと作る。 秋・冬 お講などには, 巻ずし3切れ, 箱鮓2切れと決まっていた。
	井原市	ばら鮓 巻鮓 つなし鮓 鯖鮓 いずし きつね鮓, こんこん鮓	年中, 祭日, 夏分 弁当, 祭日, 法事 秋祭 秋 (秋祭), 冬 つなし, このしろ, ままかり, 魚は背割り
	総社市	丸鮓 鯖の丸鮓 鮎の握り鮓	

表2-2 鮓の分布 (高梁・新見, 真庭および勝英・津山地域)

地域	料理名	季節等
高梁・新見	ばら鮓	年中, 祭日
	巻鮓	年中, 祭日, 法事, 弁当
	鮎の丸鮓	夏
	稲荷鮓 (こんこん鮓)	
	箱鮓 (オシヌキ)	
	親子まき	年中
	丸鮓	つなし, このしろ, 秋祭
	鯖の握り鮓	秋祭
真庭	ままかりの丸鮓	たまに作る
	油揚鮓	秋祭
	鮎鮓	夏
	鯖鮓	秋祭
	鰯鮓	秋
	こけら鮓	秋祭
	ばら鮓	
	巻鮓	
押抜き鮓		
握り鮓		
津山・美田	美作市	鯖鮓
	美咲町	鯖鮓

表3 鯧の作り方 ※ 「岡山県の食習俗」に記載されていた作り方

鯧の名称 (現市町村名) 《旧町村名》	作 り 方
五目鯧 (笠岡市) 《神島外村》	①牛蒡、干瓢、人参など季節のものや高野豆腐、昆布を小さく賽の目切し、味を付ける。 ②別に米飯を炊いて酢、塩、砂糖で味付けする。 ③味付けした飯に①の野菜を混合する。
ばら鯧 (笠岡市) (神島外村)	①少し塩味で炊いた飯に鯧の具を加える。「ゆりわ」の中で混ぜる。 ②飯味の砂糖、酢、塩など目加減 ③鯧の具は、牛蒡、人参、えび、アサリ、干瓢、椎茸、松茸、筍、蓮根など季節のもの
ばら鯧 (高梁市) 《湯野村》	①生魚がないので野菜に味を付け、酢を混ぜた五目飯ともいえる ②麦飯で平素でも作るが、米では平素は作らない。
姿ずし (笠岡市) 《白石島、北木島》	①季節に関係なく、その時季の魚の背を割り、骨をとり、酢に漬ける。 ②別に酢で味付けした飯を握る。 ③それを魚に詰め込む。
丸鯧(鮎) (総社市) 《秦村、総社町》	①小さい鮎を背開きにして骨をとり、塩をする。(鮎の腹をあけ、2時間ほど塩にあてる。) ②酢につけ、白くはぜたら取り出し、その酢で酢飯を作る。 ③目玉のところに生姜を入れ、にぎった飯を鮎にのせる。(鮎の腹の中に握りを入れる。) ④木箱に詰めて重しをして、1日して食べる。
丸鯧(鯖) (総社市) 《阿曾村》 (美咲町) 《三保村》	①鯖の腹を縦割り、きれいに洗い、塩で一昼夜付けておく。 ②酢を入れる。 ③飯に酢と砂糖で味をつけ、鯖の腹に一杯詰める。 ④石で重しをかける。(すし桶に詰め、上に竹の皮を敷いて蓋をして、重しをかける) ⑤それを四つ切りか、五つ切にして出す。
鯖鯧 (美作市) 《讚甘村》	①塩鯖の塩出しをして骨をとる。 ②別に米飯を炊いて酢、塩、砂糖で味付けする。 ③鯖の腹の中一頭の中まで一酢飯をいれる。 ④すし桶を重ねて押蓋をかけ「押し」を置く。 ⑤1～2日なれさして後、取り出し輪切にする。
こけら鯧 (真庭市) 《八束村外》	①笹の葉に握りずしを置く ②その上に魚の酢漬を張り付ける ③これをきちんと箱か桶に詰めておく

2) 混ぜ飯、汁かけ飯、炊き込みご飯、おこわ、雑炊、茶漬け、その他の米料理

表4-1に混ぜ飯、表4-2に汁かけ飯、表4-3に炊き込みご飯、表4-4におこわ、茶漬け、雑炊、その他の米料理の地域別の一覧、表5-1、5-2に混ぜ飯等の作り方を示した。

混ぜ飯として、中山間部や県北の各地で蜂の子飯が作

られていた他は、岡山市南区(旧児島郡小串村)ではばら鯧と同じ材料を使った五目飯、真庭市(旧月田村)では菜飯やおから飯があげられていた。

汁かけ飯は、鮒やずがに、さわがに、牡蠣、チヌやハネなどの魚、山鳥、兎、山芋を使って作られていた。県南では、とんとん汁(鮒のかけ汁、鮒飯)、中山間部や県北では山芋汁(とろろ汁)、くさぎなのかけ飯、沿岸

部ではさつま汁（ぎよはん、さつま飯、さつま味噌）が作られた。兎や山鳥がとれた時にはその肉を使って汁かけ飯が作られた。

炊き込み飯は、時季にとれる野菜や魚（鮎やひらめ等）を使って作られている。そら豆を入れた「おけじゃ」は地域によって作り方は異なっているが県南や県北で作られている。これらの米料理は、塩あるいは醤油で味付け

されており、矢掛町旧川面村では、鮎飯を米1升到醤油1合入れて炊いている。

おこわは真庭の大山おこわのみが記載されていた。かば焼きにした鰻を炊きたての飯に載せ、熱い茶をかけて食う茶漬けが県南に見られた。鮎やあさりや皮で取れた雑魚を入れた雑炊が作られていた。

表4-1 混ぜ飯の分布

地域		料理名	季節, 食材名等
県南東部	岡山市南区	五目	冬はえびを入れてばら鮎と同じ材料を使って作る。
	赤磐市	蜂の子飯	布都美村
真庭	真庭市	蜂の子飯	秋上げの時
		菜飯	普通の飯に大根または白菜を混ぜる。
		おから飯	おからを混ぜた飯
津山・英田	津山市	蜂の子飯	秋、ときに牛蒡、ずいき芋（里芋）を入れるとたいへんおいしい。地下に巣をかける穴蜂の子がよい。
	美作市	蜂の子飯	
	鏡野町	蜂の子飯	
	美咲町	蜂の子飯	

表4-2 汁かけ飯の分布

地域		料理名	季節, 食材名等
県南東部	岡山市北区	くさぎなのかけ飯	
		山鳥のかけ飯	
	岡山市東区	鮎のかけ汁	
		ずかへのかけ汁	かへのかけ汁
	岡山市南区	とんとん汁	鮎飯, たたき汁 冬期の料理
	玉野市	牡蠣飯	牡蠣と牛蒡, 人参の醤油汁をこしらえ, 飯にかけて食う。
備前市	山芋のとろろ汁		
県南西部	倉敷市児島地区	さつま汁	大きな魚（チヌ, ハネ, イナ, 鯛）を使う。夏から秋にかけて食う。
		ぎよはん	
		鳥飯	
	倉敷市庄地区	鮎飯	各地で作る
早島町	鮎飯		
笠岡市	さつま味噌		
高梁市	やまかけ		
真庭	真庭市	兎飯	
		とろろ汁	
	新庄村	とろろ汁	

津山・英田	津山市	とろろ汁 蟹のかけ汁	
	美作市	山芋汁	
	鏡野町	とろろ汁	山の芋（じねんじょう）は材料が多いので誰でも年2、3回は口にする

表4-3 炊き込みご飯の分布

地域		料理名	季節, 食材名等	
県南東部	備前市	おけじゃ おけじゃ 柿飯	そら豆の出来た頃, そら豆を炒って, 少し水に浸し, 米に混ぜて炊く。 夏分, 御飯が酸っぱくなったときに作る 10月ごろ, 西条柿を細かく切って米と炊く	
	倉敷市 児島地区 真備地区	つつこみ飯 醤油飯 鮎飯		
		笠岡市	栗飯	
県南西部	井原市	大根飯	「よなかり*」に大根飯を食う	
	総社市	鮎飯		
	矢掛町	鮎飯	米1升到醤油1合, 葱, 油揚, 鮎数匹	
真庭	新見市	ひらめ飯	ひらめ(ヤマメ)の身, 醤油味	
津山・英田	津山市	松茸飯 青豆飯 栗飯	松茸(輪または長方形に切る), 茹でとり, 砂糖, 醤油で味付け 完熟しない前の蚕豆(そら豆)	
		美作市	おけじゃ 栗飯	そら豆, ただ米, 糯米
		鏡野町	かじか飯	川底にいる雑魚
	真庭	真庭市	ふき飯 鮎飯	

*「よなかり」: 粃摺りは, よなかりと言って土唐臼を手廻しするか, 手を使い, 午後3時ごろから夜の10時頃までかかって5俵くらい摺っていた。

表4-4 おこわ, 茶漬, 雑炊, その他の米料理の分布

地域		料理名	季節, 食材名等
県南東部	岡山市北区	おはぎ うなぎ茶漬	
		岡山市東区	うなぎ茶漬
	玉野市	うなぎ茶漬 児島の茶粥	ほうじ茶を袋に入れてよく煮出し, 米を入れて炊く。
		備前市	記載なし うなぎ茶漬
	瀬戸内市	貝雑炊	あさり貝をよく洗って, 米と一緒にそのまま炊く。寒い季節によくする。

県南西部	倉敷市児島地区	あなご茶漬け	
	井原市	やっこめ 雑炊, おじや うけじゃ	粃のまま水に2昼夜位浸し, せいろで蒸し, それを火力で乾燥し, 精米にして食う。 大豆, 米, 大根, 塩, 今では殆どしない
寧ろ	高梁市	やまかけ	
真庭	真庭市	大山おこわ	
津山・英田	津山市 美作市 鏡野町	鮎雑炊 雑魚茶漬け 鮎雑炊	米飯に若鮎を入れて味噌味で煮込む。

表5-1 代表的な米料理(混ぜ飯, 汁かけ飯)の作り方 ※「岡山県の食習俗」に記載されていた作り方

種別	料理名	(現市町村名) 《旧町村名》	作り方
混ぜ飯	蜂の子飯	(美作市)《大野村》	①蜂の子を砂糖と醤油で煎り付け, 火を引く前の釜の中に入れて蓋をしてよく蒸す。
		(津山市)《一宮村》	①蜂の子を油で炒め, 飯に混ぜ, 醤油で味を付ける。
		(津山市)《高田村》	①蜂の子を油で炒め, 味をつけ, 飯に混ぜる。
		(鏡野町)《泉村, 羽出村, 上斎原村, 香々美北村》 (津山市)《上加茂村》	①蜂の子を巢より抜き, 蜂の子を油ですわびるまで炒める。 ②それに牛蒡, 葱, 人参などを入れて味を付け, 煮て, 飯が煮立ったところに上から入れる。 ③出来上がったら火からおろし, 混ぜ合わせる。
汁かけ飯	くさぎな かけ飯	(岡山市北区) 《建部村》	①くさぎ菜を茹でて水に浸し, 数日間そのまま水につけておく。 ②浸しておいたくさぎ菜と魚を一緒に煮て, 飯にかけて食う。
	たとんとん汁 (鮎飯)	(岡山市南区) 《藤田村, 興除村, 灘崎町》 (岡山市東区) 《浮田村, 湯瀬村, 九幡村, 豊村》	①鮎をきれいに料理をし, 包丁でとんとんと細かくたたき切りにする。 または, 鮎を頭や骨のままミンチで粉碎する。 ②鮎を鍋に入れ, 油で炒める。 ③水を入れ, 葱, 人参, 牛蒡, 大根, 油揚げを入れて醤油汁にする。 ④温かい飯にかけて食う。
	さつま汁(さつま飯)	(倉敷市児島地区) 《琴浦町》 《福田村》	①チヌ(黒鯛)を焼いて身だけ取る。アラでだしをとる。 ②胡麻をよくすり, みそを混ぜ, そのまま搗鉢を逆にしてとろ火で焼く。 ③焼けたら, これにチヌの身, 砂糖を混ぜ, よくする。この中にとろりとするまでだしを加える。 ④温かい飯にかけ, さらし葱をふりかける。※福田村では, だしの代わりに濃い茶を注ぐ。
	ぎよはん	(倉敷市児島地区) 《琴浦町》	①チヌまたは鯛を焼いて身だけ取り, でんぷのように細かくたたく。 ②アラでだしをとり, 牛蒡, 人参, 葱などの野菜を入れ, 醤油で味を付ける。 ③温かい飯に魚肉をのせ, 細切にした芹とちんぴん(蜜柑の皮を細く切ったもの)を少しふりかける。 ④出し汁をかけて食う。
	さつま味噌	(笠岡市) 《真鍋島》	①味噌に焼き魚の身を粉末にしてよく混ぜ, 何回も火にかけて充分焼く。 ②それに熱湯をかけて適当な粘りにして, 葱, 生姜または唐辛子粉などを入れ, 飯にかけて食う。

汁かけ飯	鳥飯	(倉敷市児島地区) 《琴浦町》	①小鳥(鶉, 百舌, 鴨など)の毛を採り, 骨も肉と細くたたき, 小さい団子にして醤油につけておく。 ②別にいりこ(いりぼし)でだしを取り, 牛蒡, 人参, 里芋などを細かく切って入れる。 ③汁に肉団子を落とし, 醤油で味付けし, 温かい飯に細かく切った芹をのせ, 汁をかける。
	山鳥のかけ飯	(岡山市北区) 《福渡町, 鶴田村》	①料理した鳥を茹で, 小さくさき, 炒め, 砂糖, 醤油で味を付ける。 ②牛蒡, 人参などの野菜を小さく切り, 炒め, 砂糖醤油で味を付ける。 ③飯の上に肉と野菜をのせ, 肉の茹で汁に醤油で味を付けた汁をかけて食う。
	やまかけ	(高梁市) 《落合町》	①鰹でだしをとって醤油で辛目の汁を作って冷やしておく。 ②別にマグロ, または鰯, 鰹を賽の目に切り, 生姜, 辛子粉を混ぜ, 温かい飯にかけて食う。
	山芋汁(とろろ汁)	(美作市)《大吉村》 (津山市)《神馬村》 (鏡野町) 《芳野村, 羽出村, 上斎原村》	①山芋をおろし, よくすり鉢でする。 ②煮出し汁をぼとぼと落としながらすりこ木でよくすり混ぜる。 ③だんだん出し汁を入れる量を増やし, どろりとなったらやめる。 ④熱い飯(柔らかめの飯, 麦飯)にかけて食う。 ⑤春菊や葱の葉味を入れてもよい。
	蟹のかけ飯	(津山市) 《阿波村》	①さわがにを生きたまま, 石臼にいて搗きつぶす。 ②平鍋に金篩(ふるい)で通し, 葱, 牛蒡, 人参などを入れる。 ③醤油で味付けして煮込み, 温かい飯にかけて食う。

表5-2 代表的な米料理(炊き込みご飯, おこわ, 茶漬け)の作り方 ※「岡山県の食習俗」に記載されていた作り方

種別	料理名	(現市町村名) 《旧町村名》	作り方
炊き込みご飯	おけじゃ	(備前市) 《香登町》 《日生町》	①そら豆を炒って, 少し水に浸し, 米に混ぜて炊く。《香登町》 ①少し炒った玄米とそら豆を酢ばくになった飯に入れて普通に炊く。《日生町》 酢ばくになった飯1升, 玄米2合5勺, そら豆2号5勺
		(美作市) 《福本村》	①そら豆を煮て皮をとる。 ②それをただ米, 餅米を当分位に混ぜものと一緒に普通の飯よりやや柔らかめに炊く。 ③砂糖か塩で味をつけ, 手にぎりにして出す。
	つつこみ飯	(倉敷市児島地区) 《福田村》	①魚を上において飯を炊く。 ②魚の骨を外して身をご飯に混ぜる。そのとき醤油を入れる。
	鮎飯	(総社市) 《秦村》	①鮎をちょっと焼いて身をとる。 ②鮎の身と季節の野菜もしくは葱だけを入れて, 醤油味で炊き込みにする。
おこわ	大山おこわ	(真庭市) 《八束村》	①兎か鶏肉をいれて五目飯の具を炊く。小豆を硬めにしておく。 ②糯米を洗って, 一昼夜水にかす。 ③米をざるに揚げ, 小豆と五目飯の具を混ぜ, せいろで蒸す。具の煮汁を打って味を調える。
茶漬け	茶漬け	(倉敷市児島地区) 《下津井》	①あなごを照り焼にし, 炊き立ての米飯の上に3~4切れのせる。 ②照り焼きに使ったたれをかけ, 熱いお茶をかけて食う。
	茶漬け	(玉野市) 《八浜町》	①炊き立ての飯に鰻の蒲焼とたれ(焼き汁)をのせる。 ②茶(熱い番茶)のよく出たのをかけて食う。沢庵のおかずで食う。

(2) その他の料理

その他の料理を副食等として地域別の分布を表6-1, 6-2, 6-3に, 作り方を表7に示した。

1) 主食(米以外を材料にした, 米に変わる主食として食べられていた料理)

岡山市東区《太伯村》や瀬戸内市《長浜村》ではにゅうめん(うどんの餡かけ)といってうどんに汁粉をかけて, 瀬戸内市《裳掛村, 長浜村》ではいとこ煮(南瓜雑煮)を食べていた。高梁市《落合村》では, 小麦粉の団子を入れた汁粉, やせ馬, 笠岡市《白石島, 神島外村》, 井原市《荏原町》では, さつまいもを主に使ったカンコロ団子やおねりが作られていた。そばを使った料理とし

ては笠岡市《神島外村》や矢掛町《山田村》にねり粉, つり粉, おねりを食べていた。

2) 主菜(魚や肉, 豆等を主に使った料理)

大豆を粉にして団子にし, 煮物や汁にした料理が様々な呼び方で各地に作られていた。大豆をすり潰して味噌汁にしたご汁も各地で作られていた。地元で取れる魚は二杯酢や味噌和え, 酢味噌和え, 佃煮や汁にしていた。

3) 副菜(野菜を主に使った料理), 漬物

麺を入れないで小豆と南瓜を炊きたいとこ煮が県南東部に見られた。地元で取れる野菜や山菜を煮物や漬物, 胡麻和え, 胡麻味噌和え, 白和えなどにして食べていた。

表6-1 副食等の分布(県南東部)

地域	種別	料理名	作り方, 材料, 季節等	
県南東部	岡山市北区	主菜	うちご	夏の料理, 大豆
		副菜	すぎなの煮付	すぎなの柔らかなのを採り, 茹でてみじん切にし, 醤油で煮付ける。(いりこだし)
		〃	いとこ煮	小豆, 南瓜
		〃	茄子もみ	
		汁	ご汁	未成熟の大豆をすり潰し, 味噌汁に入れる。
	岡山市南区	主菜	ベラタの酢味噌	
	岡山市東区	主食	にゅうめん	小豆(ささげ)を煮て汁粉にして, 茹でうどんにかけて食う。
		主菜	白魚の卵とじ	白魚の清まし汁を卵とじにする。にらを浮かせる。
		〃	鯰のくずし	鯰の身だけをすり潰し, 調味料を加え, 醤油汁にする。
		〃	いなせごしの二杯酢	
		〃	鮎の味噌ぬた	
		副菜	しじみの佃煮	
		〃	いとこ煮	南瓜雑煮, 虫おろしになるといって作る。
		〃	海苔の佃煮	
		〃	海苔の酢味噌	
		〃	干菜の煮付け	寒漬大根の蓋にする干菜を小さく切り, 醤油と砂糖で煮付ける。
		汁	どじょう汁	
		〃	粕汁	鯛, 鮭, 鰯などの塩物, 人参, 牛蒡, 葱, 油揚げ, 酒粕, 塩または醤油
		〃	ご汁	
〃	鱈の白みそ汁	鱈, 牛蒡, 茄子, 油揚げ等 白味噌		
その他	葡萄汁	葡萄をすり鉢ですり潰し, 布袋で濾して, 砂糖を入れる。		
玉野市	主菜	鰻のスキ焼	2~3分(6~9cm)に切った鰻と季節の野菜をスキ焼のようにして食う。	
	副菜	いとこ煮	さなり, 南瓜, 干瓢, 椎茸, 砂糖, 塩で味付け 精進料理	

県南東部	備前市	副菜	木の芽のおあい	「タロウの木」の若芽をおあいにして食う
		〃	菜種の胡麻和え	
		〃	干瓢の胡麻味噌和え	干瓢の芯
		〃	切干の味噌和え	
	汁	山芋のとろろ汁		
	〃	白藻味噌汁		
	瀬戸内市	主食	いとこ煮（南瓜雑煮）	小豆，南瓜を軟らかく煮，砂糖，塩で味付けし，うどんまたは団子を入れて食う。
		〃	うどんの餡かけ	にゅうめんともいう うどんにぜんざいまたは汁粉をかけたもの
		〃	うけじゃ	そら豆，さつまいもを煮，塩，砂糖で味付けし潰す。冷めたら茶をかけて食う。
		主菜	小魚塩蒸し	真夏でも2～3日はどんなにもならず食欲を増す。
		汁	雑魚汁	夏，田鮎などの味噌汁
		〃	しじみ汁	土用，味噌汁，すまし汁
		〃	ご汁	
	赤磐市	汁	どじょう汁	
	吉備中央町	主菜	打粉豆腐	
		副菜	馬鈴薯の白和え	
		〃	胡瓜の餡かけ	
		汁	野山の豆腐汁	
		漬物	うりの鉄砲漬け	

表6-2 副食等の分布（県南西部）

地域	種別	料理名	作り方，材料，季節等
倉敷市児島地区 真備地区	副菜	ささげ煮	ささげとカンコロ（甘藷の切干）の甘煮
	汁	どじょう汁	
笠岡市	主食	カンコロ	干しさつまいも
	〃	カンコロ団子	カンコロ，ささげ団子，砂糖
	〃	ねり粉	甘藷を煮，塩で味付けし，そば粉を混ぜて食う。
	〃	つり粉	野菜の味噌汁にそば粉をいれてよく混ぜ，代用食にする。
	主菜	鰯の酢味噌	
	〃	も貝の煎付	
	〃	ふかのいびき	鱧を蒸して辛子で食う。明治のころから
	〃	蟹のひりこの三杯酢	
	〃	しゃく（しゃこ），蟹の爪	
	副菜	きめいぶしの酢味噌	ところてん的一种，煮詰めて濾したものを冷やし，酢味噌で食う。
井原市	主食	おねり	甘藷を煮て米粉を入れてよく混ぜ，米粉が煮えたころ，塩味で食う。
	主菜	うなご	大豆
	副菜	梅びしを	ごま，梅干し，砂糖，粥の副食物

県南西部	総社市	主食	びり	青刈をした柔らかな麦の種を臼で挽いて食う
		〃	だいぬか	土臼の台の残っている糠の団子、一番粗末な食事
		主菜	うちご	夏向きの料理 大豆
		〃	玉豆腐	青シソや生姜をのせる。醤油
		汁	ご汁	大豆、葱、大根、醤油
	矢掛町	主食	おねり	屑米や蕎麦、麦などの粉と煮た甘藷を熱湯の中で練り混ぜ、塩で味を付ける。代用食
		副菜	獅子唐辛子焼	獅子唐辛子、味噌、煮干
		その他	柚べし	柚子の皮、砂糖

表 6-3 副食等の分布（高梁・新見、真庭、津山、英田）

地域		種別	料理名	作り方、材料、季節等
高梁・新見	高梁市	主食	やせ馬	汁粉
		主菜	うちご	田植え休みに食う。 大豆
		〃	うち粉団子	明治頃油揚げの代わりに使う。大豆
		汁	うち粉汁	明治時代の夏の料理、大豆
新見市	汁	たぬき汁	狸、蒟蒻、野菜、油、味噌	
	〃	にな汁、になの煎り付け	7月中旬川でになをとり、汁や煎り付けにして食う。	
	〃	ゴリ汁(じゃこ汁ともいう)	ゴリ押し(川をおしてゴリをとる)	
真庭	真庭市	主食	かね団子	葛をとった残りの少し澱粉をふくんだ黒いものを団子にして食う。
		主菜	じゃこの佃煮	小魚をたごと醤油で煮詰める。
		汁	ご汁	
		〃	鱈汁	
	漬物	うどの漬物		
	〃	わらび漬	わらびに熱湯をかけて干し、辛子か粕で漬ける。	
	新庄村	汁	鱈汁	
津山・英田	津山市	主菜	蜂の子の煎り付け	穴蜂や蜜蜂の子を砂糖、醤油、鮭で煎り付ける。
	美作市	主食	そば焼きもち	
		主菜	さなぎ(まゆ)の煎り付け	
		〃	川魚の酢漬	川魚のから揚げ、玉ねぎ、砂糖、酢
		〃	黄豆腐	大豆 雑煮餅の副物
	副菜	いとこ煮	親芋、小豆	
	汁	かに団子汁	川がにをつぶして団子汁にする。	
鏡野町	副菜	蜂の子と茄子の炒り付け		
美咲町	副菜	すずのこの味噌煮	味噌に酒粕を加えると一層味がよい。	
	〃	冬漬の煮付	夏 酸っぱくなった糠漬大根を塩抜きして、いり干し、辛味を入れて炊く。	
	汁	鱈汁	この地方では馳走として賞味される。	
	〃	ご汁	枝豆をすり潰して醤油で味付け	
	〃	狸汁		
	その他	柚子味噌	柚子を二つに割り、その中に味噌を入れて焼く。	

表7 主な副食の作り方 ※「岡山県の食習俗」に記載されていた作り方

副食の名称 (現市町村名)	作 り 方 (作り方の最後の《 》は旧町村名)
うちご (岡山市北区) (総社市) (高梁市)	<ul style="list-style-type: none"> ・大豆を臼で挽いて、水でかためて小さく切り、野菜と一緒に炊き、味を付ける。《大井村》 ・大豆を臼で挽き、団子のようにかいて(練って)、延す。角に切って砂糖醤油で炊く。《阿曾村》 ・生大豆粉を昆布出汁でこね、昆布の上に延し、伊達巻のように巻く。5分位の輪切にして炊く。《総社町》 ・大豆を生のまま挽いて、それを固めて団子にし、汁の中に入れて食う。《平川村》
うなご (井原市)	<ul style="list-style-type: none"> ・味噌豆を臼で挽き、茹で団子にこね、包丁で好みに切り、野菜と一緒に醤油炊きにする。《木之子村》
うち粉団子 (高梁市)	<ul style="list-style-type: none"> ①生大豆を臼で挽き、醤油で適当な軟らかさの団子にし、両面を油で焼く。 ②南瓜、馬鈴薯、茄子等と一緒に煮付ける。《川面村》
うち粉汁 (高梁市)	<ul style="list-style-type: none"> ・生大豆を粉にし、切あらめ、鰯、麩などをに入れて汁にして食う。《川面村》
打粉豆腐 (吉備中央町)	<ul style="list-style-type: none"> ①よく乾燥した大豆を生のまま挽臼でかけて粉にし、水か湯でかき、棒状に固めて、輪切にする。 ②色々な野菜と一緒に煮て食う。《豊野村》
黄豆腐 (美作市)	<ul style="list-style-type: none"> ①生大豆を粉にし、水で硬くねり、コロッケくらいの大きさに丸めて炭火で両面をこんがり焼く。 ②2、3日たってすっかり硬くなったとき、二分位の厚さに切って油揚、白菜などと甘辛く煮る。《吉野村》
小魚塩蒸し (瀬戸内市)	<ul style="list-style-type: none"> ①小魚をきれいに料理し、魚500匁に塩2～3合位入れて2、30分そのままにしておく。 ②鍋に笹の葉を敷き、塩を振り魚を置き、また塩をふりかけを繰り返し、 ③最後に鍋に水を十分入れ、とろ火4～5時間に詰めてつくる。《裳掛町》
どじょう汁 (赤磐市) (岡山市東区)	<ul style="list-style-type: none"> ①どじょうを油か酒で炒めて臭みを抜く。 ②どじょうがとけるようによく煮てから、水を入れ、馬鈴薯、茄子などいれ味噌で味をつける。 ③枝豆のある頃は、豆をすりつぶして味噌と合わせ、煮立ててから素麺を入れる。《西山村、仁堀村》。 ④鱈を塩でもみ熱湯に入れ、牛蒡、茄子、油揚、かいいも(山芋)、つくね芋、里芋、玉葱、青葱など入れる。 ⑤白味噌の汁とする。《瀬戸町》
やせ馬 (高梁市)	<ul style="list-style-type: none"> ①小麦粉をうどんを作るようにこねて手で平たく延して手で切る。 ②小豆で汁粉を作り、この中に小麦粉の練ったものを入れて炊き、汁粉のように食う。《落合村》

6. 昭和20年代前半の岡山の食習俗と料理の特徴

昭和20年代当時、家庭外で食事をするのは、冠婚葬祭時や地域の行事で食事が供される時だけであり、「作らにゃ、食べれん」と、毎日、母や娘、嫁が台所で食事を作ってきた。日々、繰り返される食事ではあるが、地域や季節、家族の状況、生活環境、就業形態により食事形態は少しずつ異なっている様子の一端をこの報告書から伺うことができる。

地方特有の食物や料理法として挙げられたものは地

元、それも自宅周辺で手に入る食材を使用し、塩あるいは醤油等で味付けされている。米料理は、祭りなどの行事に合わせて作られている鮭のほか、多くは糧飯として、米や麦を節約するために作られている。

また、食生活を営むとき、食材はもとより、熱源や水源、食器具や調理道具、食事を作場所や食べる場所等が地域の食習を形作っている。昭和20年代前半は、くど(へっつい、かまど)、七輪、火鉢、練炭火鉢、いろりを使い、薪、木炭、松葉、わら、すくも等を燃料にしていた。調理器具は、なべ、かま(羽釜、茶釜)、せいろ(角形、丸型)、蒸し器、焙烙、ゆきひら等が使われており、

その道具類で調理し、塩、醤油、味噌、砂糖、酢等で調味している。そのため、焼く、煮る、蒸す、和える料理であり、揚げた料理は少ない。

調理に使用する水は、井戸水、ろ過した川の水、湧水が使われるため、調理法が制限されている。瀬戸内沿岸部でも、生で食べる刺身は出てこない。沖新田の漁業者から飲み水はろ過したものを使っていたので昭和34年に上水道が完成^{4,5)}するまでさしみを家で作って食べたことがないと聞いたことがある。

7. 岡山の郷土料理の変遷

昭和25年に採集され、編集された「岡山県の食習俗」に載った料理は、その大半が大正の終わりから昭和の初期ころの岡山の食生活を再現した「聞き書 岡山の料理」⁶⁾や昭和55年に発行された「岡山の郷土料理 365選」⁷⁾にもみられる。「岡山の郷土料理 365選」には、新しい料理としてチーズ入りゆかりご飯やミルク入り羽二重餅、牛乳入り柏餅、チーズ餅、ワカサギの香り漬等牛乳・乳製品や油を使った料理や白壁おこわが加わっている。

昭和59年に発行された「おかやまの味」⁸⁾にはばら鮓やままかり鮓、鯖鮓はもちろんだが、今まで出てこなかった蒜山おこわやいなきびおこわが挙げられている。

昭和25年頃に食べられていた料理で現在では全く見られない料理、例えば、「蜂の子飯」や「うなぎ茶漬け」、「おけじゃ」、「うちご」等である。その理由として、①食材が入手できない。②自分で作らなければ食べていけない時代には時間をかけて作ったが、様々な食べ物の入手ができる今日では作ってまで家庭で食べる必要がない。③平成の今日、人々の嗜好に合わなくなった。等があげられる。

①として「蜂の子飯」の蜂の子、「鮓のかけ飯」の鮓、「うなぎ茶漬け」のうなぎの入手が現在では難しい。例えば、沖新田の人たちがよく食べていた「うなぎ茶漬け」のうなぎは昭和34年度の堀田の干拓の完成⁹⁾をもって取れなくなった。②が主な理由であると考えられる「おけじゃ」、「うちご」は調理に時間がかかる。例えば、「うちご」は大豆を白で挽き、それを団子にして野菜と一緒に炊いて初めて食べることができ、食べるまでに手

間と時間がかかる。また、そら豆や大豆を自家用に栽培する家も少なくなった。③に関し、「南瓜雑煮」は甘味の少なかったときにはおいしかったが、現代人はただ、単に甘いだけではおいしいと感じなくなっていると思える。鮓や川魚はその独特の匂いが嫌われているのではない。現在、調味料として様々なものが使われ、調理法も煮る、焼く、和えるだけではなく揚げる、炒めるなど変化に富んでいるので、単調な味をおいしいと思わなくなっていると考ええる。

一方、ばら鮓やままかり鮓、鯖鮓などは郷土料理として今でも作られている。その土地の素材を使用し、調理法もその土地の気候や風土に合っており、その土地の行事や儀礼に饗されてきた料理が、現代の人の口に合うように味付けをふくめて調理法が変化していったと考える。しかし、今日、郷土料理として挙げられている「ばらずし」や「ままかりずし」は家庭で作って食する料理から料理屋等で食べる料理になりつつあり、商業ベースで作られるものが郷土料理として残っているように思える。

郷土料理の伝承には、ばら鮓や鯖鮓を買って食べる料理から家庭で作って食べる料理にしていくことが必要ではないか。地域で「ふなめし」を復活させようとする動きがあるが、昔ながらの味や作り方を再現するのではなく、現代人の舌を満足させなければ定着しないのではないか。

「蒜山おこわ」¹⁰⁾は、蒜山のふもとから五目おこわを作ろうと大山おこわを手本に小豆の代わりに栗をいれ、胃もたれを少なくするために糯米に麦を混ぜて作られている。ばらずしに黄にらを入れた黄にらばら鮓も生まれている。このように先人の知恵に学び、伝統的な作り方から脱皮し、今日の調理環境に合わせた工夫を加えた新たな郷土料理の出現が待たれる。

正月事始めから正月、節供、祭りと続く年中行事に伴う食や部落の人が集う社日や講等での食に郷土料理の原型があると思われる。「岡山県の食習俗—岡山県における食習俗調査報告書一」には、年中行事と食習俗に関する項目もあり、今後、行事と食の関連を検討していきたい。

参 考 文 献

- 1) 岡山県 岡山県の食習俗 昭和36年3月25日
- 2) http://www.maff.go.jp/j/nousin/kouryu/kyodo_ryouri/
農林水産省 郷土料理百選について
- 3) 岡山県栄養改善協議会 ～大切にしたい、岡山の味
～郷土料理レシピ集 平成22年3月
- 4) 安倉清博 岡山文庫256 上道郡沖新田 日本文教
出版株式会社 平成20年10月
- 5) 西大寺市史編集委員会 西大寺市史 岡山市 昭和
55年3月
- 6) 「日本食生活全集 岡山」編集委員会 日本の食生活全
集33 聞き書 岡山の料理 社団法人農村漁村文化
協会昭和60年12月
- 7) 山陽新聞社出版局 岡山の郷土料理 365選 昭和
55年8月
- 8) 岡山県郷土文化財団 おかやまの味 岡山市 昭和
59年10月
- 9) 岡山県西大寺市上南土地改良区 上南干拓 昭和35
年4月
- 10) 原章児 蒜山の郷土料理 山陽新聞社 平成14年10
月

