

第二節 食

―食生活の変遷と郷土食 つくる・たべる・そなえる―

一 食生活の変遷

食生活の変遷

昭和三十年代にはいつて、矢吹町の農村の生活は一変する。

特に昭和三十一年に羽鳥用水事業が結実して矢吹平原の大地にも水がひきこまれると、畑作地が水田化され、新たな開拓事業にあわせて機械化の進展が進み、今まで阿武隈川流域と自然湧水によりかぎられていた水田も拡大して、生産形態ばかりか生活全体が大きく変容した。米がより身近になり、食生活も辛抱・辛苦の時代からようやく解き放たれた。そのときの農民の感激の思いは、『矢吹町史』第1巻通史編にあげられている。

農業粗生産額は昭和三十年と四十年との比較で二・九倍の伸びをみせている。さらに、戦後の農地改革と新生活運動に伴う民主化運動も、生活全体に大きな影響を与えた。

江戸時代から長い間伝統的な間取り形式を保っていた農家建築は、機械化の進展によって家畜がいなくなると土間が塞がれ、イロリも閉じられていった。部屋は小さく個人部屋も設けられるようになり、採光と排水への衛生面の配慮から風呂・台所の改善、着るものから食べるもの細かな所まで講習と指導が進められた。形から意識への変革である。

こうしたことは、農村部における家長制度という封建的な仕組みの中で、それまで社会の表には登場しなかった女性の意識改革へと連なり、それから家族全体に、さらに地域全体を覆い尽くすまでさまざまな改革・改善が広がった。いわば日本史上においても大変革の時代であった。

イロリとカマド

こうした時代の新生活運動の中心として、女の立場を象徴する居場所であり、暗く湿った場所であった台所は、採光を充分に受けやすく、排水に考慮し、かつ働きやすい場所へといち早く衛生的な改善が加えられていった。戦後の民主化は女の地位の向上を第一に進められていったといっても過言ではない。

土間奥の炊事場には、土や石でかためたカマド（竈。クドともいう）があった。大きな家になると三連式のカマドもあったが、普通の家では家畜の飼料を煮るための馬釜と、家族の炊飯のためのカマドがふたつ並んでいた。

土間奥のザシキ寄りには、夏は板の間、寒い時期にはムシロ敷のリョウリノマがあつて、外側はデンゴシ（出格子。デンゲシ、デゴシともいう）、土間側にイロリ（シタイロリ）が据えられていた。シタイロリは土間側から薪を焼くように開いているフンゴミ（踏みこみ）である。天井からは自在鉤がさげられ、通常の煮炊きはこのシタイロリを使っておこなわれた。味噌汁などは鉄鍋を鉤に吊るしてこでつくった。ウワザシキにもイロリ（ウエノイロリ）が切られているが、ウエノイロリは正月や冠婚葬祭など特別の物事



【写真58】台所1・円谷良行家



【写真59】台所2・円谷良行家



【写真57】イロリ・円谷良行家

があったときにだけ使われた。

昭和二十八年ごろに糠^かを燃料とする竈^{かまど}（糠竈）がはやった。

食事の場所

朝は三、四時に起床し朝草刈りに出かけ七時ごろに戻る。土間のアガリツクチ（アガリツブチ）に箱膳^{はこぜん}を出し、デンゴシでママ（飯）を食った。冬はシタイロリにドタンベイリして食べた。

朝食をすませると再び山仕事に出かけ、昼は家に戻って食べた。山で蓋と箱の両方に飯を詰めて（アワセメツパという）持っていた弁当を食べた。家に戻った主婦は、昼食を食べると風呂の水汲みや洗濯をし、一時ごろに再び山仕事に出かけた。日が暮れてからようやく家にはいり、夕食の準備にとりかかる。夕食は土間のシタイロリを囲み、それぞれの箱膳を出して食べるが、一家の主婦は家族の世話があり、立ったり座ったりと、ここでも忙しい食事であった。

座順

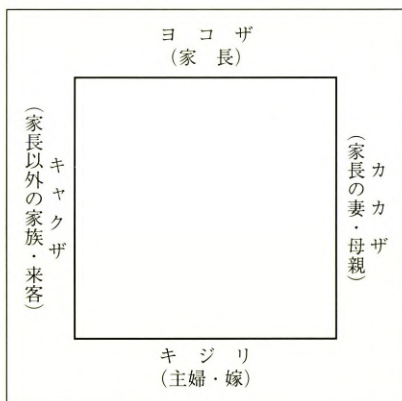
イロリには座順があり、一家の主である家長の座る場所は土間側からみると正面奥がヨコザ、客がきたときに座るのがトンボ

（入口）側のキヤクザ、キヤクザの反対側がカカザで母親が座り、ヨコザの反対側の土間に接するキジリは薪を焼べる場所で、嫁の居場所であった。

食事の道具

外国にいくと、日本の食生活との違いを肌で感じる人が多い。そのひとつが、日本ではそれぞれに箸や飯碗や汁椀を持つといった、食器を銘々に所有するという文化である。

中国にしろほかのアジアの国々にしろ、その家にいけば家族も客も、箸も碗も出された食器を使って食べる、共用品である。西洋にしてもマイ・スプーンなどというものはない。食べるそのときには個々で、みんなで使い回しはしないが誰々専用というものではない。日本人だけが自分の箸を持ち、自分の茶碗



【図2】イロリの座順

を持つのである。

こうしたことも含めて日本人の主な食事の道具をみると、日本人の主食であるご飯を食べる飯椀、汁用の汁椀、箸、大皿、小皿（テシヨウともいう）があり、それぞれに用途を持つ。さらに、大皿を除いてこれらの食器は使うたびに洗われ、それぞれの箱膳に納められていた。

飯台はイロリでの生活には不向きで、矢吹町の農村部ではイロリの衰退とともに昭和三十年代以降に登場してくる。

調理用具

臼と杵は、穀物の脱穀から精白・製粉・餅つきまでおこなう。臼には立ち臼と摺り臼とがあり、立ち臼は木製で、摺り臼が登場してからは製粉・餅つき専用にかわった。摺り臼には土摺臼と木摺臼と石臼があり、製粉には石臼が使われた。

トロロやゴマ、マメを摺る用具に搗り鉢と搗りこぎ棒がある。強飯をふかしたり、餅・マメをつくるのには蒸籠（セイロ）を使った。

鉄鍋は大鍋・中鍋・小鍋などがあり、ご飯を炊くときもおかずを煮るときにも使った。イロリで煮炊きするのに重宝であった。しかし、ご飯の都合、途中で鍋を火から遠ざけて炊き上げる必要がある。それに比べ、羽釜はカマドでの炊飯に使い、途中で火から遠ざけなくてもよく、火をひいて余熱でふかすことですむので加減がらくであった。

ホウロク（炮烙）は、ゴマ・マメ・米・ムギなどを炒るのに使った。



【写真61】モミガラ（糠）甕とホウロク
（提供 星信之助）



【写真60】箱膳（提供 後藤助一郎）

料理用のお湯は鍋で、お茶など飲料のお湯は鉄瓶で沸かした。

包丁は幾つかの種類があるが、農家では使いわけず、大概菜つ切り包丁一丁であった。まな板は柳材のものがよいが、包丁と同様に一枚を持ち、野菜を切る面と魚を切る面とを使いわけたり、表面がへこんだら削って平らに調整しないで裏面を使った。また、ウドン・餅をつくるための伸し板・伸し棒・ウドン切り包丁もある。

箆すりばちはふかしたり、漉こしたりするのに使う。包んだり、ふいたりする布も忘れてはならない。晒木綿さらきぬや麻布があった。

食

器

先に、日本人は食器を個々それぞれに所有するという文化を持っていることを述べたが、主な食器は飯碗、汁碗、箸、大皿、小皿（テシヨウともいう）などであった。

軟らかな米粒の塊を盛るには飯碗が必要である。カテにしてもムギ飯にしてもスूप状にしない調理方法であった。木の碗もあるし陶器の碗もある。日用雑器としての陶器は、正月二日の初売りのときに矢吹や白河の露店（出店。デードミセという）で買ったり、田内では会津から背負って売りにくる行商から買った。汁碗は熱を伝えない木製の碗であった。

根宿では、昭和十三年ごろまで旧十二月三十一日の大晦日に道路の両側に市が立ち、そこで買物をした。戸板の上に日用品のほか塩引きや砂糖、油、昆布などが並べられ、大人から子どもまで買いにいった。これを子どもたちは「市まけた」といっていた。

箸も購入した。塗箸などもあるが、これを使うのは物事があつたときだけで、普通は塗っていない木の箸を使っていた。

箸の文化の特異性は「手つかみ食」と対峙たいじして考えられる。手つかみ食はインド・アジア中東諸国・アフリカにみられる（日本でも三世紀の『魏志倭人伝』に「手で食す」とある）が、その料理はバサバサで纏まりまとまりのないものが多く箸は向かない。日本食はナイフで切ったりスプーンですくったりするものもなく、概して軟らかく、かつ、纏まりを持つものが多い。さらに箸で持てるくらいに細かく切り刻んだ料理になる。箸でつまんだり、刺したりして手元に運ぶ機能もあわせ持つ。

大皿にはおかずを盛り、個々それぞれが自分の小皿にとり運ぶ。これらは陶器製である。

食器や鍋・釜は川で洗った。また、池壺いけはという共同の洗い場もあった。食器洗いは他人の目があまりいき届かない時間である。

女たちは、大概羽釜の底にはほぼ一握りぐらいの量のコゲ飯がこびりついて残っているので、洗いをしながらとって食べたという。家族の世話に追われて食べ終りが最後になり、次から次へと仕事がある嫁は食べるのも中途半端になるので、こうしたコゲ飯を食べられることは洗いのものをする嫁の特権であった。あらかじめ塩を持っていつてふりかけて食べた嫁もいたという。

洗い終った食器はそれぞれの箱膳にいれてしまったり、椀などは竹籠にみんなのものを納めて板の間においた。

昔は、最後にお湯やお茶を飲んで食事を終える家が多かったが、明治生れの祖父母の代には、さらに、そのときにたくあんで椀の内側についた飯粒などをこすりとってからふちや内側を舐めて終りとする習慣もあって、箸なども舐めて箱膳にしまう人もいた。

食に関する 死者との別れに一杯飯を食べるから、葬式の餅は塩をつけて食べたり引つ張り餅にするからなどといって、普段**諺・俗信** は「一杯飯は食べるな。たとえ一口でもいいから二杯目を食べろ」とか、「塩をつけて餅を食べるな」「餅を引つ

張りあつて食べるな」という。年中行事での「菌固め」「五月節句の草団子・ヨモギ餅」「土用のウナギ」もあるが、そのほかにも「食」に関する諺・禁忌（タブー）などは多い。

今回、町史編纂事業ではアンケートにより調査したが、意外にも作物禁忌や年中行事食ほど数は多くはなく、その内容も、①健康に関するもの、②礼儀作法に関するもの、③資産に関するものの三つに分類するものだけであった。特色として②礼儀作法に関するものが多かったが、これは、矢吹町の人たちが身近な日常生活の中での「食」に対するしつけから心構えを養っていたことを物語っていたのではないかと考えられる。

また、「木と味噌のある家に嫁をくれろ」というのは、いつでも使えるほどの焚き木を多く所有している家はそれだけの山を資産として持っていることの表れであり、味噌も幾樽もあれば、食べる物に不自由しないほどの作物の収穫があることを反映していると解釈できる。

・秋の水は嫁に飲まずな。

・木と味噌のある家に嫁にくれろ（木と味噌のある家は金持ち）。

・身上持ちの嫁は、毎朝ジョウノウウいっぱいの木灰をとる。

・小豆は、女の身体によい。

・ネブリ箸（シャブリ箸）はしない。

・箸と箸とで、物の受けとり渡しをしない（箸移しはしない）。

・迷い箸、探り箸をしない。

・鍋の弦越しに飯や汁をわけたり、受け渡しはしない。

禁忌作物

矢吹町には「つくつてならない」とされる作物にかかわる禁忌・タブーが残されている。それを破ると不幸になる、なったといわれて今もって守られているものもある。科学的な裏付けがあるわけではないが、その家の来歴

や気象や地形、酸性土の土壤などに関係するのであろう。

・大野弘美家（小松）では、代々ゴマとヘチマをつくらない。

・堰ノ上の渡辺姓では、代々蔓ものをつくらない。

・吉田正一家（本村）では、代々キュウリをつくらない。

・根宿の鈴木家では、昭和二十年代まで代々キュウリをつくらなかった。

・松倉の鈴木姓では、代々キュウリをつくらない。

・中野目地区では、キュウリをつくらない。

・堤地区の一部の家ではキュウリをつくれなかった。

・藤井友治家（明新）では、代々キュウリをつくれない。

・明新の菊地姓では、代々キュウリをつくれない。

・藤井繁樹家（神田）では、代々ヒヨウタンをつくらない。

・高久貴家（原宿）では、代々ヒヨウタンをつくらない。

・吉田哲人家（大久保）では、代々ヒヨウタンをつくらない。

・大畑の関根マケでは、代々キュウリをつくらない。同じ大畑の青木マケでは、代々カボチャをつくらない。

*「マケ」とは、東北地方で本家分家の同族の家集団をいう。

・井戸沼哲夫家（松倉）では、代々カボチャをつくらない。

・関根平蔵家と高久喜造家（原宿）では、代々カボチャをつくらない。

・佐藤一郎家（弥栄）では、代々カボチャをつくらない。

・神田の藤井家では、代々ジャガイモをつくらない。

・神田の佐久間家では、代々ニンニクをつくらない。

・三十年くらい前まで、三城目の瀬谷姓ではキュウリを、浅川姓ではサトイモをつくってはならなかった。

・中野目の円谷姓では蕪ツト納豆をつくってはならなかった。

・藤田忠一家（松倉）では、代々ゴマとヒヨウタン・カボチャをつくらない。

・関根ミイ家（原宿）では、夏大根をつくらない。

・浅川能貞家（三城目）では、竹をつくらない。

このほかにもまだまだあるのだろうが、矢吹町では、今回の調査でこれだけの禁忌作物を聞くことができた。特色をあげると、
①禁忌作物として、キュウリ・ゴマ・ヘチマ・ヒヨウタン・カボチャ・ニンニク・サトイモがある。「蔓ものをつくらない」とあるが、キュウリ・ヘチマ・ヒヨウタン・カボチャが該当する。

②つくれない、つからない家の姓をみると大野・渡辺・吉田・鈴木・関根・高久・青木・井戸沼・藤井・佐久間・瀬谷・浅川・

菊地・藤田などさままであり、一定の姓に起因するものでない。

③「中野目地区では、キュウリをつくらない」と、地区全体で禁忌作物としている。

④禁忌作物ではないが、「薬ツト納豆をつくつてはならない」というものもみられる。

二 普段の食生活

食事の時間と回数 朝は三、四時に起床し朝草刈りに出かけ七時ごろに戻る。朝食のしたくは留守居の姑がしてくれることもあったが、嫁がする場合には夫が一人で朝草刈りに出かける。

帰ってからが朝食で、農繁期には午前一〇時と午後三時にコビル（コジハン）を食べるので、一二時の昼食、日が暮れて午後七時ごろの夕食と計五回になる。農閑期にはコビルを食べないので、朝食、昼食、夕食の計三回の食事であった。

朝の食事

ご飯はムギ飯が常食で、米にムギを混ぜて炊くが混ぜるムギの量は家によりそれぞれである。白米が足りないの
で、ムギ飯にカボチャなどをいれることもあった。

また、ムギばかりではなくダイコンやダイコンの葉を混ぜこんだダイコン飯も食べた。

汁物は味噌汁が主で、具にジャガイモや芋茎、ダイコンまたはネギなど二種類以上をいれ、おかずのように具たくさんにする。夏と秋の味噌汁の具は豊富で、夏にはナスやササゲ、ジャガイモなどを、秋にはジャガイモ、ダイコン、サトイモ、ネギなどを
いれた。

おかず（副食）には葱味噌、野菜の油炒め、マメ味噌などとダイコンの漬け物（たくあん）やハクサイの漬け物といところ
が多い。

表にはのせていないが、漬け物にはいろいろな野菜を味噌に漬けこんだ味噌漬けも当然あった。

一年をとおしてつくられるおかずもあるが、季節限定のおかずもある。また、毎日同じおかずではなく飽きがこないようにと目先をかえてつくるのも主婦の仕事である。味噌汁の具も同様であることは今とかわらないが、忙しさに紛れて何日か同じものが続くこともあった。

マメ味噌は少しの油でダイズを炒り、味噌をいれてつくる。葱味噌も同様で、少しの油でネギを炒め味噌をいれてつくる。これらは手間のかからない簡単なおかずである。

ダイコンの油炒めはオオサカとかオオサカオトシなどもよばれ、当地方の冬の代表的なおかずであるが、酒のつまみにもあうほか、葬式には必ずつくられるものである。

・春の季節の朝食

基本タイプ1

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁（ジャガイモや芋殻・ダイコン）

副食

葱味噌／野菜の油炒め／マメ味噌／キラス炒り

漬物

梅干／キュウリ漬／ナス漬／ダイコン漬／ハクサイ漬／キャベツ漬

基本タイプ2

基本食

ダイコン飯

汁物

味噌汁（ジャガイモや芋殻・ダイコン）

副食

葱味噌／野菜の油炒め／マメ味噌／キラス炒り

漬物

ハクサイ漬／ダイコン根漬

・夏の季節の朝食

基本タイプ1

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁

副食

野菜の油炒め

漬物

梅干／キュウリ漬／ナス漬／ダイコン漬／ハクサイ漬／キャベツ漬

基本タイプ2

基本食

雑炊（汁物をぶつけて食べる）

汁物

味噌汁

副食

油味噌／ジュウネン油味噌

漬物

ナスやキュウリの糠漬

・秋と冬の季節の朝食

基本タイプ1

基本食

ツトコご飯（納豆）

汁物

芋殻などの味噌汁

副食

おから／ダイコン炒り

漬物

ハクサイ漬／たくあん／梅干

*ツトコご飯（納豆）

は、須賀川からの商人が早朝呼びかけ売りで売りにきていた。

基本タイプ2

基本食

ハツタケご飯

汁物

味噌汁

副食

こおなごの煮付け

漬物

ハクサイ漬／たくあん／梅干

*戦前は、大池公園近くの三角点にハツタケがよく出たので、子どもたちがとりにいった。（一区）

基本タイプ3

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁（凍み豆腐と凍みダイコン）／味噌汁（芋殻とジャガイモ）

昼の食事

昼食は手間をかけずに、ありあわせのもので間にあわせることが多かった。

副食 イナゴの佃煮／ダイコンとニンジンキンピラ／油味噌
漬物 ハクサイ漬／たくあん

飯にして食べることもあった。味噌汁の残りがいないときには、ニンジン、ダイコン、ゴボウ、ネギなどの具のたくさんはいった味噌仕立てのケンチン汁をつくり、朝食の残り飯をいれてケンチン雑炊にして食べた。

田植えのときの昼食は特別であった。田植えは普段とは違う行事であり、赤飯や赤飯のおにぎりやネギと豆腐の味噌汁のほか、普通は一、二品のおかずが、このときには煮魚、ゴボウ炒り、煮マメ、凍みダイコン、凍み豆腐など数多くつくられた。

・田植えのときの昼の食事

基本タイプ1 基本食

汁物 赤飯／赤飯のおにぎり
ネギと豆腐の味噌汁

副食 煮魚・ゴボウ炒り・刺身・ゴマ塩／煮豆・凍みダイコン・凍み豆腐・焼き米・昆布・（黒砂糖）

漬物 キュウリ漬・ハクサイ漬・ダイコンの漬物

・通常の昼の食事

基本タイプ1 基本食

漬物 雑炊（ゾウセという）
たくあん／ハクサイ漬

基本タイプ2 基本食

汁物 すいとん
ケンチン汁／味噌汁

副食 イカとニンジンとの和えもの／カボチャとサツマイモの煮物／マメ味噌／天ぷら

基本タイプ3

漬物

キュウリ漬／ダイコンの一夜漬／ナス漬／スイカの皮漬

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁

副食

油味噌／お浸し

漬物

キュウリ漬／ウリ漬

コビルとイッブク

冬はほかの季節に比べてそれほど忙しくないのです、食事の回数は基本的に朝・昼・晩の三回であるが、春から秋にかけての田仕事で忙しい時期は、朝と昼の間の一〇時ごろにコビル（コジュウハンともいう）とかイッブクとよぶ軽い食事が一回、昼と晩の間の三時ごろにもコビルが一回と、合計五回の食事であった。

コビルに出されるものは保存食が中心で、干しイモや凍み餅であった。田植えのときのコビルは、基本的に昼食と同じものになる。赤飯のおにぎりやキナコおにぎりにニシン・凍みダイコン・凍み豆腐の煮付けとキュウリ・ハクサイ・ダイコンの漬物であった。

・田植えのときのコビル

基本タイプ1

基本食

赤飯のおにぎり

副食

ニシン／凍みダイコン／凍み豆腐の煮付け

漬物

キュウリ漬／ハクサイ漬／ダイコン漬

基本タイプ2

基本食

キナコおにぎり

副食

アズキ団子

漬物

キュウリ漬／ハクサイ漬／ダイコン漬

弥栄	大畑	松倉	須乗	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷町	田内	備考
ニシン・ 凍み豆腐 ・イモ				ヨモギ餅 ・凍み餅 ・赤飯の ニシンの 昆布巻 ・キナコ ・むす ・胡麻 ・むす び		キナコ ・コ ・赤 ・昆 ・凍 ・コ ・ニ ・シ ・ミ ・ン ・煮	ニシン・マ シメ・コ ウ ・セン	早苗振に餅 あんこはた餅 ・キナコ ・餅			
おこわ											

タ 食

ご飯はムギ飯が常食であったが、団子汁をつくることもあった。

団子汁はおかずといっしょになったもので、ジャガイモやダイコン、ネギなどをいれた具だくさんの味噌汁をつくり、小麦粉を水でかためにこねて、杓子や手で千切って汁の中にいれる。

汁物は朝・昼・晩と一年をとおして味噌汁が主であり、内容もほとんどかわらない。具にジャガイモや芋茎、ダイコンまたはネギなど二種類以上をいれ、おかずのように具だくさんにする。夏と秋の味噌汁の具は豊富で、夏にはナスやササゲ、ジャガイモなどを、秋にはジャガイモ、ダイコン、サトイモ、ネギなどをいれた。朝食と同様である。

おかず（副食）には葱味噌、野菜の油炒め、マメ味噌などとダイコンの漬物（たくあん）やハクサイの漬物というところが多い。

寒い冬などには、時々煮込みうどんをつくることもあった。

・春の季節の夕食

基本タイプ1

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁

副食

油炒め

漬物

キャベツの揉み漬

・夏の季節の夕食

基本タイプ1

基本食

ムギ飯

汁物

味噌汁

【表2】矢吹町の田植え・稲刈り時のコビル

項	目	矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
小昼の 食べ物	田植え時 (昼)	赤飯・ニ シン・大 豆甘煮・ ジャガイ モ凍みダ イコン昆 布煮物	竹の子と ニシンの 煮物	おはぎ・ ボタ餅	ボタ餅・ 竹の子・ニ シンフキ の煮染め		赤飯・ニ シン昆布 竹の子の 煮物	赤飯・コ ジ飯?	赤飯	
	稲刈り時 (昼)				鮎コロ餅					

副食
漬物
基本タイプ2
基本食
ムギ飯
すいとん汁（団子汁）／どじょう汁／味噌汁

副食
漬物
ジユウネン味噌
キャベツとキュウリの漬物／キュウリの揉み漬

・秋と冬の季節の夕食

基本タイプ1
基本食
ムギ飯

汁物
ダイコン・ジャガイモ・芋穀などの味噌汁／ケンチン汁

副食
イカの塩辛／野菜の油炒り／茸の天ぷら／煮魚／葱味噌／煮染め

漬物
山菜の塩漬／ハクサイ漬／たくあん／キュウリ漬／ナスの浅漬／ナスの粉辛子漬

基本タイプ2
基本食
茸飯

汁物
粕汁

副食
干し魚

漬物
ゴボウとニンジン味噌漬

基本タイプ3
基本食
蕎麦／うどん

戦中・戦後の食事

基本タイプ1
基本食
モロコシ飯

汁物 味噌汁

副食 野菜の油炒め

漬物 ハクサイ漬／たくあん／味噌漬

*モロコシとりいれ後の茎は、箸に使った。

商家の食事

基本タイプ1 基本食 玄米飯

汁物 味噌汁

副食 ダイコンおろし（ダイコンズリ・おろしダイコン・ミズレともいう）

漬物 たくあん

*昭和三十年代、四十年代の矢吹町の商家の一年をとおした朝、昼、晩の標準的な食事内容。

子どもの 昭和三十年代の農家の子どものおかずは、梅干・マメ味噌のほか、卵焼きに似せたネギの油炒めに小麦
弁当のおかず 粉をまぶしてつくったものが主であった。また、自家製の納豆をいれてくる子どももいた。

三 食料の調達と貯蔵・保存

自給する食料

自家で生産したものでつくるので「ばっかり料理」といった。

主食のほか、日常のおかずのほとんどは自家の畑で栽培された野菜やイモ・マメで、『矢吹町史』第1巻通史
編には、「畑作を中心とした農業は大麦・小麦・豆類・トウモロコシ・陸稲などを主として生産した」とある。また、同史に三

神小学校『郷土誌』からの引用があり、米以外の作物としてムギ・ダイズ・アワ・蕎麦^{そば}・サツマイモ・ジャガイモ・コンニャク・菜種・茶・煙草があげられている。キャベツは『郷土誌』への記載はない。戦後からの作付けであろうか、収穫時期ごとに種類が違い、三種を作付けしたとい、おかずの食材として使われたようである。矢吹町では、こうしたつくり物を素材としたカテ・おかず・餅など数多く料理がつくられていた。

また、野の物の食への利用は数多いが、主食への利用というよりは季節のおかずや間食としての利用が主である。

精米と精麦

米やムギをつく作業を精米・精麦

とい、古くは臼と杵を使った。初で貯蔵された米は摺臼で摺って玄米にし、ついで米にした。大麦はついて殻をとった。

水車を使つての精米や精麦もおこなわれていたが、田内では南沢（天栄村）や新城（大信村）に、根宿でも近くにクルマ屋とよばれる精米や精麦屋

弥栄	大畑	松倉	須乗	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷町	田内	備考
	グスベリ・サガリンコ	グスベリ・サガリンコ・グミ・スカンボ		クワゴ・スカンボ		グスベリ・イチゴ・グミ・ツツジの花・スカンボ・ハダシキョ	グスベリ	スカンボ・ヨッサメ・クワゴ・シドミ			
クワゴ・スカンボ・グミ・ユスラ・イチゴ・コメ	クワゴ・グミ・ユサメ	野イチゴ・クワゴ・グミ・グスベリ・木イチゴ・ユスラ・ツツジ花・ボケの		グミ・シドミ・クワゴ・グスベリ・グミ	クワゴ・グミ・イチゴ・梅	グスベリ・アンズ・木イチゴ・クワゴ	グミ・ハダシキョ・クワゴ	グミ・野イチゴ			
	アケビ・山ブドウ	栗・柿・アケビ		柿・栗・ハツメ・カザの実・カクミ・ヨッサメ	柿・栗・ナツメ・シドミ・アケビ	柿・栗	柿	柿・栗・アケビ			
					干し芋	干し芋	干し芋・ジクシ柿	干し芋			
	ツブ・赤蛙・沢カニ			ツブ・川の虫	ツブ						
	ドジョウ・ツブ	ツブ				カムシ・エビ	ツブ	赤蛙の串焼き			
	コイ・フナ・ドジョウ・カラス貝・ガンベ・エビ	テッポウムシ・蜂の子			イナゴ	イナゴ・ツブ	蜂の子	蜂の子・ツブ・川シジミ・片貝			
テッポウムシ		テッポウムシ		テッポウムシ		テッポウムシ	テッポウムシ	テッポウムシ			

があつて頼む人が多かった。

精米機は戦後導入されるようになったが、当時は一軒で持つことはなく、根宿の後藤助一郎家では昭和二十三年ごろに精米機を買い、自家だけでなく村内を中心に近くの農家を回って精米と精麦をしていた。また、それ以前にも石臼びきに村内を回っていた。

現在では農家それぞれに自前の精米機を持つ家が多くなったが、それでも町内には何軒かの穀屋があり、また、自動精米機（所）が設置されていて利用されている。

購入する食料

昭和三十年代には穀屋がパンを売りにきていたので、農家では代用食として小麦とパンを物々交換して食べている農家もあった。また、家の子どもがパンを食べたいために小麦を袋に詰めて持ち出すこともあつて、食料の管理をする嫁にとって、我が子ながらふびんに感じたという。

【表3】矢吹町植物食と昆虫食（地区別）

項	目	矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
おやつ (植物食)	春	サガリコ・グスベリ・タンボポ・ヨメナ	ヨモギ・タンキョ・グミ・グスベリ		スカンボ・グスベリ・野イチゴ・アカザ・ノノヒル	グスベリ・クワゴ	グスベリ・スカンボ	山ツツジの花・スカンボ・山イチゴ		木イチゴ・グスベリ
	夏	グスベリ・クワゴ・グミ・スカンボ・シドミ	グスベリ・クワゴ・ブラム・木イチゴ	グスベリ・クワゴ	サガリコ・クワゴ・ハタンキョ・百合の根・マイマイダンゴ		クワゴ・梅・グミ	スイカズラの花・シドミ・グスベリ・山イチゴ・クワゴ	グスベリ・クワゴ	クワゴ・夏グミ
	秋	柿・クルミ・グミ・アケビ・ブドウ・ヨツツミ・スモモ	柿・栗・ギンナン・カヤの実・山ブドウ・山栗		グミ・アケビ・栗・柿・リンゴ	栗・山ブドウ	山ブドウ・ドングリ・アケビ	サーナシ・アケビ・栗	栗・干し柿	秋グミ・干し柿・干し柿
	冬	干し芋・サツマイモ・干し柿・干し栗	干し芋		ギンナン・カヤの実・干し芋	干し芋	干し芋	干し芋		
おやつ (虫類)	春				ドジョウ・フナ・エビ			テッポウムシ・ガンベ・エビ		
	夏	蜂の子	ツブ	ツブ	ツブ・沢ガニ		蜂の子	ガンベ・ツブ・カラス貝	ガムシ	
	秋	タニシ・イナゴ	イナゴ・ツブ		イナゴ・蜂の子			ガンベ・蜂の子・イナゴ	蜂の子	
	冬				キムシ		テッポウムシ	テッポウムシ	テッポウムシ	

鳥 獣 肉

豚肉・牛肉の食習慣はそう古くはない。矢吹町での肉食は、ほとんどがニワトリとウサギの肉であった。

飼っていたニワトリが卵を産まくなれば、ひねってその肉を食べた。ウサギは、飼っていたウサギの皮を売り、残った肉でだしをとってニンジン・ゴボウ・ジャガイモなどといっしょに煮て醤油汁にして食べた。

調 味 料

調味料には食塩・砂糖・酢・味噌・醤油・味醂・味^{みりん}・ソースなどがあるが、砂糖とソースが農村部で一般的に使われるようになったのは第二次世界大戦後のことで、それまでの調味料の中心は味噌・醤油であった。どちらも自家製

で、それぞれの家ごとにその家の味というものがあり、いわば親から子へ、嫁いでは姑親から嫁に伝えられるのが通例であった。

・味噌……………醤油とともに味噌は調味料の中心である。

普通、ダイズに対して米は半分以下、塩がダイズの七割の分量を基本としながら長期に保存ができるように塩づばくし、さらにつくり手の工夫が施されるようである。五月から六月ごろにかけてつくった。農家ではダイズを大きな馬釜で煮、ふかして臼でつき、麴をいれて発酵させる。昭和三十年代後半ころからは臼にかわって味噌豆つぶし機でつぶした。丸めて味噌玉をつくって二、三日ぐらいおいてから味噌切りをし、味噌桶にいれる。味噌桶は土蔵やドマの隅、ソウヤなど温度変化の少ない場所におかれ、必要に応じてとり出して使った。

味噌は各家庭ごとにそれぞれの味があるといわれ、親から子へ、姑親から嫁に伝えられる。

・醤油……………味噌のモロミをそのまま醤油として使った。

・砂糖……………黒砂糖が多かった。全て購入したが、当時は白砂糖は高級品であった。

・甘味料……………ハチヤ柿は焼酎をぶつてさわして食べた干柿にもするが、剥いた柿の皮を干して粉にひき、甘くするためにコウセンにいれた。また、甘漬の材料として柿の皮を使った。

・酢……………昔は、米や酒から醸った食酢を使っていたが、今は合成酢酸に化学調味料で味付けした合成酢もある。

果実・山菜・茸

山村での食生活の再構成を試みた瀬川清子によると、明治のはじめころから昭和の初期ごろまで、各地の山村での主食物はヒエ・ムギなどの雑穀と米との混ぜ飯や、これにダイコンなどをいれたカテ飯が主で、栃やドングリ（只見町ではシダミという）を秋に拾い集めてアク抜きして粉にし、しばしば餅などに混ぜて食べたことが報告されている。

平野部にある矢吹町でも山間部の村々とは同じではないが、米だけが主食でなく、ダイコンなど以外にもカテまたは混ぜご飯に果実・山菜・茸がいられて、主食の一部に利用されていた。

主食

矢吹町では、昭和三十年代以前のほとんどの農家では、普段の食事といえはムギ飯で、「いっそ飯」（白米だけのご飯のこと。県南の他町村でも同様にいうが、田内や根宿では一升飯が訛ったものという）を食べるのは正月と恵比須講くらいであった。

日本人の主食は現在「米」であるが、全国隅々まで米が食べられるようになったのは第二次世界大戦中の昭和十四年（一九三九）の米穀配給統制法により配給米制度が実施されてからといわれる。「いまわの米」という言葉が表すように、それまでの毎日の食事はカテ・雑炊食が当然で、死ぬ間際には「せめて最後に米のご飯を食べさせてやりたい」。そういう生活が農村のあたりまえの姿であった。

節約と主婦の役割

江戸時代は、収穫された米の半分近くは年貢米として納められ、生産者の農民には半分しか残らなかった。時代差や地域差はあるが、収穫量が一反五、六俵の時代、山間部などはさらに少ない。古殿町竹貫の反収は四俵くらいだったという。

一俵六〇^{グラム}として精白米で約一割減の五四^{グラム}。五反百姓で年三〇俵、一八〇〇^{グラム}になるが、年貢米で半分とられるので一五俵、九〇〇^{グラム}が手元に残り、精白米にする和一〇^{グラム}となる。（東北農政局福島統計事務所によると、昭和三十年の一〇アールあたりの水稻の収量は県平均で四二九^{グラム}に対して旧矢吹町で三九二^{グラム}、旧中畑村で四一四^{グラム}、旧三神村で四二九^{グラム}、

矢吹町全体では四一・一・六^六グラムであつた。

平成十三年度の統計資料によると、昭和三十五年の一人あたりのご飯米の消費量は一一四・九^九グラムで、平成十二年は六四・六^六グラム。ほかに収入があつて、必需品購入など手持ちのお金のある三、四人家族の現代では十分な量かもしれないが、農業収入だけだとそういうふうにはならない。

残った米の全てが口にはいるのではない時代の一家の主婦は、種籾や小作米や冠婚葬祭のムラ中でのつきあい（相互扶助）の見舞米、そして日常食とハレの食にと、その年にとれた米を一年間に使うための量を考へて振りわけをする。凶作への供えも必要であるので、常に節約に心掛けていた。生産道具・肥料代や生活用品代にと代金が変わりに使われていけば、どのくらいが家に残るのであろうか。長い間、矢吹町にかぎらず日本人の多くは白米飯はまれで、カテ・雑炊食を主食としていたのである。

鍋炊きと釜炊き

ご飯の炊き方には「鍋炊き」と「釜炊き」があつて、現在は葬式に多くのまかないが必要な場合を除いて「釜炊き」が主流である。

カテ飯

主食が全国的に米になったのは第二次世界大戦後であることは先に述べたが、それ以前の主食は、全国的に見て関東以北はカテ飯、関西地方は粥が主食であつたようにいわれている。

矢吹町では風土的に米の生産には適していなかつたので、白米だけのご飯を食することはまれで、戦後にいたるまで主食の中心は米にムギや野菜などを混ぜる「カテ飯」であつた。矢吹町の特徴的なカテ飯には、次のようなものがあつた。

・ムギ飯……ムギ飯は米に大麦を混ぜて炊いたご飯で、ムギメシ・ムギゴハン・ムギママといった。毎晩、翌朝用にとムギは水に浸しておくか煮ておいた。米一升に対してムギ一、二合から二、三合と、約一、二割から二、三割程度を混ぜる。中には半々の家もあつて、好みというよりは経済状況によつて違いがあつた。

大麦は丸ムギのまま米に混ぜて炊く。丸ムギは煮えるのに時間がかかり、米と一緒に炊いたのでは芯が残つてしまうので、先に丸ムギだけをゆでておき、前の晩に米と混ぜて翌朝に炊いた。

ムギ飯は白米飯と比べて腹持ちが悪い。

・イモ飯……米を食い伸ばす手段として、春・夏にイモ飯をつくった。

イモ飯はムギの下にイモをしいて一緒に炊いたもので、サトイモのほかに一口大の大きさに切っていたサツマイモご飯（サツマイモ飯・サツマイモという）、ジャガイモご飯（カンブラママ）、カボチャご飯などがあつた。塩を少ししいて味をつける。戦中時は沖縄芋でつくった。沖縄芋はブタイモとよばれ、配給品であつた。

・菜っ葉飯……菜っ葉飯は塩付けの菜っ葉を混ぜたご飯で簡単につくれ、おかずなしで食べられる。先ず、塩付けの菜っ葉を細かく刻んで水に浸して塩抜きをし、きつく絞って炊きあがる直前の釜の中に入れてできあがりである。火からおろして、ご飯とよくかき混ぜてから食べる。

・ダイコン飯……ダイコン飯……ダイコンママといった。第二次世界大戦の戦中戦後の秋や冬の主食で、すきつ腹にサツマイモ（戦中中は沖縄芋）と組みあわせて食べた。

米三、ムギ三、ダイコンの干し葉四の割合。米の上にムギを、その上に千切り、みじん切りにしたダイコンとヒバ（シバ。ダイコンの干し葉）をのせて炊きこんだ。塩をいれて少し塩味にもした。ダイコン葉だけを細く切つていれて炊きこんだご飯をシバママ（ヒバママ）といった。ダイコン葉を炊きこまない家もあった。

・ウコギご飯……春の季節限定の混ぜご飯。

ご飯の炊きあがる少し前に、水洗いをしたウコギの新芽を広げて炊きあげ、ご飯を混ぜあわせるときに塩で味付けをする。新芽ではなく、少し葉の広がったものは塩を少ししいてゆでてから細かく刻んで使う。新芽をつんだ後に出た芽は、長くてもやわらかくおいしい。

自家用の小麦粉を練り鉢にいれ、お湯を加えて練り一晚寝かせておく。その後、伸ば板・麺棒で薄くのばしてやや太めに包丁で切つてゆであげる。自分の家で飼育しているニワトリをつぶして鶏肉や兎肉を骨ごといれてダシ

ウ ド ン

をとり、ネギなどを加えたダシ汁をつくり、七味唐辛子や胡椒を薬味にして食べた。日常の食事として時々つくるが、土用の丑の日や宵祭、大晦日などにも食べた。

大概是、ゆでたウドンを箸に受けて椀やどんぶりにいれ、上からネギなどをいれた醤油味の汁やケンチン汁をかけて食べる、かけウドンであった。

蕎麦

麦

蕎麦もウドンと同様に、かけ蕎麦で食べた。ゆでた蕎麦を箸に受けて椀にいれ、上からケンチン汁をかけた。

また、十返舎一九の『金草鞋』には矢吹宿の名物として「ダイコン切り蕎麦」が紹介されている。ダイコン切り蕎麦の製法についてはいくつか考えられる。ゆでた切り蕎麦と千切りにしたダイコンを混ぜあわせて盛るも蕎麦、そしてダイコンを炒めて温かくして食べるダイコンケンチン蕎麦である。冷たくして食べる食習は、当時の矢吹でも一般的ではないと考えられるが、『金草鞋』の挿し絵を見ると、矢吹宿の名物の「ダイコン切り蕎麦」はダイコンを蕎麦と同じように細く切って盛りあわせた蕎麦であったようだ。

団子汁

団子汁は、肉を油で炒め、ダイコン・ニンジン・ジャガイモ・タマネギ・シイタケを食べやすい大きさに切ってコンニャクといっしょにいれて肉と混ぜながら炒めた後、水をいれて煮る。味噌と砂糖を加えて汁ができあがると、そこに小麦粉と卵と砂糖を水で混ぜあわせた団子を汁の中にシャモジでいれてつくる。

一年中、日常の主食としても食べた。特に残りご飯だけでは足りないようなときに、冷や飯に団子汁をかけて食べた。



【写真62】十返舎一九編『金草鞋』（矢吹宿）

雑炊飯 味噌汁やケンチン汁の中にご飯や、ときにはウドンを入れた。これを雑炊飯という。

餅のいろいろ 先に粟餅をあげているが、餅にはつき混ざる物や食べ方などによっていろいろな呼び名がある。

糯米もちまいだけでつくる餅をイイ餅・シロ餅という。

梗米かうまいだけでつくる餅には、ウルチ餅・シンコ餅・粉餅・シイナ餅がある。

糯米と梗米を混ぜてつくる餅にボタ餅・オハギがあるが、どちらも同じもので春の彼岸につくればボタ餅（牡丹餅）とよび、秋の彼岸につくったものはオハギ（お萩）といった。

糯米とあわせてつきこむ餅には、混ぜるものによってそれぞれに名前がある。アワ餅・キビ餅・ヒエ餅・蕎麦餅・モロコシ餅・ダイズをいれたマメ餅・栃餅・サトイモをいれたイモ餅・サツマ餅・それぞれの根をつきこんだクズ餅・ユリ餅・ワラビ餅・ゴボウ餅・葉をつきこんだヨモギ餅・ゴンボツバ餅（ゴボウ葉餅）・カキ餅などがある（表4参照）。

そのほか味付けの材料によっても、ゴマ餅・キナコ餅・アンコ餅（アズキ餅）・納豆餅・醤油餅・砂糖餅・ジュウネン餅（イゴボタ餅・エゴボタ餅ともいう）・ダイコンおろし餅・クルミ餅・豆腐餅・青マメをつぶしたズンダ餅・海苔巻餅・ダイコン餅などがある。ズンダ餅のズンダはジンダと同じで、兼好法師の『徒然草』にある糠味噌の泥状の見立てを表すジンダから由来しているといわれる。また、矢吹町では、赤筋ダイコン・青首ダイコン・トキナシダイコンなど数種類のダイコンを栽培していたが、主にトキナシダイコンを搾りおろして食べるタカド餅（ダイコンおろし餅）がある。赤筋ダイコンは辛味があり蕎麦やタカド餅に、青首ダイコンは煮物や炒めもの、漬物に使った。

そのほか、行事などに伴う呼び名もある。年越し餅・九餅・一夜餅・ヒロゲイシキ・寄り合い餅・歯固め餅・くろ越し餅・熊野講餅・子安講餅・雛餅・ご祈祷餅・カップレ餅などである。

人生儀礼では初誕生に背負わせるブッコロバシ餅（一升餅）・節句のカシワ餅・建前の隅餅・まき餅などがある。餅をさらに乾燥させる凍み餅もある。

弥栄	大畑	松倉	須乗	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷町	田内	備考
しろ餅	しろ餅	●		黄金餅	しろ餅	しろ餅	●	●さと餅		●	
						●					
				●							
●	●	●		●				●			
	●							●			
ウルチ餅	ウルチ餅				ウルチ餅	ウルチ餅				ウルチ餅	
●	●			●		●		●	●		
				●		●		●			
日で搗かない	胡麻・豆・青海苔を入れる	豆餅			大豆や落花生を混ぜる	豆餅					
ひえ・粟・きび・もろこし	きび・もろこし	粟・きび・もろこし		粟・きび・ひえ・そば	そば	粟・黍・ひえ	粟	粟・黍	黍・ひえ		
豆	豆			豆		豆	豆	豆	豆		
								粉			
サトイモ・サツマイモ	サトイモ・サツマイモ	サツマイモ		サトイモ・サツマイモ				サトイモ・サツマイモ			
ゴボウ				クズ餅				百合	ワラビ・ゴボウ		
ヨモギ・ゴンボツバ	ヨモギ・ゴンボツバ	ヨモギ・ゴンボツバ		ヨモギ	ヨモギ・ゴンボツバ	ヨモギ		ヨモギ	ヨモギ		
センベ餅（サツマイモを入れる）	焼き煎餅（サツマイモを入れる）			柿餅・豆腐餅				豆腐餅・きらず餅			
おろし餅・クルミ餅・豆腐餅・ずんだ餅・豆餅・おろし餅・海苔巻き餅・ダイコン餅・イゴボタ餅											

第二節 食

【表4】矢吹町史「民俗編」食制アンケート調査整理表

1 餅の素材と分類

●印 有 ×印 無

項 目	矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
①糯米だけの餅	●	●	●			●	いい餅	しろ餅	
②梗米だけの餅									
五平餅									
きりたんぼ									
ひねり餅	●			●					
しんこ餅		●	●	●			●		
粉餅		●	●	●					
シイナ餅									
その他	豆餅			豆餅・胡麻餅・しそ餅					
③糯と梗を混ぜた餅	ウルチ餅	ウルチ餅			ウルチ餅	ウルチ餅	ウルチ餅	ウルチ餅	
ばた餅	●		●				●		●
おはぎ	●								
その他				キナコ餅・栗餅	ウルチ豆腐餅		粉餅 豆餅		
④米以外の餅	雑穀類	粟・黍	粟・黍・もちこし	粟・黍・そば・ひえ		胡麻	粟	粟	
	大豆	豆	豆	ずんだ				豆	
	堅果類	柿		柿					
	芋類			サトイモ モ					
	草の根			葛・百合・蕨					
	葉	ヨモギ・ゴンボツバ	ヨモギ	ヨモギ・ゴンボツバ		ヨモギ	ヨモギ・ゴンボツバ	ヨモギ・ゴンボツバ	
	その他			いもな餅					
味つけ・調理法	ごま餅・キナコ餅・あずき餅・納豆餅・醤油餅・砂糖餅・じゅうねん餅・タカド餅（ダイコン雑煮）								

弥栄	大畑	松倉	須乗	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷町	田内	備考
紅白餅	餅まんじ ゅう・あ んこ餅	白餅・あ んこ餅		紅白餅・ 白餅・あ んこ餅		紅白餅・ あんこ餅		紅白餅・ あんこ餅			
●	●	●		●					●	●	
				×	×	×	×	×			
無	無	無		無					無		
墓で引ッ 張って食 べる	白餅を49 個丸め、 墓で引ッ 張って食 べる。残り は寺にや る										
		四十九の 餅									
						●(陣ヶ岡)					
●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	
								●			
●	●	●		●	●	●	●	●		●	
	赤飯										

第二節 食

2 祝儀の時の餅と不祝儀の時の餅、供え餅

項 目	矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
①祝儀の時の餅									
餅の種類・名称	紅白餅	紅白餅		紅白餅		紅白餅		紅白餅	紅白餅
餅の素材	糯米	糯米		糯米		糯米		糯米	糯米
味つけ	醤油					あんこ	あんこ		
食べ方		雑煮							
その他						三月節句・白餅とヨモギ餅	フタツメ等・あんこ餅		
②不祝儀の時の餅	●	●	●	●		●	●		●
引っ張り餅の有無	本町・新町 × 中町・曙町	×			×	×		×	
味つけ	無	無	無	無		無	無		無
食べ方							二人で引っ張って、半分ずつ食べる		
その他				四十九の餅			四十九の餅	四十九の餅	
③供物									
しとぎ									
おからこ									
しとね餅									
白餅	●	●	●	●	●	●	●	●	●
白粉餅									
のり									
白米	●	●	●						●
その他						草餅			

弥栄	大畑	松倉	須乗	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷町	田内	備考
水餅		水餅		水餅				水餅			
		寒水につける									
混ぜない											
		●		●				●			
●											
●		●		●				●			
		●		●				●			
		醤油・砂糖・味噌・あんこ		キナコ・あんこ				味噌・醤油・キナコ			
難あられ	あられ	あられ		あられ	あられ	あられ		あられ	あられ		
	豆・ヨモギ・山ゴボウ・イモ			ヨモギ		ヨモギ					
●	●	●		●	●			●			
●	●	●							●		
	砂糖・醤油・塩・味噌	砂糖・醤油		砂糖・醤油・塩	醤油			醤油			
凍み餅	凍み餅	凍み餅		凍み餅		凍み餅		イモ凍み餅	凍み餅		
ゴンボツバ・豆・イモ	野菜・イモ	サツマイモ						サツマイモ			
				●				●			
	●	●			●	●					
●		●						●			
	●	●		●							
醤油	砂糖・醤油・キナコ・胡麻・ジュウネン・あんこ	醤油・キナコ		砂糖・醤油・キナコ・おろしねぎ	醤油	塩		砂糖・醤油・キナコ			
		サツマ餅									

第二節 食

3 保存食としての餅

項 目	矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
①水に浸ける餅の名称	水餅						水餅		
作り方							寒水につける		
混ぜる物			豆・海苔						
食べ方 油で揚げる	●								
蒸す			●				●		
焼く	●						●		
煮る	●								
味付け			アズキ・キナコ	鮎・醤油・砂糖・キナコ			キナコ・アズキ・その他		
②切干し かき餅・あられ	あられ		あられ	あられ		あられ	あられ		
作り方									
混ぜる物						胡麻・海苔	ヨモギ		
食べ方 油で揚げる	●		●	●		●	●		
蒸す									
焼く	●		●				●		
煮る									
味付け			醤油			砂糖・醤油	塩・醤油		
③凍み餅 凍み餅・氷餅	凍み餅			凍み餅			凍み餅	凍み餅	
作り方									
混ぜる物	ゴボウ葉			山ゴボウの葉			山ゴボウの葉	サツマイモ	
食べ方 油で揚げる	●			●					
蒸す				●			●		
焼く	●						●	●	
煮る	●								
味付け	砂糖・醤油			砂糖・キナコ・鮎			砂糖・醤油	砂糖・醤油	
備 考									

副食

ハレの日のお膳にはご馳走（副食）が三品、五品と並ぶ。こうしたご馳走は大概数点並ぶので数物（かずもの）とよばれ、やがて日常の食事でも主食以外に添えられる料理のことをお数（おかず）とよぶようになったという。主食を味の面から進めるためと、主食としての米が十分に確保できない生活において、それを補うものは量的にも栄養面からも副食としてのおかずであり、重要な食料である。

そのおかずも、自然環境や地理的条件、そこに住む人たちがなにを生産していたかといった作物の違いもあって、全国にはその土地その土地の伝統的な料理として残っている。このことは、すべてが画一化してきた現代においても、無意識の中で、まだまだ特色ある食文化として重要であることを示していると考えられる。

矢吹町でも、数多くの副食（おかず）が伝わっている。また、材料・調理方法は同じでもほかの地域とは違った特色ある呼び名もある。

ダイコンの油炒め 秋と冬のお茶の友やおかずとしてつくられるが、いつでも簡単にできる料理として重宝で、また、葬式のときにも必ずつくられる。

・大阪落とし 各家庭によって味付けは異なるが、ダイコンとニンジンを材料に、皮を剥いてダイコンは五ミリの程度、厚さに輪切りにし、ニンジンは五ミリの程度、長さの長さに切り両方とも千切りより粗く切り、水でアクを抜く。細いと炒めている最中に細くなり過ぎてしまう。アクを抜いてから砂糖・醤油・塩などで味をつけながら油で炒める。

矢吹町では、俗に大阪落城（おおさかおとし）、または単に大阪とか大阪ダイコンとよんでいる。県内ではこの県南地方で使われている名称で、表郷村では一般的に使われるが、白河市や矢吹町では全域ではなく、周辺の地域での調査を考えた副食の一つである。

「大阪に出陣した当地の武士たちが、余りのおいしさに、大阪城が落ちるのも忘れて食べて



【写真63】大阪落とし（ダイコンの油炒め）

いた」という由来がある。

ケンチン汁

冬に副食としてつくることが多いのが、ケンチン汁である。

昔、建長寺という寺の坊さんが、残った野菜屑を捨ててしまうのが勿体無いとつくったのがはじまりといい、建長寺汁が訛^{まじ}ってケンチン汁になったという。食べ物を大切にするという意味があるといわれる。

サトイモ・ニンジン・ネギ・ダイコン・ゴボウ・豆腐・肉を適当な大きさに切り、油で炒めながら醤油・味噌・塩などで味をつける。冷たくなったものは再度温めて、切り餅などをいれて食べてもうまい。ウドンにもあう。寒い時期は大きな鍋にたくさんつくり、寒いところにおくか凍らせておき、その都度小鍋に移し、火にかけて食べた。冬の栄養源として最高であった。

そのほかの副食

・切らず炒り……豆腐をつくったときのおからでお茶請けやおかずとしてつくる。

ゴボウ・ニンジン・ネギ（ひき肉・糸コンニャクをいれる人もいる）などを細かく適当な大きさに切り、油で炒める。やわらかでもなくパサパサでもなくつくるのがコツで、醤油や砂糖・塩で好みに味付けをした。

栄養が豊富で、コビルに出して食べた。

・イカ人参……冬期間、お茶請けやおかず、酒の肴^{さかな}としてつくることが多い。正月料理としてもつくる。

市販の千切りしたイカ一袋を使うが、昔はスルメを買って家でハサミで刻んだ。ニンジンを千切りにして塩で揉み、三〇分ぐらいおいてしぼった後、水でアクを抜く。酒三合と水一合の割合で醤油と砂糖を混ぜあわせて煮る。泡が立つ前に火を止め、イカとニンジンに加える。味付けは各家の好みでつくる。

・芋茎の粕汁……冬の寒い時期の副食としてつくった。

サトイモの干し茎を二センチ^{二センチ}程度に切る。ジャガイモは角切りに切り、鮭の頭や切り身を一緒にいれて酒粕で

味をつける。

・油味噌…………千切りにしたゴボウと炒ったダイズと味噌を菜種油で炒め、最後に干したシソの葉を細かくほぐして混ぜ合わせる。おかずとして簡単につくれ、一年中食べられるが、家庭によってつくり方は少しずつ異なる。

・マメ味噌…………ダイズをカリカリになるまで炒つてとりあげておき、味噌に砂糖や蜜飴、酒などをいれて煮立てて、とりあげておいたダイズやゴマを混ぜあわせる。保存がきき、栄養のバランスもよい。ご飯の上のせて食べたり、お湯をさして味噌汁のかわりに食べることもできる。簡単なので農繁期などによくつくられた。

・シソ味噌…………シソを細かく刻んで油で炒め、砂糖などの甘味を加えて煮詰める。マメ味噌と同様に保存がきき、栄養のバランスもよい。ご飯の上のせて食べたり、お湯をさして味噌汁のかわりに食べることもできる。主に夏と秋の料理だった。以前はイロリで五徳をおき、弱い焚火で小鍋で料理した。

・野菜味噌…………その季節季節の野菜を細かく刻んで油で炒め、砂糖などの甘味を加えて煮詰める。マメ味噌と同様に保存がきき、栄養のバランスもよい。ご飯の上のせて食べたり、お湯をさして味噌汁のかわりに食べることもできる。

・カンブラの味噌炒め…………鍋に油をしいて小さいカンブラ（ジャガイモ）を皮がシナシナになるまでよく炒める。鍋にいったい水を入れ、中火でほとんど水気がなくなるまで、やわらかく煮、最後に砂糖と味噌をいれて、からめるように仕上げる。副食・お茶請けとしてつくった。

・油炒り…………ネギの白根から葉の中ほどまでの部分を二、三センチに切つて油の煮えた鍋にいれて炒り、醤油と砂糖で味をつける。材料がダイコンのときは千切りにして、ハクサイ・キャベツ・ナスもネギと同様につくる。年間をとおしてつくられる。

・シソ巻き…………夏によくつくられた。

うどん粉をこね鉢にいれ、唐辛子・味噌・砂糖を加えて混ぜあわせ、混ぜあわせたものをシソの葉で包んで楊枝で止め、油鍋にいれて、からあげにする。

・カマスとダイコンの煮付け……カテ飯の副食として、カマス（魚のアラ）とダイコンを混ぜあわせて煮付けとした。

問 食

現代風にいうとスナック菓子のようになるが、いわば小腹が空いたときに食べるものをいう。ありあわせの食べ物、菓子のようなものになるだろうか。矢吹町では次のようなものがあった。

・炒り米……残り物も無駄にはしなかった。種籾の残りは炒り釜でよく炒り、ふくれたところに黒砂糖や砂糖醤油をからませて炒り米をつくって食べた。焼き米と同じである（四子どものおやつ参照）。

・餅煎餅……ダイズをふやかして擂り鉢ですりおろす。餅をつくときにふやかしたダイズとタンサンとサトイモをいれ、つきあがったものを短冊型や賽の目に切って乾燥させる。缶などにいれて保存し、焼くとか油であげて塩や砂糖をまぶしたり醤油などをつけて食べる。

ダイズのかわりにサトイモをいれてつくることもある。つくり方、食べ方はダイズと同じである。寒につくると一年中食べられる。

・粉がき……米の粉を飯碗にいれ、砂糖を混ぜてこれに熱湯を注ぎ、すばやくかき混ぜると練り餅になる。春の農繁期の間食として食べた。

・つぶしイモ……サツマイモをふかしてつぶし、四角形にして笹の葉などに包んで乾燥させたものを「つぶしイモ」という。春に食べた。

・団子・カシワ餅……米は寒に洗い晒し、粉にひいておくと一年中使うことができる。餅米と粳米の粉を湯でこねて小さな団子に丸めてゆで、できあがった団子をアズキ餡やゴマ餡、ジュウネン味噌などをからめて食べる。

こねた団子の中にアズキ餡をいれてカシワの葉で包み、ふかしたものがカシワ餅である。端午の節句に食べ

た。

加工と保存

冬でも、特に寒（小寒・大寒）にはいると一段と寒さが厳しくなる。こうした厳しい寒さを利用して、凍み豆腐・凍み餅・凍みダイコンなどの保存のための食べ物が盛んにつくられた。

凍みダイコンなどは野菜の端境期（はなぞき）になくはならないものであったが、米は寒に洗い晒し、粉にひいておくこと一年中使用できる。また、「寒つきはいい」といって一年ぶちしておく農家もあった。

以下、矢吹町での代表的な加工食と保存食をあげてみる。

保 存 食

冬期間を中心に収穫までの食料の確保はどの家でも重要な問題であるが、一度収穫したものを腐らせずに保存し、いつでも食べられるようにする工夫が保存食であり貯蔵法である。

保存食の代表は乾物と漬物であるが、乾物としてはゆで干しダイコン・凍みダイコン・凍み豆腐・凍み餅・サトイモの干し茎・干しイモ（サツマイモ）があり、いろいろな野菜・山菜・茸の漬物がある。

貯蔵方法

主食となる穀物をどのように保存貯蔵するかは、気象・地理的な条件によって地域で多少異なることがある。代表的な穀物の貯蔵方法いくつかを以下に記す。

・米……………種粳は俵にいれて、屋根の梁に縄で吊るしておく。食用の米は、精米して、板倉や土蔵のある家ではセイロ、後に缶になりその中に貯蔵した。食べるときには、一俵くらいずつひき出してナガシの脇（こめびつ）の米櫃にいれておいた。

田内では平均反五、六俵が収穫量で、そのうちから一年間一人二俵の食料分を残して収穫後に全て換金したので、残る量はずっと少ない。食べる分をイドコロに菰を立ててハヨナワで五段六段に巻き、白ひきしておいた。残りの米は俵のままとか穀入れにいれ、ブリキの缶ができてからはブリキの五俵缶や一〇俵缶に糠をしき、米、糠、米、糠の順に交互にいれて保存しておいた。こうするとネズミに食われなかった。

・ムギ……………穀付きの状態で納屋に貯蔵し、随時精麦して桶に置いておいた。

・マメ類……………ダイズ・アズキなどのマメ類は、ブリキ缶など密封した容器に置いて虫食いを避けて貯蔵した。

・イモ類……………イモ類は、裏山に間口三尺、奥行き三尺ほどの横穴を掘って、その中に置いて貯蔵した。サトイモは周囲を

スギツ葉や初穀でしっかり覆っておくとネズミの食害にあわない。ジャガイモも同様であるが、サツマイモはイモの中で一番傷みやすいので、初穀でしっかり覆っておく。初穀を一番多く使うという。

・野菜類……………ダイコンやハクサイなどは収穫後に漬物として加工するほかに、ダイコンは地中にいけて藁で囲い、ハクサイは藁ひもでしばってアマヤ（農作業所。木小屋と兼用の場合もある）に穴を掘って糠を被せたり、土間や

納屋の隅（または奥）に藁を被せて春まで保存した。そのほか、ダイコンは干しダイコンとして乾燥させた形で保存した。

ニンジン・ゴボウ・ジャガイモなどは、凍みらせないために穴を掘って中に置いて糠を被せたり、初穀の中に置いておくこともあった。

豆腐・田楽

ダイズは味噌・醤油・豆腐・納豆・キナコなど、多くに利用される作物である。

味噌・醤油・納豆は後述するが、代表的な加工食のひとつである。豆腐は、以前は大概の農家でつくっていた。冷ややっこ（やつこ豆腐）のほかに汁にいれたり田楽にしても食べた。田楽は、イロリにワタシをかけて熱し、その上に水分をよく切って串に刺した豆腐をのせて焼き、甘味噌をつけて食べる。味噌の香ばしい匂いがして、小さい子どものときには楽しみにしていた。小正月の十四日のドンド焼きや秋の刈りあげ十日餅のころに食べた。

凍み餅

田植えが終ったところに、山ゴボウの葉をカヤマ（萱山）などからとってきてゆでて乾燥させ、保存しておく。冬の大寒のころに干しておいた山ゴボウの葉を餅につきこめ、かたくなってから切りわけ一枚ずつ新聞紙などに包み、藁で編んで外にさげる。二、三日くらい日陰で干してから、その後、陽にあてながら寒風で凍み乾燥させてつくる。

山ゴボウの葉は、秋にとってゆでて乾燥させて保存しておく人もいる。ヨモギは四月にとってゆでて乾燥させて保存しておく。

凍み餅は先ず、水に浸した糯米をあげてセイロに平らにおき、そのうえに粳米の粉を熱湯でといて団子状にしたものをいくつかのせ、ゆでて乾燥させた山ゴボウの葉をさらに上にのせてからふかし、ふかしあがってから臼で餅につく。ヨモギも同様である。

日中乾かし、晩に寒風で凍みらせ、何回かこれを繰り返してできあがった凍み餅は、食べる前にしばらく水に漬けておいてからふかし直し、アンコやキナ

コ、砂糖醤油をつけて食べた。春の農作業のコピルとして食べたが、かたくならず間食として重宝した。

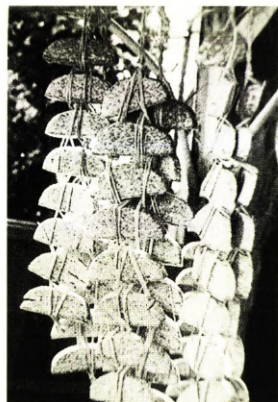
サツマイモを屑米の粉と混ぜこむ餅もある。皮を剥いたサツマイモをふかす。屑米の粉をほぐれるくらいに微温湯で練り、小さな団子状や塊にしてからふかしておいたサツマイモをいっしょについて餅にする。一枚一枚に切りわけて水に浸け、新聞紙などで包み、藁で編んで外にさげ、寒風で凍み、乾燥させてつくる。

手のひらで細長く伸して古紙で包み、五個くらいを藁で編んで、軒下に寒中一か月くらい冷たい風で乾燥させる。できあがった餅は、三、四月ごろに食べる。水につけて戻し、焼いたりふかしたりして食べる。つくときに味をつけた餅は子どものおやつにもなった。

ゆで干しダイコン

ダイコンの皮を剥き、一センチ角ほどに薄く小さく切って熱い湯の中に一〇分ほどいれて箸にあげて乾燥させる。

乾燥したゆで干しダイコンは味噌汁の具などに利用するが、二分ぐらいでできあがるので忙しいときに重宝する。主に秋や冬につくった。



【写真64】凍み餅（『大信村史』より）

凍みダイコン

秋に収穫したダイコンを使って、寒い冬の日に漬くる。

ダイコンを半分に切り、三〇センチくらい（きさ）の長さにする。切ったダイコンを寒い日に水に浸して縄にとおし、竿（さお）（田内ではクドフジの蔓に吊す）などに吊るして水分がなくなるまで乾燥させる。かたくなってから以降は次第にやわらかくなり、色が黄色になればできあがりである。田植えや山仕事の弁当のおかずとして必ず使った。

イモガラ

サトイモの赤柄、青柄、茎を切って葉をとる。四、五日筵（むしろ）やゴザで干して皮を剥き、水でアク抜きしてから薬ひもをとおして吊りさげ乾燥させる。雨と湿度に注意を要するが、冬の野菜の少ない時期に利用する。

納豆

昔は、農家では、正月の一月間に食べる納豆づくりを正月を迎えるための準備の一つとして十二月末に必ずおこなった。

使うダイズは、なるべく小さくて青いダイズがよいとされる。

大きな釜を使って、あまりやわらかくすると納豆にしたときに糸がひかないので、かたいくらいに煮あげる。煮たマメをツトツコ（藁苞）につめ、ダイコンの葉を熱湯に入れて熱くした葉で温めて発酵を早めると、納豆ができあがる。少し塩を混ぜておいた。

畑に穴を掘って藁を焼いて穴を温め、吠（かき）などにツトツコをつめて穴にいれ、藁やシビなどで吠全体を包んで土を被せて発酵を早めることもおこなわれた。四、五日過ぎたから様子をみながら糸がひいたらできあがりである。簡単に炬燵（こたつ）でつくる人もあった。

漬物

漬物は、乾物とともに二大食品加工保存方法である。

特に漬物は、気温が低く日照時間の少ない北日本では、乾燥が困難であ



【写真66】イモガラ（根宿地内）
（提供 後藤助一郎）



【写真65】凍み大根（田内地内）
（提供 小磯忠三）

るために重要な保存技術といえる。長期的保存（貯蔵）を考えた塩漬が多いが、そのほかに粕漬、味噌漬、醤油漬、酢漬がある。

・味噌漬……………ダイコン・キュウリ・ゴボウ・ニンジン・シソの実・ミョウガ・シヨウガ・フキなどの材料を細かく刻み、塩に漬けて一晩おいた後で水切りをして袋にいれ、味噌と麴をいれた桶に漬ける。秋にないものは塩に漬けておいた。

・塩漬……………ダイコン・キュウリ・梅・ラッキョウなどが塩漬の材料である。また、ドブ漬ともいい、塩水を煮出して少し冷まし、キュウリやナスなどを漬けた。

甘 味 料

甘味料の代表は砂糖だが、農村では戦後になるまでほとんど白砂糖は使っていない。白砂糖は高級品で、使っても黒砂糖が多かった。砂糖にかわる甘味料として柿の皮を干して粉にしたものがあつた。

・水飴……………戦後は、サツマイモでもつくつた。先ず、ムギもやしをつくっておく。サツマイモは小さな屑イモをゆで、それを桶にいれて麦もやしをあわせ寝かせる。一定期間おいて絞り袋に移して汁を絞りとり、鍋にいれてアクをとりながら煮詰めてつくる。できあがつた水飴はそのまま舐めたり、甘味料として保存して使った。

四 子どものおやつ

焼 き 米

春や夏の子どものおやつとしてつくられた。

種籾の残りをふかして乾燥させて籾搗りしてもらい、籾殻を除いてから焼き目がつくまでホウロクで炒る。焼き米が温かいうちに砂糖と醤油で味をつけて食べたり、そのままフクベ（ひょうたん瓢箪）にいれて食べる人もいた。

炒り米も同様である。

香 煎

玄米を鍋で炒り、ふくれたraisins（石臼）にとって粉にひき、砂糖を混ぜあわせる。

玄米の香煎が春の食べ物なら、ムギ香煎は夏の食べ物である。ムギをひいて香煎をつくり、砂糖を混ぜて甘くする。できたものを瓢箪にいれて保存した。食べるだけ出して、むせりながらよく食べた。

木の実・果実

山村での食生活の再構成を試みた瀬川清子によると、明治のはじめごろから昭和の初期ごろまで、各地の山村

・野の草

では供された主食物はヒエ・ムギなどの雑穀と木の実・果実に、グミ・スグリ・クワゴ・ハタインキョ（ハタインキョともいう）・梅・アンズ・カキ（甘柿。渋柿は干柿にして食べた）など、野の草にキイチゴ（ノイチゴ）・グスベリなどがあつたという。

甘 酒

もち甘酒は冬につくった。糯米をふかしてついでから麴をいれて再度つき、それを甕かめにいれて一か月ほどおくと砂糖をいれなくとも甘くなる。これをもち甘酒といった。できたものを湯で薄めて飲んだ。

三城目ではシジミとりをし、味噌汁の具として利用した。

魚介と昆虫

また、阿武隈川や溜池でコイ・フナ・ハヤ（赤腹）・ナマズ・カワエビ・ヌマエビ・カジカ・ライギョ・セイ・ダギボウ・ウナギを、水路などでドジョウをとった。泉川でもコイ・フナ・ハヤ（赤腹）・ナマズ・カワエビ・ウナギなどを、根宿では地区内の水路などでナマズ・ドジョウなどをとり、煮たり焼いたりして食された。農家にとっては、大切なタンパク源であつた。

溜池や堀も農用水としての役割のほかにこうした魚介を得る大切な場所で、農作業に水の必要がなくなった時期（秋）にカーガリ、泥はきなどといって水抜きがおこなわれ、コイ・フナ・ナマズ・ヌマエビ・ドジョウなどが大量に捕獲されて、集落内でわけあつて家に持ち帰って食された。溜池や堀は、競り（競売）によって捕獲権が売買されて権利者が魚をとり、商売にすることもあつた。

生計の足しにするために川漁をする家もあつた。

五 ハレの食事

ハレの日の食事

盆・正月や祭礼などの年中行事、人生の節目におこなわれるさまざまな人生儀礼には、その日そのときにあった料理がつくられている。年中行事、人生儀礼自体の内容についてはそれぞれ第五章と第六章で詳しく述べられているので、ここではそのときになにを食べるのか、食べたのかを述べていく。

「日常茶飯事」という言葉があるように、食べるということは非常にあたりまえで、日常「なにを食べようか」ということはあっても、そのときに食べる物に意味があることなどほとんどの人は考えもしない。しかし、年中行事の決まった日に決まった食べ物をつくることや、結婚式、葬式などの冠婚葬祭に出される祝いの膳や精進料理には、食べることによってその儀礼や儀式を実感させる重要な意味と役割がある。それが「ハレの日の食事」というものである（日常をケといい、年中行事や結婚式・葬式などの冠婚葬祭は非日常であり、これをハレという）。

年中行事と 矢吹町にはさまざまな年中行事が伝えられていて、季節ごとの行事には季節にあった、決まった食べ物がつくらはれた（表5年中行事とハレの食参照）。

ハレの食 表でみるように、餅と赤飯と銀めし（いっそ飯ともいう）が、矢吹町における三大ハレの食である。

餅は正月にはじまり、鏡開き・小正月・節分・熊野講・節句・早苗振・盆・刈りあげに食べられ、赤飯は正月・祭りなどで、いっそ飯は正月・恵比須講に食べられる。

炒り鳥は、秋、冬のお祭りや正月の酒の肴料理として昔からつくられてきた料理である。肉を油で少し炒め、ゴボウ・ニンジン・コンニャク・サトイモをサイコロ状に刻み、順にいれて煮込む。醤油とみりんで味をつけて仕上げる。また、三〇年くらい前までは毎月一日、八日、十五日、二十四日の日には必ずアズキ飯を食べた。三城目では六月を除くこれらの日には必ずアズキ

飯を食べた。正月にはイカニンジンと一緒につまむ。雑煮もあった。

田内では「アカママは腹に食い込む」という。毎月一日、二十四日、月によっては八日、十五日にも食べた。

十二月末の 十二月二十五日は「納豆ねせ」。年の暮れにおこなうので「詰め納豆」ともいい、昔は、正月を迎えるための準備の一つとして、農家は正月の一月間に食べる納豆づくりとして十二月末に必ずおこなった。

使うダイズは、なるべく小さい青いダイズがよいとされる。ダイズは一日水に浸してから大きな釜で一、二升単位でかたいくらいに煮あげる。あまりやわらかくすると納豆にしたときに糸がひかないので、指で押してつぶれる程度にかたいくらいに煮あげる。息を抜いた煮たマメを新しいツトッコに入れて、ダイコンの葉を熱湯にいて熱くした葉で温めると、おいしい納豆にできあがるという。少し塩を混ぜておくこともある。

ツトッコはまとめて布に包み、炬燵の中にいれてねせると数日で糸をひいた納豆に仕上がる。

矢吹町では、煮マメをいれたツトッコを吠にいてから畑に掘った穴にいれる。穴の中に藁などをしき、ツトッコをいれた後はシビ藁をかけて土を被せ、五、六日間様子をみながら発酵するのを待つとできあがる。

二十八日は「年越し餅」といい、二十九日につく「九餅（苦持ち）」、三十一日の大晦日につく「一夜餅」を嫌い、二十八日に正月に供える餅と食べる餅をつく習慣は全国的な風習である。

また、年始用として大きく平らな丸餅もこの日につく。この餅をヒロゲイシキとかヒロガイシキとよんでいる。

三十一日は年越しで、大概の地域では夕食に蕎麦を食べる。大畑では年越し蕎麦のほかに煮マメと数の子も食べる。矢吹町では、「宵祭と年越しは、麺が当番」などともいわれている。

一月の行事と食

一月一日は「元旦」である。どこの家でも若水汲みをおこない、一年のはじまりとした。

雑煮をつくって食べるならわしの地区が多く、大和久では雑煮は吸んだ若水を使ってつくる。凍み豆腐やネギを賽の目に切り、味噌をいれて味付けをした。大畑では、朝はお汁粉、晩は赤飯が正月一日の食事で、長峰では朝は餅、晩は

弥栄	大畑	松倉	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷	田内	備考
	●	●			●△	●	●			
							▽			
	とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯	△			
		◎		◎			△			
	粥	粥	?	粥	?	?				
	豆腐餅									
		田楽焼		田楽焼					餅	
					●▽					
		強飯			強飯					
										中畑新田ではホッケを食べる
			豆・切餅		味噌汁					
		◎	▽				△			
					餅					中畑・原宿
		▽	▽▽		▽					
	アンコ餅	塩ボタ餅	▽	■		■				子安講餅
		▽	▽							松倉
		草餅・アラレ		草餅	草餅		草餅		草餅・アラレ	養餅
										陣ヶ岡
	□	□	□	■	■□	□	■	□	▽□	小松
		◆▽					▽◆			
			▽							
			▽				焼米			明新
		柏餅	柏餅	柏餅	柏餅・柏万頭	柏餅	柏餅		▽	田内
			◇							
		▽					▽			
		▽					▽			
		▽◆			▽		▽			
			▽		▽					
							砂糖餅			
			団子▽							
			▽							
		餅			▽		アンコ餅 うどん煮			土用餅・長峰
		▽	餅▽ 糰		▽		▲			
										5区
					飯					
			▽		▽▽					
							◆			
			▽				◆			
		団子			団子△					
		▽餅								
	■	□	□▽	■	■□		◆□		□	

第二節 食

【表5】年中行事とハレの食

		矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内	長峯
1月1日	元旦	雑煮	雑煮	雑煮		雑煮	●	雑煮		雑煮●△
2日	初売り・年始	▼								●△
3日	三日とろろ	とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯		とろろ飯	とろろ飯	とろろ飯		とろろ飯
6日	山入り									
7日	七草・観音参り	粥		粥			七草飯			粥
11日	蔵開き・農始め									雑煮餅
14日	団子さし・とやんぱ					田楽焼	田楽焼	田楽焼		田楽焼
15日	小正月	●								粥
19日	ハヨナワ作り									
20日	二十日正月・恵比須講									強飯
下旬	井戸さらい									
2月4日	節分			豆・切餅						芋ガラ 味噌汁
8日	コト八日・針供養	△				▼				
9日	山の神									
15日	熊野講							熊野講餅		
	初午									団子
	子安講					アンコ餅	●	アンコ餅		
	村祈禱									
3月3日	女の節句・雛祭	草餅	草餅・ アラレ	草餅			草餅・ アラレ	草餅	草餅	草餅・ アラレ
12日	淡島様									
21日	春彼岸	■□	?	■□		□	□	□		□
	薬師様	◆								
4月3日	春祭り						◆			▼
8日	花祭り・お釈迦様							団子		
18日	山の神	●								
24日	二十四の宿									
5月5日	端午の節句	柏芋頭	柏餅			柏餅	柏餅	柏餅	柏餅	柏餅
	早苗振	▼								●
6月1日	ムケの朝日						サト餅	(餅)		▼
6日	雷神様									
13日	天王様									
24日	愛宕様						▲			
	虫送り									
	馬糞い									
	大早苗振									
7月7日	ネムタ流し・七夕									
14日	天王祭		▼							
23日	二十三夜様									
24日	愛宕様									
	土用									★餅
8月1日	八朔		▼							★餅
13日	盆迎え火									
15日	中畑八幡神社祭礼							◆		
16日	盆・地獄の釜の休み 虫送り	シン餅								
9月3日	神事									
8日	獅子舞									
9日	明新秋祭り・山の神									
13日	根宿のオミシャク						◆	◆		
15日	十五夜			団子			団子			
19日	松倉祭礼									
23日	秋彼岸	■	団子	□		■	□	■	□	

			◆		▼◆			◆		アンコ餅
		●	▼●	●					●	
					▼					大畑
				△	△		△			神田
			△餅							
	ケンチン汁	ケンチン汁	□ケンチン汁	ケンチン汁	ケンチン汁・豆餅		アンコ餅 ケンチン汁			
	アンコ餅・ケンチン汁	塩ボタ餅	▼	■						
			▼				□			長峰
										八日餅・松倉
		餅			キンツバ餅					
							砂糖			
	☆	☆	☆	☆	☆		☆		☆	

おこわ ◆ 粥 粥 ボタ餅 □ おはぎ ■ 蕎麦☆ うどん★

白いご飯だった。地区により正月料理に違いがみられる。

また、長峰では正月三日は女性は炊事をしないならわしで、来客へのまかないのお節料理は正月前につくっておき、家によっては詰めかえせずに対応していた。正月三日の神棚などへの供え物は男がおこなった。

二日は「初婚初嫁の年始回り（嫁呼び・婿呼びともいう）」である。

昔から、初婚初嫁は親や兄弟、親戚への年始回りをおこなった。矢吹では、初婚初嫁はそれぞれの実家に年始に帰るときには三升の餅をつき、平らに伸して半分に切り、重ねてノシをつけたヒロガイシキ（ヒロゲイシキ）という餅を持参した。矢吹では、この日の食事には赤飯を食べた。

三日は「三日トロロ」といい、矢吹町のどの地区でもトロロ飯を食べた。また、正月三日にかぎらず、毎月はじめの三日には必ずトロロ飯を食べた地区もあった。

大畑・松倉では、トロロイモを摺りおろしてだし汁と醤油で味をつけ、白いご飯にかけて食べた。矢吹（一区）では、山イモやトロロイモを摺りおろしたり千切りにして、白いご飯にかけて食べた。

三城目では、どこの農家でも自家用や販売用にトロロイモをつくっていた。

六日は「山入り」といい、山仕事のはじめとして米（オサゴ）・餅・干し魚などを細かく刻んで紙に包み、山の神に供える。供えた後で十四日に

第二節 食

10月2日	祭礼・平紙餅・獅子舞	▼	◇★			▼	◆			▼
10日	刈り上げ十日		●				●	●		
14日	熊野講・ご祈禱餅									
17日	御霊神社祭礼									
20日	恵比須講	雑煮△					△			△
	ご祈禱餅									
11月15日	油しめ十五日	ケンチン汁			ケンチン汁	ケンチン汁	ケンチン汁	ケンチン汁		ケンチン汁
	子安講					●				
	山の神									
	太子講									
12月1日	カッパレ一日									餅
8日	コト八日・針供養									
24日	二十四の宿									
25日	納豆ねせ									
28日	餅つき									
31日	年越し	☆			☆	☆		☆	☆	☆

白い餅 ● 草餅 ○ 豆腐など ● 白い飯 △ 赤まんま ▲ 赤飯 ▼ 小豆飯 ▽ おふかし ◇

使う団子刺しの木をとって持ち帰る。三城目では山入りに餅を二個持っていく、一個は供え、一個は持ち帰って家族で焼いて食べた。山仕事の安全と家族の健康を神に祈り、神に供えたものと同じものを食べることによって、神の加護を身体に得ることができるとする。神と家族全員との直会（なれあひ）の意味であろう。

七日は「七草」で、春の七草をいれた食事をした。実際は七草すべては揃わず、三城目ではナズナ・セリ・ダイコン・ニンジン・ゴボウ・ハコベ・昆布の七品目で七草としていた。

根宿・三城目では、家にある七品目をご飯にいれて炊く「七草ご飯」、大畑・井戸尻・松倉では集められる春の七草をいれた「七草粥」、長峰では集められる春の七草と野菜で七品目を揃え、飾り餅や正月料理の残りを混ぜ、醤油や味噌味でやわらかく煮る「七草雑炊」を食べた。食べること一年の邪鬼（じまき）を払い、万病が除かれるとされる。

十一日は「鏡開き」「餅入れ（農のはじめ）」で、根宿ではお供えした鏡餅をこの日の夕食に家族全員で食べた。長峰では、十一日の朝、米を一升枡（ます）に半分ほどいれ、餅・干柿など三〜五品と酒を神棚に供える。朝食後にこれらと鎌・鉾などの農具と、松に幣束（へいぐす）をつけた「拝み松」を田にいて供え、豊作を祈願した後、供物を持ち帰って夕食時に雑煮をつくって食べた。大畑では、豆腐を摺って砂糖と塩で味をつけ、餅をからめる豆腐

餅を食べた。

十四日は「団子刺し」「とやんぼ」である。「松送り」「餅の年とり」ともいう。井戸尻では、農家の神様であるオカマサマは非常に嫉妬深い神様なので、つくった団子を田の神より先にオカマサマに供えるという。

晩には各地区で「とやんぼ」がある。矢吹では、七日に子どもたちが正月の松飾りを集めて回り、とやんぼとしてつくった藁小屋にいれ、十四日の晩に火をつけて燃やす。この火で餅を焼いて食べると一年中風邪をひかないという。

とやんぼでは田楽焼きを食べる。豆腐一丁を八つくらいに切って竹串に二つずつ刺し、イロリの炭火でネギ・味噌・砂糖を搗り鉢で搗ってこしらえたタレをつけ、両面を返しながらかんがりと焼く。焼きあがった田楽焼きは、子どもが先に食べる権利があった。

十五日は「小正月」。三城目では水かけ祭りがおこなわれる。一本木ではアズキ粥を食べる。

十八日は「団子もぎ」といい、長峰では十四日の団子刺しで飾った団子をもぎ、イロリで焼いたり炒ったりして食べた。

二十日は「二十日正月」「恵比須講」「菌固め餅」の日でもあり、長峰では菌が丈夫になるようにと、正月の供え餅をイロリで焼いて食べた。

田内では毎月二十四日が「二十四の講（二十四夜講）」で、青年たちが一人五合の米を持って回り番の家に集まり、宿で用意した料理を食べた。

二月の行事と食

二月四日は「節分」「豆蒔き」で、矢吹では、焼いたイワシの頭をマメ殻に刺して、ツバを三回かけてから玄関・蔵の扉などに刺した。また、味噌マメをホウロクで炒り、柀にいれて神棚に供えてから部屋内外、倉庫・便所などでまいた。炒ったマメは年の数だけ食べた。また、矢吹では「くろ越し餅」といい、餅を食べた。

八日は「針供養」「コト八日」で、矢吹では特別に搗った白米だけを使って白米ご飯（いっそ飯）を炊き、隣近所が集まって食べた。普段ムギ飯などで生活していたので、この日のご飯はムギなしの最高の食事だったという。また、根宿ではこの日に悪

魔がとおるといい、家の前に目籠を竿の先にぶらさげておくと、「こんなに目の多い化物がいたのではかなわない」と悪魔が退散するといわれている。外出するときは、アズキを舐めて出かけると厄除けになるという。

九日は「山の神様」で、田内では「山から百姓の神様がおりにきて豊作を見守る」といい、供え物をした後、昔は宿があつて餅などを食べた。

十五日は「熊野講」で、中畑では糯米をふかして千本杵で餅をつき、塩あんにして食べた。熊野講餅という。田内では二月十五日と十月十五日がご祈祷餅の日で、世帯主が班ごとに班長の家に集まって大きな臼と千本杵で餅をつき、つきあがつた餅を集落中にふるまつた。

「初午」には、矢吹では疫病退散・無病息災を願ひ、辻々で数珠繰りをおこなつた。三城目では、この日は必ずアンコを食べながら外出するという。コト八日と同じである。

二月には、各地に安産や子どものすやかな成長を願う女たちでおこなう「子安講」がある。松倉では回り番の宿があり、みんな塩ボタ餅をつくって寺にお参りし、供えた餅を持ち帰って妊婦に食べさせた。安産を祈願しての行爲であつた。

大畑ではアンコ餅とケンチン汁を食べる。中畑では子安講餅といつて三つ重ねの餅をつくるが、真ん中の餅は下の餅より大きくつくる。供えた後、妊婦は腹の中の子どもの安産を願つて食べた。

三月の行事と食 三月三日は「女の節句」「雛祭り」で、紅白の餅や五色の雛餅、草餅がつくられた。五色の雛餅は薄く伸

て定規などをあてて養の目に切り、よく乾燥させてから油であげる。砂糖醤油などをかけて子どもたちがおやつとして食べた。マメ餅とかアラレという。砂糖と醤油を煮立てて、アラレにからめて食べるとうまいといい、好まれた。

十二日は「淡島様」で、矢吹では女の人たちが鶏肉・野菜・サトイモ・豆腐で煮物をつくり、川辺にいつて食べた。

二十一日は「春の彼岸」。各地で墓参りがおこなわれるが、矢吹では団子かボタ餅をつくり、カンナカラ華と墓に供える。ボタ餅は梗米と糯米を混ぜて炊き、アズキあんをからめる。大畑と井戸尻では、彼岸にはボタ餅と油揚げと昆布の煮物を食べるこ

ととされている。

四月の行事と食

四月三日は「春祭り」で、明新ではアズキと糯米でふかしオコワをつくって食べた。
十八日は「山の神」で、明新では山の神様の境内に土で竈をつくり、鉄製の炒り釜でダイズと種粳の残りを乾燥した玄米を炒って山の神に供えた。

五月の行事と食

五月五日は「端午の節句」で、矢吹では「この日はどんなことがあっても田の畦を歩いてはいけない」とされる。また、この日にカシワ餅をつくって食べた。大畑ではカシワ餅と、トロロイモと凍みダイコンの煮物を食べる。三城目では五月四日の宵節句にカシワ餅をつくり、神棚や仏壇に供えてから五日に食べる。

「早苗振り」は田植えが終った家ごとのお祝いで、親戚や手伝いの人を招いて飲食した。明新では砂糖餅をつくり、重箱に置いて田植えを手伝ってくれた家に配った。

六月の行事と食

六月一日は「ムケの朔日」で、「人身が皮剥ける」といい、餅をついて食べた。
十三日は「天王様のお祭り」。矢吹では旧六月十四日にキュウリを二本持つて天王様を参拝し、前の人供えた一本を持ち帰って家族全員で食べた。今は神社で祈禱したキュウリをいただいてくる。明新では、この日赤飯を炊いて食べた。

田内では十三・十五日が祭りで、以前はカキの葉に包んだ赤飯がムラの人たちに配られた。

田植えがムラ全体で終ったことの「大早苗振り」はムラの行事としておこなわれる。ムラ休みとし、各家々で餅を食べたりした。嫁は重箱に砂糖餅を詰めて里帰りをした。

七月の行事と食

七月二十日は「愛宕様のお祭り」で、田内では青年たちが重箱に料理を持ち寄り、神社に集まってにぎやかに飲食した。

土用の丑の日には、ウナギやウドンなど「う」の字のつくものを食べた。明新ではウドン煮を食べた。

八月の行事と食

八月一日は八朔（「はっさくついたち」という）で、明新では赤飯を炊き、萱の茎の根元の太い部分でつくった箸で食べることにされていた。

九月の行事と食

九月八日は明新の獅子舞いで、明新ではアズキ・ササギと糯米でオコワをつくって食べた。

九日は明新の秋祭りで、明新では八日と同様にアズキ・ササギと糯米でオコワをつくって食べた。

十三日は根宿のオミシヤク（オビシヤク）で、この日の夕方に、ムラの子どもたちはカキの葉を持ってアズキ・クリ・イモのはいたたオコワをもらいに近所三軒両隣の家を回った。このときに「おみしゃく がんがらす 芋でもえー 栗でもえー 豆腐の生でもえーもんだ」と四、五回繰り返して唱えた。

二十三日は秋の彼岸で、大畑ではアズキと糯米でオハギをつくる。また、サツマイモとインゲンとで野菜の天ぷら、揚げと昆布の煮物をつくって食べた。明新ではアズキと糯米でボタ餅をつくって食べた。

十月二日は矢吹神社のお祭りで、糯米のおふかしやウドンを食べた。

十月の行事と食

十日は「刈り上げ十日」。九日の晩に餅をつく。

矢吹では、藁を身体に巻いた子どもたちが、ミョウガの茎を藁ツトにいれて細縄でかたくしばったモグラウチをつくり、「大麦小麦、三角蕎麦あたれ（豊作になあれ）」とはやしたてながら地区の一軒一軒を地面をたたいて回る。褒美に餅やお金があった。

明新では糯米とアズキ・砂糖で砂糖餅をつくり食べた。矢吹では農作業を手伝ってくれた家に、アンコ餅を配る。

十四日は熊野講で、ご祈祷餅を食べる。

原宿では十五日がご祈祷餅の日で、以前は順番制の宿がありおこなっていたが、現在は青年会長の家を宿にしておこなっている。大きな臼と千本杵で餅をつき、つきあがった餅を千本杵からめて集落中を回り、各戸に供物として千切らせてふるまった。昼食を抜き、夕食には汁餅を食べる。一人あたり五合の餅を残らず食べ終らなければならない。田内でも同様におこなった。世

帯主が班ごとに班長の家に集まって大きな臼と千本杵で餅をつき、つきあがった餅を集落中各戸にふるまった。

二十日は恵比須講で、百姓恵比須講ともいわれる。昔は魚屋も掛け売りだったので、この日が魚屋の勘定日でもあった。

矢吹では床の間や神棚に恵比須・大黒の掛軸をかけ、お膳を二つくり、それぞれ魚、煮菜、ご飯、汁、酒と、近くですくつてきた小魚をどんぶりなどにいれ、さらにお金に不自由ないようにと枳に財布をいれて供える。供えた膳は、その日の夕食に戸主とその長男で食べる。明新では、お膳にご飯を山盛りにした椀と、家にあるだけのお金をいれた一升枳、それに水をいれたどんぶりに生きたままの鮎をいれて神棚に供えた。松倉でも同様だが、お膳の椀に山盛りにしたご飯は家の長男が食べることとされていた。

煮菜にはサトイモ・ニンジン・ゴボウ・ダイコン・シイタケをいれる。シイタケの切り方には特徴があった。

十一月の行事と食

十一月四日、十四日、二十四日は「太子講」をおこなう。長峰では四日の太子講の夕飯に米粉で団子をつくり、アズキ粥に煮たアズキ粥を食べる。十四日の太子講の夕飯には、糯米粉と粳米粉で団子をつくり、お粥に煮た団子粥を食べる。二十四日の太子講の朝には餅を、夕飯にはダイコン飯を食べる。

十五日は「油しめ十五日」で、大畑ではサトイモ・ニンジン・ゴボウ・ダイコン・ネギ・ズイキを油で炒めてから水をいれて煮、味噌で味をつけて最後に豆腐をいれたケンチン汁をつくり、食べる。

十一月二十三日の恵比須講には、白米のご飯とネギと豆腐の味噌汁、イワシやアジ、またはサンマや尾頭つきの魚の煮付け、サトイモ、ニンジン、ゴボウの煮染め（鳥肉がはいることもある）をつくる。「恵比須講煮染め」とよばれ、膳にして供えられる。供えられたご飯の一膳は家の主人が、もう一膳を家族でわけて食べた。商家の恵比須講料理である。神棚に枳、そろばん、貯金通帳と前述のご飯二膳、鮎やドジョウをいれた水桶を供えた。鮎やドジョウは後で煮て食べたり、井戸に放した。

長峰の十一月の子安講では、前記のケンチン汁とアンコ餅を食べる。

明新の十一月の山の神では、ボタ餅を食べる。

十二月の行事と食

十二月一日は「カッパレ朔日」。長峰ではカッパレ餅といい、屑米とその年の雑穀の残りとヨモギを餅について食べる。

八日は「コト八日」で、二月の行事と同じ。

そのほかの そのほか、どんど焼きには味噌田楽、彼岸にはボタ餅・オハギと、必ずそのときに食べる行事食がある。

行事と食 さらに、決まってくる食べ物に炒り鳥やアズキ飯がある。

人生儀礼と 人生の節目節目でのさまざまな儀式のときに出される料理を、子どもが生れて成長し、大人が成長を育む間をハレの食「産育」、大人になるときの「成人」、そして「結婚」し、死んで供養までを「葬送」とわけて、その時々になにを食べていたのかを個々にあげていく。

年中行事でも述べたが、餅と赤飯といっそ飯が矢吹町における三大ハレの食であり、人生儀礼でも中心的な食である。ただ、餅は初誕生・葬式に、赤飯はオビヤアケ・食い初め・初誕生・茶入れに食べられるが、いっそ飯は、行事食には出てきても人生儀礼の食にはあまり出てこない。

産 育

産後七日目をお七夜といい、親類、トリアゲバアサンなどをよんでの祝いがおこなわれる。原宿では赤飯・煮染め・キンピラゴボウ・冷しマメ・数の子を膳にして出す。冷しマメ・数の子はマメで達者で、かつ数子（たくさん子ども）を産むようにとの縁起で食べる。

産後二一日目にして産婦ははじめて産室から出たの生活ができるようになる。これをオビヤアケといい、赤飯を炊いて祝う。男一〇日目、女は一〇九日目を「食い初め」という。明新では、川から小石を拾ってきて尾頭つきの魚と一緒に皿において、赤ん坊に舐めさせた。祝いに赤飯を炊く。「長生きするように」と長寿の人に抱いてもらい食べさせた。大和久では赤飯ではなく、粥を少し食べさせた。

一歳の初誕生日には、誕生前に歩きはじめるのは「親をしのぐ」とか「家を離れる」といって嫌い、子どもに一升餅を背負わ

長峯	弥栄	大畑	松倉	神田	堤	三城目	中野目	明新	本郷	田内	備考
		▼	▼◆	▼		▼		▲			原宿
▼		▼	▼			▼		▲			
		▼	◆	▼	▼	△					
▼○		▼		▼	○	▼		▼			
▼		▼		▼	○	▼					
▼		▼	▼	▼	▼	◆		○			
▼		▼		○▼☆	▼☆			○			
						○					
▼											明新
		◇	◇		▼	▼		◆			
			◇			団子・飯					
						団子・飯					
○			○								
○			○								
										おにぎり	
			◆		▼	▼					
			◆			▼		◆			
			▼◆		▼	▼					
								◆			
★					▼			★▼			

おこわ ◆ 粥 粥 ボタ餅 □ おはぎ ■ 蕎麦☆ うどん★

せてころばす祝いをおこなう。明新では近親者を招いて赤飯やアンコ餅をふるまう。

茶入れ 結納の儀式である。

儀礼内容は各地域とも違いはないが、家によってふるまう料理に少しずつ違いがある。もともと茶入れにはこれこれと決まった料理が出されたのではなく、この地方ではハレの日の食として餅や赤飯が代表されるように、こうしたものにいくつかを加えることなのかもしれない。

原宿では赤飯・煮染め・キンピラ、矢吹では白飯・

第二節 食

【表6】人生儀礼とハレの食

		矢吹	小松	大和久	堰上	本村	根宿	原宿	寺内
人生儀礼 産育	お七夜	▼	◇	▼		▼	▼	▼	
	オビヤアケ	▼	◇	▼			▼		
	食い初め	▼粥	◇			▼	▼		
	初誕生	▼	◇			▼			
	七五三	▼				▼	▼	▼	
婚姻	茶入れ		◇					▼	
	祝言		◇				◎▼☆	▼	
年祝	厄年					◎		▼	
	年祝	◆							
葬式	入棺								
	穴堀・地取り								
	葬式	◆	◇			◇			
	出棺	◇							
	野辺送り	◇							
	引っ張り餅							◎	
	四十九の餅					◎	◎	◎	
	精進上げ					★			
	耳塞ぎ								
供養	初七日							◆	
	二七日								
	三七日								
	三十五日							◆	
	四十九日		◇					◆	
	百ヶ日		◇					◆	
	一周忌・一年忌		◇					◆	
	三年忌					◇			
	七年忌								
	三十三忌								
	新盆					★			

白い餅 ◎ 草餅 ○ 豆餅など ● 白い飯 △ 赤まんま ▲ 赤飯 ▼ 小豆飯 ▽ おふかし ◇

汁・煮染め・キンピラ・尾頭つきの魚など七品、井戸尻では白飯・麵・すまし汁（濁りものにせず、必ずすまし汁）としている。

結婚式の料理

以前の結婚式は自宅でおこなうのが通例であ

った。

まず、花嫁が婚家に到着すると最初に口にするのが、落ち着き餅というアンコ餅である。一通りの儀式が終わってから披露の宴になるのだが（詳しくは第五章人の一生参照）、結婚式の本膳の料理は、地区内か近隣の専門の料理人ではない「まかないさん」とよばれ

る腕のよい素人料理人が頼まれ、手伝いの女の人たちに指示をしながらつくられた。鯛などの尾頭つきの魚・刺身・寿司・流し羊羹・卵焼き（伊達巻）・煮物・天ぷら・赤飯が一般的で、そのほかにお浸しなどがついた。

根宿では結婚式の祝いの料理としてリングの白和えを必ずつくった。材料は、リング・ニンジン・木綿豆腐・塩・砂糖で、お菓子のようなものである。

リングの皮を剥いてから銀杏切りにして塩水に浸し、水切りしておく。塩は甘さをひきしめるために少し使う。ニンジンは短冊切りにし、塩ゆでする。木綿豆腐を水切りしてから、搗り鉢にいてよく摺り、砂糖と塩少量を加えて味をつける。そこに銀杏切りのリングと短冊切りのニンジンを加えて仕上げる。

搗りこぎ棒は、「自分の身体をすり減らしても他人に尽くす」ということの縁起から使われる。

三城目では、乾燥シソ・ナズナ・セリ・ゴボウ・ニンジン・凍み豆腐・昆布をもろみ醤油と菜種油で味付けし、糯米と粳米と一緒にセイロでふかして味付けご飯をつくる。味噌汁とダイコン汁もついた。この混ぜご飯は祭礼にもつくられた。

年祝い 男数え二五と四二歳、女三三歳の厄年には、三城目・大和久では餅、弥栄ではオコワを食べた。

葬式の料理

入棺には、味付けしない冷やし豆腐と酒一升を用意する。子ども・兄弟が冷やし豆腐を食べ、酒を飲んでおく。このときに用意した豆腐・酒は残してはならないとされる。神式の場合にはこれに刺身がつく。

通夜の料理には豆腐・天ぷら・煮染め・油揚げ・漬物・酒などが用意された。精進料理が一般的だった。明新・中野目・三城目などでは豆腐・浸しマメ・酒一升だった。

今は火葬となり、土葬であった時代の役割のひとつ、穴掘りはなくなったが、以前は穴掘りになった人たちが、鼻塞ぎと称して葬式のあった家で用意した酒を飲みながらおこなった。

現在は葬式を自宅でおこなうことがなくなり、料理は一部を除いて家で準備することがなくなったが、それまでは葬式では大勢の参列者への昼食が準備された。矢吹では歟柄忌の女の人で料理をつくり、男が配膳役にあたる。

ほとんどの地区ではアズキの色を抜いた薄い色の赤飯を出す、アズキのかわりに白ササギをいれるところもある。三城目では白飯と餅を出すという。

葬式の昼食にはこうしたものに赤い色であるニンジン抜いて、ゴボウだけのキンピラ・天ぶら・豆腐やコンニャクの白和え・煮染め・漬物が出された。弥栄では麺、明新ではウーメンが吸い物としてつく。大和久では油揚げとソーメンをいれた吸い物が決まって出された。

葬式には必ずコンニャクの白和えがつくられた。先ず、豆腐の水をよく切ってから擂り鉢にいれ、塩と砂糖を加えて摺る。これに細く切って湯掻いたコンニャクとニンジンを入れて和えたものである。

お祝いと葬式とではコンニャクの切り方が異なる。祝いのときには三角形に切り、葬式のときには四角形に切る。豆腐も葬式には正方形に切る。

大和久では、葬式の日になくなった人の子どもたちで餅をつき、小さく丸めて四十九の餅と引つ張り餅をつくる。原宿・弥栄・大畑では、土葬した後で二人で引つ張りあつて食べた。引つ張り餅は矢吹町全地域でおこなわれてはおらず、どちらかというと石川町寄りの地域にみられる。

墓地から帰ると、弥栄では精進上げとして麵・飯・煮物・天ぶら・煮魚・キンピラや大阪落としを食べた。

初七日の料理も弥栄では葬式の日精進上げといつしよで、百ヶ日の料理は、明新ではオコワ・煮染め・天ぶら・煮魚・キンピラ・刺身・ウーメンと油揚げの吸い物、新盆には赤飯と煮染め・天ぶら・煮魚・キンピラ・刺身・ウーメンと油揚げの吸い物、各年忌供養にはオコワ・煮染め・天ぶら・煮魚・キンピラ・刺身・ウーメンと油揚げの吸い物を食べた。

三七日みなのかがすめば魚や刺身などを食べてもよいとされ、料理に出された。