

鳥取県の伝統的郷土食の特徴と 伝え継ぐ家庭料理

松島 文子¹ (Fumiko MATSUSHIMA)

板倉 一枝² (Kazue ITAKURA)

¹鳥取短期大学 生活学科 食物栄養専攻

²鳥取短期大学 国際文化交流学科

はじめに

日本調理科学会特別研究として「調理文化の地域性と調理科学」のテーマで、平成12・13年度は「豆類・いも類」、平成15・16年度は「魚介類」について調査・研究を行った。また、平成21年度から23年度は「行事食・儀礼食」についての調査・研究を全国規模で実施した。さらに、平成24・25年度は『次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理』について、地域に残されている特徴ある家庭料理を、聞き書き調査により地域の暮らしの背景とともに記録し、『次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理 聞き書き調査報告書』としてまとめることで、各地域の家庭料理研究を深める基礎研究とするだけでなく、家庭や教育現場でも利用され、次世代へ伝え継ぐ資料ともなり得る意義ある研究とすることを目的として実施した。併せて、調査報告の内容を検討し、後世に残すために出版することを目標とした。これらの特別研究には47都道府県に分布する日本調理科学会員の多数が調査員として研究に参画した。著者らも鳥取県の調査に参画し研究成果を報告した¹⁾¹⁾。

一連の特別研究を実施した背景には、農業人口の減少や輸入食品の増加、食の外部化、核家族化などの要因により飽食の時代となった現代においては、先人の知恵が凝集した食べ物、すなわち郷土の料理を家庭で作る機会が減り、伝統的な地域の料理が親から子へ伝承されない傾向が見られるということがある。また、これらの伝統的な郷土料理は、風土に根ざしているばかりでなく、生活によるこびを与え、家族や地域社会の絆を深めるとも考えられ、これらを後世に残していく一助となればとの願いから特別研究を実施してきた。

各地域の家庭料理については、すでに数多くの書物が刊行されている。しかし、それぞれの料理に関わる暮らしの背景を加えた全国的な調査として、『日本の食生活全集』^{12) 13)}など大正末期から昭和初期までの記録集は見られるが、それ以降の日本人の食生活、とくに家庭料理に関する大がかりな調査はほとんど見られない。全国各地域に残されている特徴ある料理について、聞き書き調査を通して地域の暮らしの背景とともに記録すること、また、その中から次世代に伝えるべき家庭料理を選択し、広く社会に公開することは、意義あることと考える。

おりしも、日本の「和食；日本人の伝統的な食文化」は、2013年に国連教育科学文化機関（ユネスコ）の無形文化遺産に登録された。ユネスコへの申請で示された和食の特徴は、「多様で新鮮な食材の持ち味を生かす」「栄養バランスがよく健康的である」「自然の美しさや季節感を表現している」「年中行事と密接に関わっている」の4つであった。これを契機に、日本の家庭料理を中心にその歴史を見直し、今後の食生活に新たな道を見出すことは意味があると考えられる。

本稿は、鳥取県における伝統的郷土食および伝え継ぐ家庭料理の特徴や地域特性について、研究成

果の一部をまとめ考察したものである。

1. 豆類の郷土食と地域特性

鳥取県における豆類の利用について、その特徴と地域特性などについて調査した。調査地域は、鳥取市、倉吉市、境港市、江府町の4地域を選定し、各地域12世帯ずつ、計48世帯を対象とし、調理担当者に調査を行った。平成13年9月から平成14年2月にかけて、豆の種類、調理・加工品名、呼称、作り方、食べる時期、食事での位置づけなどについて事前にアンケート調査を行い、不明な点等の確認ならびに補足をするため、面接による聞き取り調査を行った。

表1は、豆類・豆加工品の主な郷土食の特徴と地域性、行事との関連を示したものである。豆類・豆加工品を用いた郷土食としては、「こも豆腐」、「いただき」、「呉汁」、「きらず」、「きな粉もち」、「うちご団子」、「小豆雑煮」、「そら豆の粉ふき」、「豆ようかん」、「大山おこわ」、「小豆飯」、「ぼたもち」、「いとこ煮」などが認められた。豆類のうち、とくに小豆と黒豆の調理文化に地域間の共通性が認められ、小豆と黒豆は祝事の食材として欠くことのできない豆であることが確認された。

表1 豆類の郷土食の特徴と地域性

食品名	料理名	料理数					特徴	行事等	地域性		
		鳥取市	倉吉市	江府町	境港市	総数					
大豆	豆腐	こも豆腐		2			わらの一方の端を縛り、広げて水切りした豆腐を並べ、下煮した人参、ごぼうを芯にしてつと枕に全体をひもでぐるぐる15分間ゆで、わらを取り除き、だし汁で味付けする	冠婚葬祭	倉吉市、県中部 昔は祭りのごちそうとして豆腐が作られ、この豆腐を使ってこも豆腐が作られた		
	油揚げ	いただき				6	三角形の油揚げの一边に切り目を入れ、口をあげ、うるち米、ごぼう、人参、しいたけ、鶏肉などを混ぜたものを詰め、調味液で炊く	祝事、仏事 遠足・運動会の弁当 日常食	境港市、県西部 弓ヶ浜地域の代表的な郷土料理 昔は新米がとれたときのハレ食であった		
	きな粉	きな粉もち・団子・おはぎ	9	5	3	7	24		祭り、正月、仏事 農業行事、日常食	ほぼ全県下	
	高野豆腐	高野豆腐の煮もの	8	6	9	5	28		冠婚葬祭、日常食	ほぼ全県下	
	白大豆	呉汁		3	3		1	7	白大豆(生・乾燥)をすりつぶし、具だくさんのみそ汁に具を入れ火を通す	日常食(秋～冬)	鳥取市、倉吉市、境港市
		うちご団子					3	3	大豆粉を水でこねて団子にし煮る	仏事(盆)	境港市、県西部
	黒大豆	煮豆、豆のいた	8	9	2	9	28		正月、地域行事	ほぼ全県下	
小豆	小豆	おこわ	8	10	7	7	32	赤飯	冠婚葬祭、未客時、農業行事	ほぼ全県下	
		しょうのけおこわ ^{*1}	3	1	2	1	7	山菜、きのこ、栗、ごぼう、鶏肉などの具が入った醤油味の味付けおこわ	祭り、農業行事、祝事、運動会 七夕、未客時	ほぼ全県下	
		あずき飯	2	1			2	5	うるち米にゆでた小豆を加えて炊いた塩味飯	祝事、仏事、七夕、日常食	鳥取市、倉吉市、境港市
		いとこ煮	3	1			4	4	かぼちゃと煮た小豆を一練に煮る	日常食	鳥取市、倉吉市
		小豆雑煮 ^{*2}	7	10	3	6	26	もち入りのぜんざい	正月の雑煮、日常食	ほぼ全県下	
金時豆	金時豆	煮豆、豆のいた	6	4	6	5	21		祭り、仏事、未客時、日常食	ほぼ全県下	
そら豆	そら豆	豆の皮とり		6			6	乾燥そら豆に重曹または木灰を加えて煮て皮をむき、砂糖で甘く煮る	冠婚葬祭	倉吉市、県中部	
		そら豆の粉ふき	8				8	同上	冠婚葬祭、未客時	鳥取市	
		豆ようかん	2				2	乾燥そら豆に重曹または木灰を加えて煮て皮をむき、砂糖で甘く煮詰め、型に流し込み固める	祭り、正月、葬儀、盆	鳥取市	

*1 大山おこわ、いなばおこわ、なべおこわ、栗おこわ、炊きおこわを含む

*2 ぜんざい、おしるこを含む

鳥取県の代表的な郷土食である小豆雑煮は、正月に神様にお供えし新年を祝う食物としてすべての調査地域で食されていた。また、小豆が用いられる赤飯や各種の味付けおこわ(「しょうのけおこわ」、「大山おこわ」、「山菜おこわ」など) およびぼたもちも全調査地域で認められた。祝事、祭り、彼岸、盆、代満て、こき祝いといった冠婚葬祭、年中行事、農耕儀礼などとの関連性が深い郷土食であるといえる。江府町では12月に行われる健康と安全を祈願するひぎ塗りの行事において、4種類(小豆、金時豆、うずら豆、きな粉)のぼたもちを作る慣わしが残っていた。また、きな粉の利用もすべての調査地域において認められ、だんご、もち、おはぎなどの形態で彼岸、法事、盆などの仏事や正月、農耕儀礼によく用いられていた。そら豆を用いた郷土食として、県中部(倉吉市および東伯郡)の豆の皮とり、鳥取市のそら豆の粉ふき、豆ようかんが見られた。豆の皮とりとそら豆の粉ふきは、冠婚葬祭や法事など人が大勢集まる際の料理として作られていた。豆ようかんは祭り・正月・お盆のほかに葬儀料理の盛り合わせの一品として必ず盛り付けられる特徴ある豆料理であり、鳥取市菖蒲地区に

において現在も受け継がれ食されている^{1) 3)}。

本稿では、特徴のある豆類の伝統的郷土食について紹介することとする。

(1) こも豆腐

こも豆腐は、県中部の倉吉市北谷地区およびその周辺の関金町などに伝わる豆腐を用いた料理であり、表面にわらの跡が筋状に残り、素朴な味と風味がよるこばれる。昭和30年頃までは、農村の各集落に見られた「豆腐小屋」と呼ばれる豆腐を作るための共同利用施設で、自家栽培の大豆を原料とした木綿豆腐がたくさん作られた。その豆腐を使ってこも豆腐作りが行われていた。祭りをはじめとする冠婚葬祭のご馳走としてどの家でも作られ、当時の大皿盛りには欠くことのできない一品であったといわれる。現在は一般家庭でこも豆腐を作ることは少なくなったが、冠婚葬祭や地域のイベントなどでは伝統的な郷土食として作られている。また、年輩者を含む婦人グループが中心となり、こも豆腐を伝承する取り組みと地域活動が推進されている。こも豆腐の作り方は、豆腐1丁を4つ切りにし水切りする。わら（もち米のわらがうるち米よりしなやかで適する）を35cm位に切り、一方の端を縛り、これを扇のように広げ、切った豆腐2片を縦に並べる。中央に細長く切り、煮て味付けしたごぼう・人参などを置き、わらを合わせて包むようにしてつと状にし、一方の端もくくる。全体をひもまたはわらで絡みしっかりくくる。15分位鍋で茹でるか蒸し器で蒸す。わらを取り除き、調味料をだし汁で煮て小口に切って盛り付ける（写真1）。

(2) いただき

いただきは、県西部弓ヶ浜（ゆみがはま）地方に伝わる代表的な郷土食である。別名「ののこめし」とも呼ばれ、防寒用の綿入れの木綿着物である布子（ぬのこ）のようにふっくらしているところから「布子」がなまって「ののこ」となったといわれる。弓ヶ浜地方はかつて砂地であり米作には適さない土地であった。いただきは、元々は新米がとれたときのハレ食であったが、現在では運動会や行楽のお弁当そして行事食として、県西部地域の一般家庭でよく作られ親しまれている。いただきの作り方は、三角形の油揚げは熱湯で油抜きし、一辺に切り目を入れ、口をあける。洗ったうるち米にささがきごぼう、せん切りにした人参と干しシイタケを混ぜて油揚げに詰め、つま楊枝でとめる。だし昆布と煮干を敷いた鍋に米を詰めた油揚げを並べ、調味料（濃口しょうゆ、砂糖、酒、みりん）と水を加えて炊く。煮汁が少なくなったら火を止め10~20分間蒸らす（写真2）。

(3) 小豆雑煮

ゆでた丸餅に甘く煮た小豆汁をかけたぜんざいのような雑煮であり、鳥取県内のほぼ全域に見られる正月の食文化である。元日、神棚に小豆雑煮を供えて新しい年の無事を祈った後、正月あるいは三箇日の食事にいただき正月を祝う慣わしがある。山陰地方は雑煮の小豆汁文化圏であり、小豆汁仕立の雑煮は全国でも特異である。また文献によれば中国地方の出雲以東、伊勢などに、正月の小豆雑煮の習慣があり、小豆そのものが予祝の食べものとなっていることが記されている。境港市と江府町では小豆雑煮を正月に食する数は他地域に比べ少なく、むしろ日常食のぜんざいとして食されることが多かった。鳥取県では小豆雑煮のほかには醤油仕立て、味噌仕立ての雑煮、里芋を入れた醤油仕立ての雑煮も食される。小豆雑煮の作り方は、小豆は形が崩れない程度にやわらかく煮て、砂糖と食塩少々で味を整え小豆汁を作る。ゆでた丸餅に熱い小豆汁をかける（写真3）。



写真1 こも豆腐



写真2 いただき



写真3 小豆雑煮

(4) 豆の皮とり

県中部特有のそら豆料理である。冠婚葬祭や来客時などに以前はよく作られていたが、手数がかかることもあり、現在は人が大勢集まる際のご馳走として作られる。鳥取市では同様のものを「そら豆のこふき」と称し、祭りや来客時などに作られることが多い。作り方は、そら豆に木灰(または重曹)を加えて煮立て、皮が容易にむけるくらいに軟らかくなったら、火からおろし皮を取り除く。あく抜きするために一度煮て煮汁は捨てる。ひたひたの水と砂糖、塩少々を加えて甘く煮あげる。豆の形が残り軟らかく仕上がったものがよいとされる(写真4)。

(5) 豆ようかん

鳥取市では豆ようかんが、祭り、正月、来客時、葬儀などで作られる。作り方は、そら豆にかぶる程度の水と少量の重曹を加えて煮る。皮の表面が軟らかくなれば温かいうちに皮をむく。豆を十分水にさらし重曹を溶出した後、豆にかぶる位の水を加えて煮る。軟らかくなったら砂糖を加えさらに煮る。食塩少々を加えさらに煮詰め、バットに流し入れ冷ます。一晚位置き、固まれば四角に切る(写真5)。



写真4 豆の皮とり

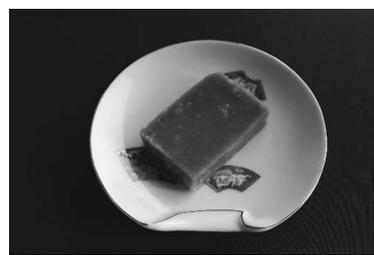


写真5 豆ようかん

(6) うちご団子

うちご団子は、お盆の仏壇のお供えの一品であり、またお盆前後の時期に食される夏場の日常食でもある。県北西部の境港市を中心に作られている。境港市では乾燥大豆を製粉した「うちご」が7月からお盆の頃まで店頭で販売される。うちご(生大豆粉)にだし汁または水を加え、こねて直径3~4cm くらいの平たい団子にし、だし汁、醤油、砂糖、みりんを加えて薄味に煮る。あるいは油で炒めたなす、人参などの季節の野菜や切り昆布などと一緒に炊き合わせることもある。

2. いも類の郷土食と地域特性

いも類について、前述の豆類と同様の調査を行った。表2は、いも類・いも加工品の郷土食の特徴と地域性、行事との関連を示したものである。

いも類・いも加工品を用いた郷土食として、「いもぼた」、「ねぼし団子」、「かしん」、「干しいも」、

「さつまいもの天ぷら」、「きんとん」、「さといもの辛子和え」、「どじょう汁」、「きんちん」、「むかご飯」、「こんにやくのいりあげ」などが認められた。

鳥取県北西部の弓ヶ浜地方においては、さつまいもを米の代用あるいは補いとして様々に加工して食する独特の食文化が認められた。弓ヶ浜半島は米子市から境港市にかけて細長くのびる砂洲であり、元々農耕地に適した土地ではなかった。さつまいもが弓ヶ浜地方に伝わったのは安永9年（1780年）といわれ、やせ地によく育ち、干ばつにも強く砂地に適するため、救荒作物として一帯で栽培されるようになり、急速に広まっていったと伝えられる。水田に恵まれない弓ヶ浜地方では、明治20年頃よりさつまいもが主作物として栽培されるようになった。さつまいもは茹でる・蒸す・焼くなどの従来からの調理方法の他に、米の代わりにいもを用いる調理文化が認められる。さつまいもや里芋を加え「いもぼた」と称するぼたもちを作り日常の主食や箸間（間食）にしたり、さつまいもを「ねぼし」と称する生さつまいもの切り干しにし、これをねぼしだんごやねぼしまんじゅう、ねぼし粥にして、生いもが無くなる頃に食するといった補食の食文化が見られた。救荒食として導入されたさつまいもの特有の食べ方およびさつまいもを1年中絶やすことのない保存方法には、人々の並々ならぬ補食の精神と知恵そして伝統がうかがえる。

鳥取県のさつまいも作付面積、収穫量ともに食生活の変化や時代の流れにより減少しているが、昨今はさつまいもが健康食品として見直され、弓ヶ浜地方の人々の創意工夫により、現代風にアレンジした新しい料理や様々な加工品が登場してきている。そのほかの調査地域の郷土食としては、さつまいもてんぷらが鳥取市や倉吉市において葬儀、法事などの仏事や祭りにおいて作られ、またきんとんが同地域で正月や雛祭りに作られていた。近くの山で採れる自然薯のむかごを入れて炊いたむかご飯が鳥取市、倉吉市で食されていた。また蒸したさつまいもを薄く切って、わらやひもで編み、軒先などに吊るし、冬季の寒い風に当てながら作る干しいも作りが倉吉市、江府町、境港市において見られ、冬季の保存食（間食）として利用されていた^{2) 3)}。

本稿では、特徴のないも類の伝統的郷土食について紹介することとする。

表2 いも類の郷土食の特徴と地域性

食品名	料理名	料理数					特徴	行事等	地域性
		鳥取市	倉吉市	江府町	境港市	総数			
さつまいも	いもぼた				4	4	もち米、さつまいもを一緒に炊き、ついて丸め、きな粉等をまぶす	日常食、彼岸	境港市弓ヶ浜地域 境港市弓ヶ浜周辺は砂地のため水田に恵ま れず米が不足していた 畑作の主作物として砂地に栽培したさつまい もやねぼし粉を米の補いとして用いた
	ねぼし団子				5	5	ねぼし（切り干しいも）を粉にしたねぼし粉に重曹、水を加えてこね、梅干大に丸め、平たく形を整えてゆで、砂糖、きな粉をかけて食す	日常食	
	干しいも		5	1	2	8	蒸して薄切りにしたいもを冬季の寒風で干す	間食、日常食	倉吉市、江府町、境港市
さといも	さといもの辛子和え			1	2	3	ゆでたさといもと下煮したこんにやくをからし入り酢みそで和える	日常食	江府町、境港市
	どじょう汁			1		1	さといも、さつまいも、なす、人参、ごぼうなど季節の野菜とどじょうの入った汁	イノシシが捕れたときなどの地域行事	江府町、大山山麓地域
	けんちん・きんちん	2	6	3		11	さといも、大根、人参、ごぼう、こんにやく、豆腐などを油で炒め、調味した煮物	葬儀、仏事、日常食	鳥取市、県中部、江府町
むかご	むかご飯	1	3			4	自然薯のむかごを入れて炊いた飯	日常食	鳥取市、倉吉市

(1) いもぼた

昔から水田に恵まれない弓ヶ浜地方では、米が不足していたため、主作物として砂地に栽培されたさつまいもを米の代わりに加えたぼたもちが食されていた。のど越しをよくするさといもを加えることもある。作り方は、さつまいもの皮をむき5mmの厚さに輪切りにし、もち米、水と共に炊く。熱いうちにすりこぎでつき、丸めてきな粉をまぶす。正月餅の残りといもを用いることもある。現在はきな粉の他に小豆あんや青のりなどをまぶしたカラフルな三色いもぼたも作られる。

(2) ねぼし団子

さつまいもを粉にして団子にするのは、弓ヶ浜地方独特の食文化である。ねぼし（生さつまいもの

切り干し)作りは、11月下旬から12月初旬の冷たい季節風(こち風と呼ばれる浜風)が吹く頃に行われる。洗って皮ごと厚さ5mmの薄切りにしたさつまいもを、ねぼし棚にひろげたり稲わらに通して軒先に吊して干すと数日でカチカチに干し上がり、かなり保存がきく。かつてはどの家庭でもねぼしが作られ、昭和30年代頃までは日常食の主食や間食(箸間)として食されていた。現在は製粉したねぼし粉が、正月過ぎから店頭で販売され利用されている。ねぼしは年輩者にはなつかしい郷土の味であり、弓ヶ浜地方の風土が産んだ貴重な食材といえる。

ねぼし団子の作り方は、ねぼしを粉に挽いたもの(ねぼし粉)に、重曹を加え水でこねて梅干大に丸め、平たく形を整え、熱湯で15分位茹でると赤味を帯びた茶色になる。好みにより砂糖、きな粉、ハチミツなどをかけて食する。ぜんざいに入れることもある。

3. 魚介類の伝統的郷土食と地域特性

鳥取県における魚介類の伝統的郷土食および行事食について、その特徴と地域特性ならびに行事との関連性などについて調査した。調査地域として、岩美町、赤碕町(現琴浦町)、境港市および智頭町の4地域を選定し、総調査件数63世帯の調理担当者を対象とした。平成15年11月から平成16年4月にかけて魚介類の種類、地方名、入手方法、料理名称、調理法、行事名、調理頻度などについてアンケート調査を行い、不明な点等の確認ならびに補足をするため、電話による聞き取り調査を行った。

魚介類の伝統的郷土食は、全調査地域に共通するものとその地域独自の特性を有するものがあり、これらの多くは伝統的に受け継がれ現在も一般家庭で食されていることが確認された。行事との関連性は、正月・祭事・祝事等においてみられ、旬の魚介類を用いた特別のご馳走をつくる慣わしが継承されていた⁴⁶⁾。

(1) 魚介類の主な伝統的郷土食

表3は、鳥取県における魚介類の伝統的郷土食について示したものである。県東部の沿岸部に位置する岩美町では、「かれいの子まぶり」「ばばちゃん鍋」「たらぬ塩ずいもん(吸い物)」など、新鮮な魚を利用した料理が多く見られたのに対し、同じ県東部でも山間部に位置する智頭町では、「うぐいのじゃぶ」「あゆずし」など川魚を利用した料理や、塩魚を使って作る「柿の葉ずし」や「さばずし」、「焼きさばずしのまぜご飯」など、保存できる状態の魚を用いた料理が多く見られ、地域による違いが認められた。

調査した4地域に共通する魚介類の郷土食として、「親がにのみそ汁」「かに飯」「松葉がにの塩ゆで」「ぶり・たい・いか・えびなどの刺身」などが見られた。本稿では、全調査地域で共通に認められた伝統的郷土食を中心に、いくつかの料理について詳細を述べることとする。

1) かに汁

山陰では、毎年11月に解禁となるずわいがにの成雄を「松葉がに」、脱皮後1年も経たない若い雄を「水がに」「若松葉」、雌を「親がに」と呼ぶ。

鳥取の家庭における親がにの一般的な食べ方のひとつに、「かに汁」がある。太めの短冊切りにした大根を水から煮立てた中へ、甲羅と足を縦半分にしたかにを加え、アクを取り除きながら大根が軟らかくなるまで煮てみそ汁にしたものである。腹部に抱えた成熟した卵巣「そとこ(外子)」の歯ごたえと、腹部内の未成熟の卵巣「うちこ(内子)」と「かにみそ」が独特のコクと濃厚な味わいを引き出すとともに、その味わいが大根によくしみて美味である。鳥取県の「かに汁」は、農林水産省の「農山漁村の郷土料理百選(2007年12月)」に選定されている。(写真6)

2) かに飯

「親がに」の甲羅、そとこ、うちこを外し、全てぶつ切りにしたものを米の上に広げ、炊く直前に

酒、みりん、醤油、塩を加えて炊いたご飯のことである。11月から1月にかけて食される、冬の代表的な家庭料理のひとつである。(写真7)

表3 鳥取県の魚介類の伝統的郷土食

伝統的郷土食(地域名)	魚種名	特徴・作り方など	地域性
かに汁	ずわいがに(雌)	親がにの甲羅と足を半分に切り、大根と一緒に煮たみそ汁。かにの風味とだしを賞味。	全地域
かに飯	ずわいがに(雌)	親がにの甲羅・そこ・うちこをはずし、全てぶつ切りにする。米に酒・みりん・醤油・塩を入れ、親がにを上に乗けて炊く。	全地域
かれいの子まぶり	あかがれい	子(真子)の入った大かれいを刺身にし、子をゆで水分を蒸発させながらほぐし、刺身にまぶしたもの。	岩美町
ばばちゃん鍋	たなかげんげ	表面を塩で洗ったばばちゃんを3枚におろし、一口大に切ったものを季節の野菜と一緒に鍋物の具材とする。ボン酢や大根おろしで食す。	岩美町
たらの塩ずいもん	たら	たらをぶつ切りにし、多めの塩をまぶし身をしめておく。豆腐、ねぎと一緒に吸いものにする。しいら・おとく等も同様に塩ずいもんにする。	岩美町
いか飯	するめいか	いかの胴にもち米を詰め、鍋に入れ、だし汁・砂糖・塩を入れて煮る。	全地域
はたはた寿司	はたはた	しろはたに塩をして1-2日置く。塩を洗い流し、飯またはおからに味付けしたものを白はたの腹に詰め、3-4日重石をする。	岩美町
いかの糍漬け	するめいか	するめはせん切りにする。塩漬けた野菜(なす・きゅうり・みょうが等)もせん切りにし、米糍・醤油・みりん・塩を入れ、するめと一緒に漬け込む。3週間くらいおくと食べられる。保存食によい。	岩美町 智頭町
しいらの粕漬け	しいら	3枚におろしたしいらに塩をして、数日後粕漬けにする。	岩美町
いわし団子	いわし	いわしは骨を除きすり身にし、ごぼう・人参のさがき・木の芽等を混ぜて小判型に丸め、醤油・砂糖・酒を加えて煮る。	境港市
あごのつみれ汁	とびうお	あごをすり身にし、味噌・卵を入れてよく混ぜ、団子状に丸める。熱湯に入れ、浮かんできた味噌を加え、ねぎを散らす。	岩美町、境港市 赤碕町
めいたがれいの唐揚げ	めいたがれい	めいたがれいは内臓を除き、皮をむいて臭みをとる。塩・こしょう等で下味をつけ、小麦粉をまぶして唐揚げにする。	赤碕町
かたくちいわしの煮付け	かたくちいわし	胴体部分のみ生姜を入れ、醤油で煮付ける。	境港市
なまこのなます	なまこ	なまこをうすく切り、酢につけ大根おろし・醤油・砂糖で味付けする。正月料理の一品。	境港市
うぐいのじゃぶ	うぐい	うぐいの身が縮まっている晩秋から冬の間のみ作られる。来客時によく作られ、身体が温まりおいしい。「じゃぶ」とは汁の多い煮物をいう。	智頭町
柿の葉ずし	ます	ずし飯を俵型に握り、刺身状に切った塩ますを1枚、山椒の実1粒をのせ、柿の葉の上に置き、ずし桶に並べて一晩重石をし、翌日食べる。	智頭町
さばずし	さば	ご飯を炊いて冷まし、米糍・生姜を混ぜる。よく冷ましてから3枚におろした塩さば・糍と交互に押しながら、みりん・酒をうちながら漬ける。軽い重石をする。生でも焼いても食べられる。11-12月頃に作り、2-3月頃まで食べる。	智頭町
焼きさばのまぜご飯	さば	焼きさばは骨を除き、身をほぐす。筍・人参・油揚げをうす味に煮たものと木の芽・焼きさばをご飯に混ぜる。筍の旬の時期に昔からよく食した。	智頭町
あゆずし	あゆ	内臓を除いたあゆに濃いめに塩をし、重石をして漬ける。しばらくおいた後、塩出しする。ご飯と米糍を合わせ、酒をふりかける。あゆの中にご飯を詰め、交互に並べて重石をし、保存する。正月料理。	智頭町
しいらずし	しいら	しいらを大切りにし、たっぷりの塩をして桶に漬ける。ご飯を炊き、よく冷ます。ご飯としいらを交互におき、わらを三つ編みにしてのせ、重石をして漬ける。正月料理。	智頭町
さけの粕漬け	さけ	さけは3枚におろし小さく切る。米糍に醤油・酒・みりん・生姜を入れ、さけを混ぜて漬け込む。糍と魚がよくなじみ、冬場の保存食として昔から食した。ますでも同様に作る。	智頭町

3) いかの糍漬け

せん切りにした「するめ(するめいかの干したもの)」を酒に漬けて柔らかくしておき、細かく刻んだ塩漬けた野菜(なす、きゅうり、みょうが、大葉など)、ほぐした米糍、醤油、みりん、塩を加えてよく混ぜ合わせ、壺などの容器に入れて重石をのせて漬け込んだもので、保存食や常備菜として用いられている。10月から3月にかけてよく作れられており、3週間程度で出来上がるが、夏場を作る場合は10日ほどで漬けあがる。(写真8)

4) いわし団子

骨を取り除いてすり身にした「いわし」と、ごぼう、人参のさがき、木の芽、卵、味噌、豆腐、生姜汁などを混ぜて小判型に丸め、醤油、砂糖、酒などを加えた調味液で煮たものである。県内の漁港では、境港を中心に夏から初秋にかけていわし漁が最盛期となる。以前はいわしの漁獲量が多く家庭でもよく作られていたが、近年では漁獲量が減り、いわしが高級魚となったため、これに代わって

「あご（とびうおの地方名）」を使った「あご団子」などがよく作られるようになってきている。スーパーの総菜コーナーなどには必ずといっていいほど置いてあるくらい、一般に親しまれている料理である。（写真9）

5) あごのつみれ汁

「あご（とびうお）」をすり身にしたものに味噌、卵を入れてよく混ぜ、団子状に丸めたものを熱湯の中に入れてゆで、みそ汁にしたものである。ねぎや大葉などを刻んで散らして食べるが多い。岩美、境港、赤碕の日本海沿岸地域で食されていることが確認された。（写真10）

6) 柿の葉ずし

大工が木を刻む時にできる木の形のこけらに似ていることから「こけらずし」とも呼ばれる。3枚におろしたフィレ状の塩ますを刺身状に薄く切り、すし酢に1～2分漬け込み、味をなじませる（現在では塩ますを冷凍保存しておき、半解凍のまま薄切りにする方法が多く用いられている）。すし飯を俵型に握ったものに、塩ますを1枚、山椒の実を1粒のせ、柿の葉の上に置いてくるみ、すし桶の中に隙間なく詰めて上蓋をした上から重石をし、一晚寝かせたすしである。柿の葉には殺菌効果があると言われ、また、寝かせることにより、柿の葉や山椒の味や香りがよくなじんでより一層おいしくなる。「ます」だけでなく、「さば」「しいら」等が使われることもある。山間部に位置する智頭やその周辺の八頭郡内においてよく食されており、盆、来客時や祭りなどの夏期におけるハレの食事として用いられている。地元のスーパーなどでも販売されており、地域を代表する郷土食として親しまれている。（写真11）



写真6 かに汁



写真7 かに飯



写真8 いかの糍漬け



写真9 いわし団子



写真10 あごのつみれ汁



写真11 柿の葉ずし

(2) 地域間に共通する鳥取の魚介類の食文化

自然の豊かさと厳しさが共存する鳥取県では、魚介類が四季を通じて、様々な調理や加工に利用されている。鳥取県は魚食の県でもある。地域間に共通する鳥取の魚介類の調理・加工品として、「かに汁」、「かに飯」、「松葉がにの塩ゆで」、「ぶり・たい・いか・えびなどの刺身」などがある。これらの料理は、「じげの味」として全調査地域で伝承されていることが確認された。鳥取県では郷土の料理を「じげの味」と称し、県民に広く親しまれ食されている。

日本海沿岸に位置し、漁業が中心産業となっている地域では、周辺に豊かな漁場を抱えているため

に、新鮮で美味しい魚介類を容易に入手することができる。季節を問わず魚介類が豊富に出回ることもあり、料理や加工に用いられる魚種が多く、刺身や子まぶりなどの生もの、塩焼きや漬け焼きといった焼き物、煮付けなど手軽な調理法が好まれるものと考えられる。また、揚げ物および汁物など様々な料理に用いられるほか、魚介類の保存を目的に、一夜干しや塩乾品をはじめ、すり身に加工するなど水産加工も盛んに行われており、新鮮な素材を活かした知恵と工夫がみられる。

一方、魚介類の調理用途は、日常食と行事食の区別が曖昧になりつつある。祭礼行事や民俗行事は、季節の訪れを告げる伝統行事であり、古くから伝わる伝承料理にも関連が深い。地元で獲れる旬の魚介類を主材料とし、これに地域の特産物や季節の食材を取り合わせた特別のご馳走、行事食をつくる慣わしが継承されていることが確認された⁴⁶⁾。

4. 行事食・儀礼食の認知と喫食状況

平成21・22年度日本調理科学会特別研究である「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」についての全国調査研究の一環として、鳥取県における年中行事や通過儀礼の際の行事食の伝承や地域特性などを明らかにするために、その認知状況、喫食状況、調理状況および食べ方、変容した時期などの調査項目について、T短期大学の学生およびその保護者合計466名を対象にアンケート調査し、実態調査を行った。

経験度が高い行事およびその食事内容は、【正月】雑煮、赤飯、数の子、昆布巻きなど、【土用の丑】うなぎのかば焼き、【クリスマス】鶏肉料理、ケーキ、【大みそか】年越しそばなどであった。通過儀礼のうち、学生・親族とも認知度が90%以上と高い行事は、【誕生日】【七五三】【成人式】【葬儀】であった。一方、学生においては【お七夜】【百日祝い】【厄払い】【初誕生】の認知度がとくに低かった。経験度が高い通過儀礼および食事内容は、【七五三】千歳飴、赤飯、小豆飯、【誕生日】ケーキなどであった。

また正月に「小豆雑煮」を喫食する食文化が認められた。「小豆雑煮」が雑煮全体の59.9%を占め、次いですまし仕立てが45.7%であり、味噌仕立ては6.5%と少なかった。雑煮の餅の形状は85.5%が「丸もち」と答え、「角もち」の利用は9.7%と少なかった。もちは「焼く」と回答したものが9.1%であったのに対し、「焼かない」と回答したものが50.4%であった。鳥取県では前述のとおり正月に小豆雑煮を食する習慣が認められた⁷⁾。

人は一生のあいだに、誕生・成年・結婚・死亡など、それぞれの節目に因んださまざまな行事を体験し、さらに死後も遺族によって供養が続けられる。「通過儀礼」と称されるこれらの行事のなかで、参加する人々によって共食される食事は、地域が長い歳月をかけて積み上げてきた「労働」や生活上の「叡智」と密接にかかわって営まれ、郷土・地域の生活文化の一翼をになっている。「ハレ食」は祝い事があるときに出されたり、地域の行事で食され、庶民のご馳走ともいふべきものであった。その食材は地域の特産物であることが多く、そこから独自性が生まれてくる。もちろん、米不足を補う知恵から生まれ、ハレ食へ変容した例も少なくない。そしてこれらの多くが今日の地域の伝統的郷土食として伝承されているのである。

5. 次世代に伝え継ぐ鳥取県の家庭料理

平成24・25年度日本調理科学会特別研究である「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」についての全国調査研究の一環として、鳥取県の各地域に見られる伝統的な郷土料理や特徴ある料理について、聞き書き調査を行った。各地域の自然環境の中で育まれた食材を中心に用いた日常食、ハレの食事・行事食、食料の保存と加工、間食について、地域の暮らしの背景とともに記録し、1960年から1970年（昭和35年～45年）頃までに定着していた料理を対象に、その歴史的な由来、食材、調理法、次世代に伝え継ぎたい料理などについて調べた。

聞き取り調査により、鳥取県の各地域には、長い伝統により培われた独特の食文化が様々な形で伝承されてきていることが確認された。表4に地域別にみた料理の特徴および伝え継ぎたい料理を示した。また、図1に次世代に伝え継ぎたい家庭料理の中から、4調査地域の代表的な料理の写真および説明を示した^{10) 11)}。



写真12 かま焼き



写真13 混ぜご飯



写真14 豆腐めし
(どんどろけご飯)



写真15 いもぼた

図1 次世代に伝え継ぎたい代表的な家庭料理

「調理文化の地域性と調理科学」のテーマで取り組んできた研究成果をもとに、さらに伝統的な地域の家庭料理の聞き書き調査を通して「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」としてまとめる研究活動を平成24(2012)年から行った。この調査研究の成果を日本調理科学会が企画・編集し、別冊うかたま「伝え継ぐ日本の家庭料理全16冊」として農山漁村文化協会から発行されている。2017年11月の第1冊から2020年2月の第10冊までが既に刊行された¹⁴⁾²³⁾。2020年5月発行予定の第11冊から2021年8月発行予定の第16冊まで4年をかけての発行となる。

全国47都道府県に日本調理科学会会員による著作委員会を設置し、次世代に伝え継ぎたい家庭料理40点を都道府県ごとに選定した。その際の基準は、昭和40(1965)年前後に地域に定着していた家庭料理と地域の人々がこれからも作り続けてほしいと願っている料理(次の世代以降にも残したい料理)の二点であった。全国から約1,900点の料理が集まり、それを「すし ちらしずし・巻きずし・押しずしなど」「肉・豆腐・麩のおかず」「小麦・いも・豆のおやつ」「魚のおかず いわし・さばなど」「野菜のおかず 秋から冬」「炊き込みご飯・おにぎり」「米のおやつともち」「漬物・佃煮・なめ味噌」「汁もの」「そば・うどん・粉もの」「魚のおかず 地魚・貝・川魚など」「どんぶり・雑炊・おこわ」「年取りと正月の料理」「野菜のおかず 春から夏」「いも・豆・海藻のおかず」「四季の行事食」の16のテーマに分類し、1冊あたり80から90品の家庭料理が掲載されている。

またこれらには、「会員が聞き書きした材料や作り方などを提示した再現可能なレシピ」「料理にまつわる地域のエピソード」「プロのカメラマンによる料理のカラー写真」「会員による詳細な調理科学的解説」が織り込まれている。その料理が地域でどのように作られ、食べられてきたか、個人の思い出も含めて聞き書きされている。次世代に伝え継ぐという食文化の継承と、日本型食生活が定着していた時代の家庭料理を「全国的規模で次世代に継承しよう」という願いを表している。地域の共通の

思い出を呼び起こす「ふるさとの味」が詰まった食文化の記録である。

さらに「全集 伝え継ぐ日本の家庭料理」第1期全6冊が2019年11月に出版され、続いて2020年11月には第2期全5冊、2021年11月には第3期全5冊が出版予定である。

おわりに

郷土料理には、地域特産の食資源を活かした取り合わせや特有の調理手法といった先人の知恵が込められ、栄養学的にも理にかなった健康食としての意義がある。また、郷土料理はわたしたちに四季のうつろいやよろこびを与えてくれるものであり、次世代に伝え継ぎたい食文化である。さらに、郷土料理は地域に特有の伝承的な料理であり、その特徴は、地域の気候や風土のもとで採れる特産物を利用し、地域の生活環境を反映して作りあげられた家庭料理、母から子へ、姑から嫁へ代々受け継がれた料理であるということである。郷土料理は毎日の生活の中で自然発生的に生まれてきたものが多く、いわば庶民の生活から生まれた“庶民の味”といえる。

長年、継承してきた家庭料理は、人が生きていくために不可欠な要素を備えたものであり、家族への愛情と美意識が料理や食文化を磨きあげている。長い年月の中で先人の知恵により経験的に組み合わせられ、美味しく食べる工夫がなされ、様々な影響を受けながら独特の食文化が伝承されてきている。人々が、日々の暮らしの中から育んできた調理文化は、食卓から旬を楽しみ、食生活に潤いを与え、その土地の生活や文化と密接に関わりながら大切に受け継がれてきたものと考えられる。

近年、加工食品の増加や流通システムの変化などにより、家庭の食事内容が大きく変わってきた。さらに核家族化、共働きなどの要因も加わって、「ふるさとの味」である四季折々の郷土食や行事食、手づくり加工食品など地域特有の料理や食文化が徐々に失われ、簡素化されてきている。鳥取県内のある地域では、学校教育の総合的な学習の一部に、郷土食づくり体験教室を実施している。また地域の祭りやイベントを通して、次世代を担う子どもたちへ郷土料理や食文化を伝承すべく、地域ぐるみの取り組みと活動が行われている。このような活動の一層の広がりが期待される場所である。先人の知恵と伝統により受け継がれてきた郷土食の優れた点を再認識し、新しい食材や調理技術を取り入れながら、さらに発展させ豊かな食文化の継承に努めていく必要がある。

表 4 地域別に見た料理の特徴および伝え継ぎたい料理

	鳥取地域	八頭地域	倉吉地域	米子地域	
日常食	主食	麦飯が中心であったが、麦の割合が減り、昭和40年代から白米に変わった。	麦飯が中心で、昭和40年頃から白米に変わった。水車で精米していた。	麦飯が中心。朝食の前にはさつま芋、里芋で作ったおやきを食べた。	朝は麦飯が中心。さつま芋が米の代用品としてよく用いられた。
	副食	朝はみそ汁や漬物、常備菜、昼は残り物、夕食は魚料理が中心。	季節の野菜や山菜、いも類などの煮物・汁物。卵やウサギ、どじょう、たにし、うぐい、大豆などがたんぱく源。	季節の野菜のみそ汁、漬物、常備菜のほか、魚料理がつくこともあった。どじょう、ずがこ、たにしなどがたんぱく源。	みそ汁、菜みそが朝食の定番。漬物や魚料理、野菜の煮物が中心。中海のゴズ(いぜ)、エノハ(ヒイラギ)、赤貝、鶏、ウサギ、ヤギもたんぱく源。
食品の保存・加工		山菜を塩漬にして1年中使用。漬物、干し柿、豆腐など。	野菜や山菜を塩漬し、みそ漬けや干して利用した。	山菜の塩漬し、みそ漬けや野菜を干した(干し大根、干しずいき)。集落の豆腐小屋で豆腐作り。	大豆やさつま芋を粉にして(ねぼし粉)団子・粥などに用いた。漬物(大根漬け、みそ漬け、らっきょう漬け、梅干)
	間食	冬(2月)にはかきもちを作った。季節の果物(梨、柿)や干し柿など。	梨などの果物、干し柿や干し芋、かま焼き、かきもちやおいりなど。	かあら焼、干し芋、干し柿、かきもち、芋あめ、おやき、季節の果物(みかん、なつめ、柚子、きんかん)、そら豆のいっただ	干し米でおいり、ねぼし粉で団子(ねぼし団子)を作った。いもぼた
ハレの食事行事食		巻き寿司・煮物・酢の物・小豆雑煮(正月)、タニシ料理・ぬた(雑祭り)、赤がれの煮物・寿司・あん餅(春祭り)、おはぎ(彼岸)、豆ようかん(葬儀)	小豆ご飯(祝い事・誕生日・坊主礼・盆)、すまし雑煮・栢餅(正月)、おはぎ(彼岸・庚申さん)、そら豆の粉むき・山菜の塩漬(葬儀)、笹巻き・かま焼き(代満で)	鯛を焼したかまぼこ(ハレ)、かしん(雑祭り)、うちご団子・うちご汁・そうめん・ところ天(盆)、おはぎ(彼岸)、赤飯(慶事)、小豆飯(仏事)、いっただき(ハレ、代満で)、里芋入り雑煮(正月)	
	次世代に伝え継ぎたい家庭料理	そら豆のこふき・豆ようかん・こんにやく・おはぎ・あん餅・あごのつみれ汁・かこ汁・小煮物・かま焼き・笹巻き・赤がれの煮物・呉汁・金山寺みそ・するめの糍づけ	混ぜご飯・おこわ・柿の葉寿司・かきもち・おいり・おはぎ・ぼたもち・かま焼き・おから	こも豆腐・しょうのけおこわいぎす・豆腐めし・小豆雑煮・豆の皮とり・はちのこ飯・きんちん・いわしだんご・あごだんご・呉汁・煮豆	かしん・いっただき・いもぼた・やなぎかけ・ゴズ料理(佃煮・刺身・背開きの天ぷら・昆布巻き)

※下線部は他地域と共通している部分、太字はその地域の特徴的な部分

《参考文献》

- 1) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における豆類利用の地域性と調理文化」, 『鳥取短期大学研究紀要』第47号(2003), pp.61-72.
- 2) 板倉一枝, 松島文子, 横山弥枝「鳥取県におけるいも類利用の地域性と調理文化」, 『鳥取短期大学研究紀要』第49号(2004), pp.53-61.
- 3) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における豆類・いも類の伝統的郷土食と地域特性」, 『日本調理科学会誌』Vol.38 No.1(2005), pp.99-104.
- 4) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における魚介類利用の地域性と調理文化」, 『鳥取短期大学研究紀要』第55号(2007), pp.61-71.
- 5) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における魚介類の伝統的郷土食と地域特性」, 『鳥取短期大学研究紀要』第57号(2008), pp.45-55.
- 6) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県におけるかに類の調理と地域特性」, 『鳥取短期大学研究紀要』第59号(2009), pp.53-64.
- 7) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における行事食の認知・喫食状況およびの地域特性」, 『鳥取短期大学研究紀要』第64号(2011), pp.21-29.
- 8) 日本調理科学会「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」委員会編集『日本調理科学会平成24~25年度「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」聞き書き調査報告書」, 2014, pp.382-389.
- 9) 日本調理科学会「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」委員会編集『日本調理科学会平成26年度「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」聞き書き調査報告書」, 2015, pp.156-157.
- 10) 松島文子, 板倉一枝「次世代に伝え継ぐ鳥取県の家庭料理」, 『鳥取短期大学研究紀要』第71号(2015), pp.11-22.
- 11) 板倉一枝, 松島文子「鳥取県の主食の特徴ー「次世代に伝え継ぐ家庭料理」の中からー」, 『鳥取短期大学研究紀要』第75号(2017), pp.21-28.
- 12) 日本の食生活全集編集委員会『日本の食生活全集』全50巻, 農山漁村文化協会, 1991-1992.
- 13) 「日本の食生活全集鳥取」編集委員会『日本の食生活全集31 聞き書鳥取の食事』, 農山漁村文化協会, 1991.
- 14) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 すし ちらしずし・巻きずし・押しずしなど』, 農山漁村文化協会, 2017.
- 15) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 肉・豆腐・麩のおかず』, 農山漁村文化協会, 2018.
- 16) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 小麦・いも・豆のおやつ』, 農山漁村文化協会, 2018.
- 17) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 魚のおかず いわし・さばなど』, 農山漁村文化協会, 2018.
- 18) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 野菜のおかず 秋から冬』, 農山漁村文化協会, 2018.
- 19) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 炊き込みご飯・おにぎり』, 農山漁村文化協会, 2019.
- 20) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 米のおやつともち』, 農山漁村文化協会, 2019.
- 21) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 漬物・佃煮・なめ味噌』, 農山漁村文化協会, 2019.
- 22) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 汁もの』, 農山漁村文化協会, 2019.
- 23) 日本調理科学会企画・編集『伝え継ぐ日本の家庭料理 そば・うどん・粉もの』, 農山漁村文化協会, 2020.