

第235回くらしの植物苑観察会 2018年10月27日(土)

よみがえれ、木の実の食文化

辻 誠一郎(東京大学名誉教授)

秋が深まってくると、各地の市場にはさまざまな木の実が登場してきます。なかでもクリは際立っていて、赤いネットに詰めこまれたのが、どっさり積まれた光景を見かけます。東北地方や中部地方では、クルミ(幾種類もあるのでまとめてこう呼んでおきます)も大きな顔をしています。トチノキが目いっぱい入った木箱を見かけることもあります。これらはいずれも木の実というにふさわしく、堅い殻や、てかてかした皮におおわれていて、そのまま食べることはできません。どうして食べるのかわからないので、手を出せない人も多いのではないのでしょうか。

クリ、クルミ、トチノキ、それに「どんぐり」は、縄文時代では食文化の主役でした。このほかにも、大量の木の実が塊になって出土するものがあります。たとえば、東北地方では、ニワトコ、ヤマブドウ、ヤマグワなど数種がセットになって利用されていたことも分かってきています。イネやムギの食文化が伝播・普及するにつれ、急速に衰退していきましたが、地域によっては最近まで続いていました。市場で売られている木の実の食べ方が分からなくなってきたのは、木の実の食文化が衰退してきた証でもあります。このまま消滅していてもいいのでしょうか。

遺跡の発掘調査で見つかる木の実の代表は、何と言ってもクリです。縄文時代を通して、いつも木の実の代表でした。クリは、焼けて炭になったものがまとまって出土することが多く、谷底や水辺では、つやつやした皮が重なり合って大量に見つかることもあります。焼けて炭になった果実(種子だけのことも)は、たまたま火事にあって炭になったわけではなく、神への供え物と思われる場合もあり、また、邪気を追い払ったのではないかと考えられている場合もあります。クリは食文化の中心的な存在であったため、主食となったコメと同じように、神への感謝や豊作祈願に供えられたのではないのでしょうか。

興味深いことは、遺跡で出土するのは果実だけではなく、土木用の杭や建築用の柱などあらゆる場所に木材が利用されていることです。さらに、炭としても大量に見つかっています。そうになると、食文化だけでなく、縄文文化の主役の一つであったといえるかもしれません。

クリは、その後、弥生時代、古代、中世、近世へと歴史時代に入っても、ときには食文化の主役であり続けました。荘園図には広大なクリ園が描かれていることがあり、膨大なクリの収量を記録したものもあります。東北地方では、正月の門松のかわりにクリの木が立てられたという記録もあります。クリの食文化の衰退は、近代以降の鉄道の施設によって、枕木として大量に伐採されていったためだとも考えられています。

トチノキも縄文時代では重要な位置を占めていました。クリと違うのは、トチノキは縄文時代の中期後半に入ってから利用されるようになったということです。遺跡の発掘調査では、谷底からトチノキの加工場(あく抜き場)と見られる遺構がときどき発見されています。すぐそばには、トチノキの皮が貝塚のように重なり合っている様子も見られます。これはトチ塚と呼ばれています。縄文時代の後半期は、クリにトチノキが加わって、木の実文化が多様化した時代であったと言えます。

岐阜県の白川村などでは、いまでもトチノキの利用が残っており、餅にあわせて椀餅（とちもち）が作られています。トチノキにはサポニンなど有毒な物質が含まれており、これを取り除くあく抜きが各地で開発されました。

さまざまな「どんぐり」も木の実文化の主役であったと言えます。「どんぐり」は植物の名前ではありません。ナラ類、カシ類、シイ類といったブナ科に属する植物たちの果実のことです。縄文時代以来、食文化を支えてきた重要な果実です。北上山地などでは最近までナラ類の「どんぐり」（しだみと呼ばれる）は食文化を支えてきました。

九州や四国の山間部では、イチイガシの「どんぐり」のでんぷんで、「いちごんにやく」という食べ物に加工していました。同じような食べ物が朝鮮半島でも作られており、「ムック」と呼ばれています。いまでも市場で売られており、食堂で出してくれるところもあります。日本でも古くから「ムック」のような食べ物を作っていたはずですが、ほとんど記録がありません。

縄文時代以来、食文化を支えてきた木の実にはほかにもたくさんあります。どのような植物がどのように利用されていたのかを考えてみましょう。

.....

次回予告 第236回くらしの植物苑観察会 2018年11月24日（土）

「菊栽培の道具」平野 恵（台東区立中央図書館 郷土資料調査室専門員）

13:30～15:30（予定） 苑内休憩所集合 申込不要