

次世代に伝え継ぐ鳥取県の家庭料理

松 島 文 子・板 倉 一 枝

Fumiko MATSUSHIMA, Kazue ITAKURA : Home Cooking of Tottori Prefecture  
Conveyed to the Next Generation

鳥取短期大学研究紀要 第71号 抜刷

2015年6月

## 次世代に伝え継ぐ鳥取県の家庭料理

松島文子・板倉一枝

Fumiko MATSUSHIMA, Kazue ITAKURA : Home Cooking of Tottori Prefecture  
Conveyed to the Next Generation

日本調理科学会特別研究「次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理」の一環として、鳥取県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、ならびに食料の保存と加工、間食などについて、地域の暮らしの背景とともに聞き書き調査を行った。鳥取県の各地域には、特産の食資源を経験的に組み合わせ、特有の調理手法により美味しく食べる工夫がされ、長い伝統により培われた独特の食文化が伝承されていることが確認された。

キーワード：家庭料理 行事食 食文化 鳥取県 次世代

### 1. はじめに

日本調理科学会では、特別研究「調理文化の地域性と調理科学」として、平成 12・13 年度に「豆類・いも類」、平成 15・16 年度に「魚介類」について調査・研究を行った。また、平成 21～23 年度には「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。これらの研究には学会員の多数が調査員として参画し、著者らも鳥取県の調査に参画し成果を報告した<sup>1-7)</sup>。

こ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、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。

今回の平成 24・25 年度特別研究は、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いる。また、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ている。

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』など大正末期から昭和初期までの記録集は見られる<sup>8,9)</sup>ものの、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 年に国際連合教育科学文化機関（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活かす、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<sup>10, 11)</sup>。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あることと考えられる。

## 2. 調査の概要

### (1) 聞き書き調査の事前準備

聞き書きを実施するにあたり、各地域の食事、料理および地域の食生活に関する先行研究・資料などについての書誌情報を収集し、調査地域の特徴、家庭料理とその特徴などを予備調査し、鳥取県調査資料リストを作成した。

### (2) 聞き書き調査地域

予備調査の結果を参考に、聞き書き調査地域として鳥取（鳥取市）、八頭（八頭郡・鳥取市用瀬町）、倉吉（倉吉市）、米子（境港市）の4地域を選定した（図1）。

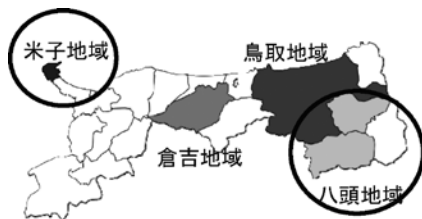


図1 調査地域

### (3) 聞き書き調査対象者

聞き書き調査対象者は、原則としてその地域で生まれ育ち、その地に30年以上居住する60歳代、70歳代以上で、家庭の食事作りに携わってきた人とした。調査対象者数は、鳥取地域3名、八頭地域3名、倉吉地域4名、米子地域4名であった。聞き書き調査の対象者を依頼するにあたっては、地域の食に詳しい生活改善実行グループ連絡協議会、食生活改善

推進協議会など地域の組織に協力をお願いした。また、組織の方に調査協力者として参加いただき、方言や地域特有の話を補足説明いただくなど、聞き書き調査が円滑に進められるように配慮した。調査協力者は八頭地域1名、米子地域1名であった。

### (4) 調査時期

調査時期は平成25年11月から同26年3月であった。

### (5) 調査内容

調査内容は、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、1960年から1970年（昭和35年から同45年）頃までに定着していた地域の郷土料理および歴史的な由来、食材、調理法、料理の変容、次世代に伝え継ぎたい料理についても聞き書き調査を行った。

### (6) 調査方法

各地域で育んできた料理とその背景を知るために、話し手の思い出のある料理や伝えたい料理について、歴史的な由来や食材や調理法などを、その暮らしとともに聞き書きした。聞き書きは、語り手と聞き手が対話を重ね、文字に残らない語り手の生活や思いなどを聞き出し、文章化していく共同作業である。聞き手の一方的な調査とならないよう配慮しながら調査に当たった。

なお、日本調理科学会には倫理委員会が設置されていないため、聞き書き調査対象者には、協力説明書を用いて研究の目的などを説明した後、署名による同意を得て、聞き書き調査を実施した。同意書は学会で保存した。

### (7) 研究組織

研究組織は、日本調理科学会員により構成した。

### 3. 調査結果および考察

#### (1) 鳥取地域

##### 1) 鳥取地域の食生活の特徴と概要

<日常の食> 米や小麦、大豆は栽培し、食料のほとんどを自給し、購入することは少なかった。小豆も田んぼのあぜに作っていた。時々、行商（呼称：あきんどさん）から魚を買う程度であった。昭和30年代の主食は、2割か3割のつぶし麦を混ぜた麦ご飯であった。30年代後半には麦の量が少なくなり、40年代になると麦は入らない白ご飯が中心であった。副食として、稲刈りなどの忙しい農繁期には金山寺みそや漬物、常備菜などを食べていた。朝食はご飯にみそ汁、漬物程度、昼食はご飯に副菜の残り物で済ませた。夕食は、毎日ではないが魚料理が付くことが多かった。鮮魚（かれい、さば、あご、あじなど）または塩魚の料理が一品に煮物、お浸しなどであった。あきんどさんが近くの賀露港に揚がる魚を背負ったり自転車に積んだりして毎日のように売りに来ていた。かにが当時はよく獲れて安価であり、かに汁にしてよく食べた。

新しい年の1月は、正月前にたくさん搗いておいした餅を毎朝食べ、残った餅は水餅にし、かめの水を交換しながら冬の保存食として餅が無くなる3月頃まで食べた。食べ方としては、おからに大根、人参を加えしっとり炊きあげた「おからのたいたの」をゆでた餅にまぶしたり、焼いた餅に砂糖醤油を付けたりしておやつ代わりに食べていた。

<食料保存と加工> ふき、わらび、ぜんまい、筍などの山菜は塩漬けにして保存し、1年中料理に使っていた。漬物は梅干し、らっきょう漬け、たくあん漬けなどを作り、干し柿、かきもち、豆腐なども自家製であった。

<間食> かきもちが寒の内の2月に作り、こぼさま（間食）に食した。食紅（赤・黄・緑）を加えて着色したものや、黒豆入りのかきもちもあった。よもぎを入れたおやきや茗荷の葉に包んだかま焼き、

笹まきなど季節のこぼさま、自家栽培の柿、梨、干し柿などを食べた。

<ハレの食事・行事食> 正月には兄弟、親戚が集うため、食事を大量に手作りしていた。巻きずし、煮物（わらび、ぜんまい、こんにゃく、棒だらなど）、酢の物（れんこん、酢ごぼう、五色なますなど）が作られ、雑煮は小豆雑煮であった。七草粥はセリのみを入れたお粥であった。3月の春の彼岸には、ぼたもちを必ず作った。4月の旧暦のお雛さんには、たにし（稲刈り後の田んぼで獲り、かますに入れて保存）の料理と「わけぎのぬた」を必ず作り、おいり、ひし餅、くわい、桃の花、よもぎなどと一緒にお供えした。春のお祭り（氏神さんの例大祭）には、赤がれいの煮物、巻きずし、いなりずし、煮物（筍、塩漬けのふき・わらび・ぜんまい）、あん餅などを作った。祭りは親戚の交流の場でもあった。6月終わりごろから7月には田植えが行われた。昭和40年代初めの頃までは五月女による田植えが行われ、食事は共同炊事で作った。昼食、夕食には魚と野菜煮物、あごのみそ汁を必ずつけた。魚は行商の方に注文し、集落まで届けてもらった。こぼさまも作った。8月6日の旧暦の七夕さんには、小豆ご飯（うるち米）のおにぎり、煮物（油揚げ、高野豆腐、ごぼう、しいたけ）を、採れた夏野菜（なす、とうもろこし、きゅうり馬など）を桐の葉の上に並べたものと一緒に、縁側にお供えした。8月13日からの盂蘭盆には、蓮の葉の上にそうめん、煮物料理、夏野菜を載せてお供えした。8月16日の仏送りには、おがらを舟に見たて、そうめん、おにぎり、季節の煮物を載せた。スイカにろうそくを立て、火が消えないように川に流し、見送った。9月の秋彼岸には、おはぎを仏さんにお供えした。稲刈り後のかま祝いと稲こき後のこき祝いには、おはぎを作り神棚と仏さんにお供えした。

#### 2) 次世代に伝え継ぎたい鳥取地域の家庭料理

##### ①行事食

【そら豆のこぶき】【豆ようかん】【こんにゃく】大

勢の客のもてなし料理として70人から80人分作った。豆ようかんは、乾燥そら豆に重曹を加え、茹でて皮を取り除き、水にさらして砂糖を加え煮詰め、バットに流し込み冷まして固めたもので、客用料理や葬儀には欠かせない料理であった。

【おはぎ】【あん餅】小豆あんのほかにそら豆のこしあん、白えんどう豆のあん、栗のあんなどをおはぎや餅にまぶして食べた。

## ②日常食

【あごのつみれ汁】とびうおの身をたたいて摺り、団子に丸めてすまし汁やみそ汁に入れた。

【かに汁】かにの獲れる時期になるとあきんどさんから親がに(雌のズワイガニ)を買い、みそ汁にした。

【小煮物】大根、里芋、人参、ごぼう、油揚げ、しいたけ、なす、豆、高野豆腐など、季節に採れる野菜やいも類が様々入った煮物。

【かま焼き】小麦粉を水でこね、あんを包んで丸め、茗荷の葉で包み、かまで焼いたもの。小麦焼きともいった。

【笹巻き】この地域ではほとんどが砂糖を入れたちまきである。

その他に【赤がれいの煮物】【呉汁】【金山寺みそ】【すめめの糍づけ】などがある。

食文化の歴史的な背景として、鳥取藩32万石では、財政事情から大豆たんぱくを摂ることを奨励されていたという事情がある。明治初期、人口3万人足らずの城下町である鳥取に、豆腐屋が65軒もあったという。鳥取県では豆腐やその加工品である油揚げ、呉、おから、そしてそれらを使った料理が日常的に作られており、豆腐は鳥取の人々の暮らしと結びつき、地域特有の郷土料理や食べ方が传承されてきたと考えられる。鳥取市を中心に作られる「豆腐ちくわ」は、魚肉の代わりに豆腐を用い、塩、砂糖、澱粉を加え、よく練って成形し蒸し上げたちくわである。豆腐特有の淡泊な味わいと弾力のある歯ざわりに特徴がある<sup>12,13)</sup>。その他にもおからを用いた「しろはたずし」、「呉汁」、「白あえ」、「けんちん」などが食されていた。

鳥取県内の他地域における豆腐や大豆の食文化として、県中部の倉吉地域には、後述の「こも豆腐<sup>14)</sup>」、「豆腐めし(どんどろけめし)」が传承され、また県西部の米子地域(弓ヶ浜半島)では全国に知られる鳥取の代表的な郷土料理である後述の「いただき」が日常的に食されていた。

## (2) 八頭地域

### 1) 八頭地域の食生活の特徴と概要

<日常の食> 自宅の縁の下などで、食用の鶏やウサギなどを飼っていた。いわしなどの魚は行商さんが売りに来て、米などと物々交換していた。売りに来る頻度は地域によって差があった。地域に商店が1軒あり、缶詰やそうめんなどの乾物が売られていた。豆腐屋さんが昔からあった。地元で採れる野菜や山菜が食生活の中心で、干したり塩漬けにしたりして保存食としても利用していた。昭和30年代の主食は麦ご飯が中心で、昭和40年頃から白ご飯に変わってきた。精米は水車で搗いて行われていたが、精米機で搗く家もあった。副食として、季節の野菜や山菜を中心に調理し食べていた。卵を元気のない時などに汁に落としたり、卵かけご飯などにして食べた。飼っていたウサギを骨まで叩いて「じゃぶ」にして食べた。大豆は摺って呉汁に利用したり、豆腐の代わりにあえ物などに利用したりしていた。煮おかずが多く、塩漬けにした筍、干し大根などの保存食も利用していた。いも類は煮物や汁、けんちゃん煮(けんちん)、いとこ煮などに利用した。10月中・下旬に食べる「どじょう鍋」、秋の終わりから3月頃まで「ぬた」にして食べるたにし、寒中うぐいの「うぐい鍋」、「煮つけ」、「串焼き」などは、貴重なたんぱく源として重宝され、ご馳走とされていた。

<食料保存と加工> 野菜や山菜は塩漬けにしたり干したりして保存しておくことが多かった。ご飯に合い、切るだけで食べられるため、自家製のみそを使って、大根やゆずなどなんでもみそ漬けにしていた。魚は新鮮なものが手に入りやすく、塩漬けしたさばなどをよく利用した。

<間食> 近くで採れる梨などの果物を食べていた。干し柿や干し芋などを作り、間食として食べていた。色粉で色を付けた甘みの少ない「かきもち」の端を四角く切って、油いためにして食べていた。雛祭りの頃の「おいり」や6月頃に茗荷の葉で包んで作る「かま焼き」などは、今でも食されている。

<ハレの食事・行事食> 「小豆ご飯」は祝い事や誕生日、正月4日の坊主礼などによく作って食べる。正月料理として、鯨の皮と野菜を具にしたみそ汁の他、野菜の炊いたものや山菜の漬物などがある。雑煮は丸餅をかつおと醤油のすまし汁に入れたもので、具材は入っていない。みそ仕立てでつくる家もあった。白餅だけでなく栃餅も作られており、この地域では米が貴重だったために栃の割合の方が多いくらいであった。地域によっては、お盆の14日に餅を、または15日に小豆ご飯を供える習慣がある。彼岸にはおはぎ・ぼたもちを供える。葬式のときにはそら豆の粉むき（またはあんこ）、わらび・ふき・筍の塩出ししたものを必ず利用する習慣があった。代満て、庚申さん、こき祝いなどの農耕儀礼では、節目節目にご馳走をしていた。代満てには笹巻き、かま焼きなどを食した。60日ごとに行われる庚申さんでは花と7種類のおかずを木にくくりつける習慣があり、おはぎなどをお供えした。秋の稲こきの後に行われるこき祝いでは、混ぜご飯などのほか、老廃鶏などを石で叩いてごぼうなどと一緒に団子にして食べた。

## 2) 次世代に伝え継ぎたい八頭地域の家庭料理

### 行事食および日常食

【混ぜご飯】昔はご馳走で、豆腐、油揚げ（またはちくわ）、鶏肉、ごぼう、人参、しいたけなどの具を煮た汁を加えてご飯を炊き、後でご飯に具を混ぜて作る。

【おこわ】小豆と栗を入れて作る。各町の特産品や特徴を生かして、具材やネーミングを変えている。イベントなどで売り出すが、よく売れている。例えば智頭町では擬宝珠の塩漬け、むかご、筍、人参、

ごぼう、しいたけを具にしていて、山菜が入っているのが特徴である。

【柿の葉寿司】塩ますの柵を薄切りにしたものをすし飯と一緒にして山椒の実をのせ、柿の葉で包んだ、智頭町の特産品である。お盆に食す際は柿の葉を用いず、「こけら寿司」とすることもある。

【かきもち】餅を赤・黄・緑などの色粉で着色して形を整え、薄切りにして藁で編み込み乾燥させたものである。現在のものは少し甘みもあり、いくつか具のバリエーションも増えており、智頭町の特産品として冬場につくられている。

そのほかに、【おはぎ・ぼたもち】【かま焼き】【おから】などがある。

八頭地域は、鳥取県東部の山間に位置する。智頭町や若桜町などの山間部は林業が盛んで、年間を通して気温が低く、冬は積雪の多い地域である。平野部に近い八頭町は農業が基幹産業であり、水稻の他、柿（花御所柿、西条柿）、梨、リンゴ、ぶどうなどの果樹栽培も行われている。食文化の背景として、魚介類の入手が難しい山間地域では、塩でしめた魚（さば、ます、あゆ、しいらなど）を用いたなれずしの食文化が認められた。保存食としての「さばずし」は、元々お盆の精進落としの料理であった。また、智頭町の「柿の葉寿司」は全国的に知られる郷土料理である<sup>13,15)</sup>。

## (3) 倉吉地域

### 1) 倉吉地域の食生活の特徴と概要

<日常の食> 当時は食料を購入することは少なく、ほとんど自給自足であった。行商（呼称：あきんどさん）が魚の入った木箱や練り物を自転車に積んで回り、そこから時々購入していた。その後、スーパーができ、塩魚（さけ・ます）を箱単位で購入し保存食とした。朝食には米に麦を2・3割混ぜた麦ご飯を食べた。朝ご飯の前に、米の節約のために「おやき」を食べた。さつま芋・里芋を煮ていすぬかを加え、全体を搗いて直径20cmに丸め、囲炉裏で焼いて熟柿を付けて食べた。米や食材を大切に無駄な

く合理的に使用していた。季節の野菜のみそ汁、漬物、根菜の酢漬け、常備菜のほか、夕食には魚の一品が付くこともあった。どじょうやずがにを川で採り、「どじょうのてんてこ」や「ずがに飯」にした。田植え後の田んぼで採れたたにしを茹で、身を取り野菜と一緒に炒めて煮る、あるいはみそ汁の具にして食べた。大豆はすり鉢で摺り、「呉汁」にした。

＜食料保存と加工＞ 大豆は田んぼのあぜにたくさん作られていたことから、あぜ豆ともいわれ、集落の班の中にある豆腐小屋で豆腐に加工された。筍や山菜は塩漬けにして保存し、塩抜きして味付けし、正月料理や行事食、「しょうのけおこわ」の具にも使った。漬物は大根のみそ漬け、割り干し大根、梅干漬けなどを食した。

＜間食＞ 小麦粉ともち米粉を水でこね、丸めて茗荷の葉で包みほうろくで焼いた「かあら焼き」、干し芋、干し柿、かきもち、<sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup>そら豆の<sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup><sup>・</sup>いった、おやき、芋あめ、おいり、ちまきのほか、みかん、ゆず、なつめ、きんかんなど自宅で採れる果物がこぼしま(はしま)であった。

＜ハレの食事・行事食＞ ハレの食事として盛り皿(さはち盛り)がある。様々なご馳走を大皿に盛ったもので、沢山のお客のおもてなし料理として作られた。盛り付ける料理はこも豆腐、天ぶら(さつま芋・しそ穂の天ぶら、ごぼうと人参のかき揚げ)、押しずし、巻きずし、いなりずし、焼きさば、筍・しいたけ・山菜の煮付け、茹で卵、竹輪、ようかん、赤板かまぼこなどで、盛り皿のほかにうどん、酢じめいわしなどが供せられ、年に3・4回(春と秋)は作った。客のおもてなし料理には、老廃鶏を骨ごとたたいて団子にしたものや、鶏肉をごぼう、人参、豆腐を炒め煮にした「じゃぶ」を作った。ウサギ肉も使った。5月から9月には田んぼで飼っていたこいを焼いて客用のご馳走にした。お産をした後にこいを食べると母乳の出がよくなるといわれ、食する習慣があった。正月料理には、小豆雑煮と煮しめ(結び昆布、かんぴょう)、するめのしょうゆ漬け、ふなみそ(焼いたふなを小さく切ったみそ味の包み干

し)などがあり、小豆雑煮は元日朝から3日ごろまで食べた。

農耕儀礼として、田の神さんの一番亥の子(旧暦10月)に餅を搗き、またはおはぎを作りお供えした。荒神さん(旧10月申)にも餅を搗いた。田植えが終わると代満てとしてたにしと玉ねぎを炒めて炊いたご飯をお供えした。また代満ては「宮ごもり」と称し、重箱(いれこ)に筍・野菜・山菜の煮物やきつねずしやご飯を入れ、酒とともに各家庭が持ち寄り、お宮さんに一日こもり休む習慣があった。稲刈りの後のかま祝いや稲こきが終わったら、炊き込みご飯をお供えした。嫁の里帰りにはあん餅(呼称：みやげ餅)を持たせた。

## 2) 次世代に伝え継ぎたい倉吉地域の家庭料理

### ①行事食

【こも豆腐】100年位前から作られていた料理で、盆、正月、祭りや法事などの行事に作られたさはち盛りの一品。ごぼうと人参を芯に、豆腐を稲わらで巻いた料理。山椒やさや豆を入れる家もあった。

【しょうのけおこわ】もち米にごぼう、油揚げ、人参、筍、しいたけ、山菜、ぎんなんなど季節の具材を入れた味付けおこわ。祭りやお客さんのご馳走に作られた。

【いぎす】鳥取県中部では人寄せの時のご馳走、仏事には現在も欠かせない一品である。

【豆腐めし】豆腐をたくさん(一度に24丁)作ったので、豆腐文化から生まれた料理の一つである。豆腐を油で炒めて、米に加えて炊いた。

そのほかに【小豆雑煮】【豆の皮とり】【はちのご飯】などがある。

### ②日常食

【きんちん】大根、里芋、人参、ごぼう、油揚げ、昆布などの煮物であり、けんちんの名で知られるが、倉吉地域ではきんちんと称した。

【いわしだんご】いわしの身をたたいて摺り、みそ、ごぼう、人参、山椒を混ぜ、楕円形に形作り煮たもの。

【あごだんご】 とびうおを用い、いわしだんごと同様に作ったもの。

そのほかに【呉汁】【煮豆】などがある。

倉吉地域では古くから農業が行われ、現在も地域経済を支える重要な基幹産業となっている。水稲収穫量は県内第2位であり、キャベツ、大豆、スイカ、メロンなどが主要農産物である。また全国有数の二十世紀梨の産地としても知られている。

昭和35年から同45年頃の倉吉地域には、食文化の背景として芋の補食文化が見られた。朝ご飯の前に米の節約のために、さつま芋、里芋、いすぬかで作った「おやき」が食されていた。いすぬかも食料として余すところなく合理的に利用したという。川や水田でとれるどじょう、こい、ずがに、たにしも当時は重要なたんぱく源であり、季節の食材と組み合わせると美味しく食べる工夫がされていた。大豆が多く栽培され、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「こも豆腐」作りなどに利用した。全国的に知られる「こも豆腐」は倉吉地域特有の豆腐食文化といえる<sup>12,14)</sup>。現在も、倉吉市北谷地区には、数は少ないが豆腐小屋が残存している。近年では学校教育の総合学習の中に郷土料理づくり体験を組み入れている学校が見られる。また地域の祭りやイベントを通して、郷土の伝承料理や食文化を次代の担い手である子どもたちへ受け継ぐべく、地域をあげた取り組みと活動が行われている。

#### (4) 米子地域

##### 1) 米子地域の食生活の特徴と概要

<日常の食> 近くに日本海や中海があるため、鮮度の良い魚介類が入手できた。田んぼはぬかるみが多く米の栽培に適していないため、米の生産量は少ない。畑地が砂地のため、さつま芋を多く生産しており、高度成長期の頃まではさつま芋中心の食生活であった。近くに加工品の工場も多く、缶詰やかま

ぼこなども用いられていた。近所で栽培されている果物（橙や甘柿、いちぢくやぐみなど）をもらって食べていた。主食として、朝食には米に麦を2～5割程度混ぜた麦ご飯を食べた。米のとれない地域だったので米は貴重であり、朝だけのご飯が食べさせてもらえたが、芋が代用食として用いられた。昼食には蒸したさつま芋や、蒸したり煮たりしたじゃが芋を食べた。ただし、勤め人のお弁当だけのご飯だった。「いか飯」や「赤貝めし」なども作られた。副食として、菜っ葉や大根、いも類など季節の具材が入ったみそ汁を朝食に食した。海藻、刀豆、人参などを麴や醤油等で漬けた菜みそも定番だった。子どもには時々卵がついた。朝食はおかずがほとんどなく、漬物があれば食べる程度だった。夕食はいわしやさばなど青魚の煮魚や焼き魚、野菜の煮物などがおかずだった。鮮度の良い魚が手に入るため、それらを刺身、焼き魚、煮魚などにして食した。えのは（ひいらぎ）、ごず（はぜ）、中海で獲れる赤貝などもよく食べた。冬は鮮度の良いしがれいを鍋にした。わかめなどの海藻類もよく用いられており、わかめ、豆腐、きのこなどがみそ汁によく用いられた。戦後はかぼちゃの煮つけにご飯粒を少量かけて食べることもあった。鶏、ヤギ、豚、ウサギなどを飼っている家が多く、老廃鶏は「じゃぶ」にして食していた。大豆を栽培していたため、「呉汁」などもよく食した。浜防風は酢みそ、天ぷらなどにして食した。

<食料保存と加工> 10月にさつま芋を収穫すると、干して「ねぼし」にしたものを粉にして保存した。大豆は石臼でひき、砂糖の代わりにサッカリンやズルチンを入れてきな粉にした。大根漬けを作ったり、古いみそで大根、人参、ごぼうなどをみそ漬け（袋漬け）にしたりした。青いメロンや小スイカ、ソーメンかぼちゃなどで奈良漬を作った。らっきょうや梅なども漬けていた。みそや醤油は手作りしていた。

<間食> ご飯の残りを干し米にし、おいりにして砂糖をまぶし、おやつ代わりにしていた。ねぼし粉



でつくる「ねぼし団子」は冷めたら固くなるため、煮て昼食代わりや「はしま」（間食）とした。

<ハレの食事・行事食> ハレの日にはたいなどの縁起物をかたどったかまぼこを贈る習慣がある。行事食として、雛祭りには「ちらし寿司」、「かしん」、五月の節句には「ちまき」、彼岸には「ぼたもち・おはぎ」、盆には「そうめん」、「ところ天」、「寒天」、生大豆粉で作った「うちご団子」「うちご汁」などを食す習慣がある。「寒天」は七類<sup>註1)</sup>で採れるてんぐさを煮てバットで固めたもので、きな粉、砂糖、醤油、酢醤油など好みの味付けで食べる。中浜地区は砂地で農作物の栽培が困難な地域であるが、「ちまきを巻くと病気になる」という昔からの謂れがあり、他地域の人からちまきをもらって食べている。お祝い事や仏事には小豆が良く使われた。慶事には「赤飯」が、仏事には「小豆飯」が作られている。正月には、人参、ごぼう、しいたけ、高野豆腐、こんにゃく、昆布などで煮しめが作られている。雑煮は里芋を入れたすまし仕立てのもので、朝食に必ず食べられている。農耕儀礼として、代満ての際に郷土料理でもある「いただき」がお手伝いの人などにも振る舞われる。また、代満ての頃に手打ちのそうめんやうどん、おこわなどをお返しするのが習わしであった。

## 2) 次世代に伝え継ぎたい米子地域の家庭料理

### ①行事食

【かしん】餅の残りを切って干したものと、生のさつま芋をさいの目に切って干して茹で、薄く切ったものをせんべいにしたものである。雛あられの代わりに作られ、食されている。

### ②日常食

【いただき】別名「ののこ飯」ともいい、大きめの油揚げに米と具材を詰めて煮干しや昆布のだしで炊いたものである。運動会や大山登山<sup>だいせん</sup>などの行事のほか、漁に出る人の弁当代わりなど日常でも食されている。いただきという名称は、中国地方最高峰・大山の“頂”をイメージして名づけられたともいわれる。

【いもぼた】茹でたさつま芋と里芋をつぶしてこね、団子にしたものである。

【やなぎかけ】すずきやせいごなどのあっさりした白身魚の刺身をご飯にのせ、湯や醤油をかけてお茶漬けにしたものである。

【ごず料理】中海で獲れるごずをよく食した。「干しごずの佃煮」、「刺身」、「背開きの天ぷら」などのほか、正月にはにしんやししゃもの代わりに「昆布巻き」にする。

境港市は、県北西部の弓ヶ浜地域の先端に位置しており、東は日本海に、西は中海（なかうみ、ちゅうかいとも言う）に面している。日本海側でも有数の漁港・境港があり、水産資源が豊富である。この地域はぬかるみや砂地が多く、作物の栽培が難しい。そのため、砂地でも栽培が可能なさつま芋を米の代用、補食として調理加工し食する、独特の食文化がある。さつま芋が救荒作物として明治20年（1887）頃より栽培されていて、生のさつま芋を切り干しにして乾燥保存した「ねぼし」を団子やまんじゅう、粥にして日常的に食する調理文化が見られる<sup>16)</sup>。

表1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2に次世代に伝え継ぎたい料理の中から、4地域の代表的な料理の写真および説明を示した。

## 4. おわりに

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た。1960年から1970年（昭和35年～同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。

表1 地域別にみ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
主食	麦飯が中心であったが、麦の割合が減り、昭和40年代からは白米に変わった。	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食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。	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。中海のごず（はぜ）、えのは（ひいらぎ）、赤貝、鶏、ウサギ、ヤギもたんぱく源。
食品保存・加工	山菜を塩漬けにして1年中使用。漬物、干し柿、豆腐など。	野菜や山菜を塩漬け、みそ漬けや干して利用した。	山菜の塩漬け、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	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
ハレの行事	巻き寿司・煮物・酢の物・小豆雑煮（正月）、たにし料理・ぬた（雛祭り）、赤がれいの煮物・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・栃餅（正月）、おはぎ（彼岸・庚申さん）、そら豆の粉むき・山菜の塩漬け（葬儀）、笹巻き・かま焼き（代満て）	盛り皿料理（さはち盛り）〔こも豆腐・天ぷら・寿司など〕・じゃぶ・鱈の焼き物（おもてなし）、小豆雑煮（正月）、餅・おはぎ・炊き込みご飯（農耕儀礼）、あん餅（里帰り）	鯛を模したかまぼこ（ハレ）、かしん（雛祭り）、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）、いたただき（ハレ、代満て）、里芋入り雑煮（正月）
次世代に伝え継ぎたい料理	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・かに汁・小煮物・かま焼き・笹巻き・赤がれいの煮物・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・いたただき・いもぼた・やなぎかけ・ごず料理（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

(1) 鳥取地域



①かに汁



②かに飯



③かま焼き

(2) 八頭地域



①柿の葉寿司

(3) 倉吉地域



①こも豆腐

(4) 米子地域



①いただき



②混ぜご飯



②豆腐めし



②いもぼた

図2 次世代に伝え継ぎたい料理

- (1) 鳥取地域 【①かに汁 ②かに飯】鳥取の冬の味覚の代表であるかに（親がに）を用いた代表的な郷土料理。賀露港ではかにが当時はよく獲れ安価であり、日常的にかに汁・かにご飯にして食された。【③かま焼き】小麦粉を水でこね、あんを包んで丸め茗荷の葉で包み、かまで焼いたもの。日常的に食された。
- (2) 八頭地域 【①柿の葉寿司】塩ますの柵を薄切りにしたものをすし飯と一緒にして山椒の実をのせ、柿の葉で包んだ智頭町特産品。お盆には柿の葉を用いずこけら寿司として食された。【②混ぜご飯】豆腐、油揚げ、鶏肉、ごぼう、人参などの具を煮て調味し、炊いたご飯に混ぜたもの。当時のご馳走であった。
- (3) 倉吉地域 【①こも豆腐】100年位前から作られていた料理で、盆、正月、祭りや法事などの行事の大皿盛りに欠かせない一品。ごぼうと人参を芯に豆腐を稲わらで巻いた料理。表面のわらの跡が筋状に残り、素朴な味。【②豆腐めし】豆腐文化から生まれた料理の一つである。豆腐を油で炒めて、米に加えご飯に炊いた。
- (4) 米子地域 【①いただき】「ののこ飯」とも呼ばれ、弓ヶ浜地域に伝わる代表的な郷土料理。元々は新米収穫時のハレ食。現在も運動会のお弁当など行事食として一般家庭で作られる。大きめの油揚げに米とごぼう・人参などの具材を詰めて調味液で炊いたもの。名称は中国地方最高峰・大山の「頂」をイメージして名づけられた。【②いもぼた】もち米にさつま芋と里芋を加えて炊き、搗いて丸め、きな粉などをまぶしたもの。日常食や彼岸の行事食として食された。

今回の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。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こぎ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ことが分かった。

今後は、鳥取県の各地域に残されている特徴ある料理について、さらに調査地域を拡げて研究を深めるとともに、日本調理科学会特別研究の目標である「次世代に伝え継ぐ家庭料理」を広く社会に公開することを課題としたい。

## 謝辞

本研究にあたり、ご支援とご協力をいただきました鳥取県八頭農業改良普及所・北山小百合氏、鳥取県西部農業改良普及所・藤井晶子氏、鳥取短期大学生活学科食物栄養専攻・原奈津子助手、ならびに聞き書き調査にご協力をいただきました対象者の皆様に心より感謝いたします。

本研究は平成24・25年度日本調理科学会特別研

究補助金の助成を受けて実施したものである。

なお、本報告の一部は、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<sup>17)</sup>に報告し、日本調理科学会平成26年度大会(2014年8月、広島)において発表した。

## 注

- 1) 鳥根県松江市美保関町にある七類港のこと。米子地域にある境港市のさらに北側、境水道を隔てた鳥根半島の日本海側に位置する。

## 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), p. 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), p. 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), p. 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), p. 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), p. 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), p. 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), p. 21-29
- 8) 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
- 9) 「日本の食生活全集鳥取」編集委員会『日本の食生活全集31 聞き書き鳥取の食事』, 農山漁村文化協会, 1991

- 10) 江原絢子『家庭料理の近代』, 吉川弘文館, 2012, p. 198
- 11) 読売新聞生活部編『読売新聞家庭面の100年レシピ』, 文芸春秋, 2015, p. 32
- 12) 石毛直道他監修『週刊朝日百科世界のたべもの』(第10巻92号 日本編郷土の料理), 朝日新聞社, 1982, p. 34-39
- 13) 「とっとり〇美味しい」刊行会『とっとり〇美味しい』, 鳥取県教科書販売株式会社, 2002, p. 48, 72-73
- 14) 後藤真樹『未来へ伝えたい日本の伝統料理 四季を通じた料理』, 小峰書店, 2010, p. 4-5
- 15) 中林孝子他編著, 『八頭のあじ』, 八頭生活改善実行グループ連絡協議会, 2004, p. 77
- 16) 前掲9)『日本の食生活全集31 聞き書鳥取の食事』, p. 278
- 17) 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, p. 382-389