

野生食用植物の加工方法に関する事例研究—白山麓の場合—

松 山 利 夫 石川県白山自然保護センター

PREPARATION OF THE WILD VEGETATIVE FOODS IN THE UPPER TEDORI BASIN

Toshio MATSUYAMA, *Hakusan Nature Conservation Center*

はじめに

野生食用植物は、日常的には山の幸として山村住民の食生活をにぎわせ、飢饉などには欠かせない救荒食料として、これまで重要な機能を有してきた。とりわけ、近世のたびかさなる凶作時には、野生植物の採集と利用とが奨励され、その加工方法に関する農書の類もいくつか認められた。

こうした機能をもつ野生食用植物の種類 (species) は、相当な数におよんでいたものと思われる。それはたとえば、天明の飢饉 (1784) のあと米沢藩で編さんされた『かてもの』(位戸1802)には、79種があげられていることから容易に推察される。

これら数多くの植物のうちの一部が近年まで採集・利用され、さらにそのごく少数がいわゆる山菜として、また雑穀や糯米とともに餅やダンゴに加工されて、現在もなお食用に供されているのである。

ところで、こういった野生食用植物に関する研究は、従来必ずしも多くの業績が認められたわけではなかった。しかし、それでも第2次世界大戦前後には、近世の飢饉史に関する研究のなかで、各種の野生植物がとりあげられてきていた。そこでは、これが当然のことながら救荒食物としてのみとらえられ、きわめて特異な食べ物として紹介されるのが一般的であったように思われる¹⁾(小野 1927 上田 1947)。これに対して最近では、野生食用植物を日常の食用に供するに際し、これを可食化するためにどのような処理がほどこされるかという観点から、民俗例の検討が試みられている(松山 1972, 渡辺 1974)。またこれをふまえて縄文時代における植物質食料を解明しようとする、注目すべき研究もおこなわれつつある(渡辺 1969, 1974, 1975)。さらに、こうした民俗例の検討にもとづき、野生食用植物が日常の食事に占めてきた位置やその調理方法を明らかにしようとする、ひろい意味での食事文化の究明に視点をおくすぐれた業績も認められる(江馬 1975)。

本報告では、白山麓における伝統的な食事文化を考察するための基礎として、これまで採集の対象とされてきた野生食用植物の種類 (species) をまず明らかにしたい。ついで旧稿(松山 1972)にひきつづき、堅果類をはじめ根茎や鱗茎、その他の葉や茎²⁾(地上部)などいわゆる山菜と総称される野生植物に関して、これらが食用に供される際の加工方法を検討する。またあわせて、野生植物を食用部位別に分類し、これにもとづく採集植物の季節的配分についても言及するつもりである。

うえのような調査をおこなうには、植物分布の地域的な差異や当該地域社会における慣習などを考慮する必要がある。つまりこれらの条件によって、採集の対象となる植物を異なったものにする

考えられるためである。したがってここでは、おもにブナ山地帯以下の夏緑広葉樹林に属し、食生活のほとんどを焼畑作物に依存してきた—そのため、村落社会の慣習やとりわけ林野利用の形態にある程度の類似性を有する（松山 1969）—白山麓をフィールドにとりあげている（第1図）。

調査の方法は、おもに高令者を対象とするヒアリングによっている。さらに、これを補いかつ悉皆調査を試みるために、アンケートを併用した。

注)

- 1) そのほか、野生食用植物に関する栄養化学的研究（たとえば、佐々木・神立 1936など）がおこなわれていた。
- 2) 本稿では、とくにことわりのないかぎり、茎は、地上部のみをさす。

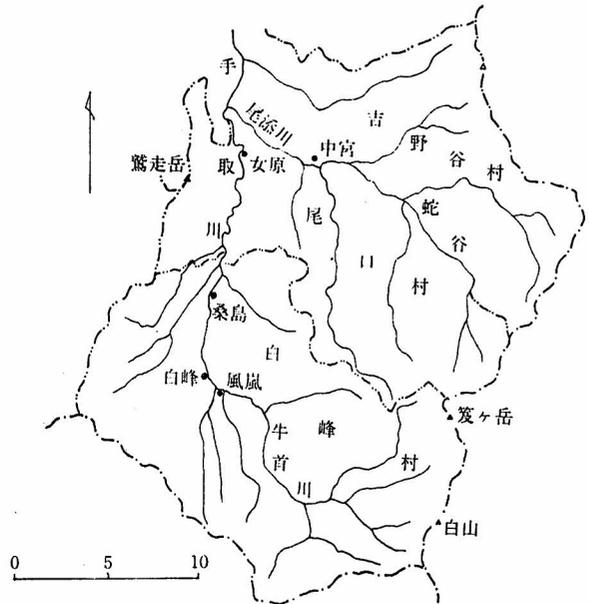


図 1 調査地域概念図

I 利用対象植物の種類

白山麓において、これまでに採集の対象とされてきた植物は、相当な数になる。また、同一種にあっても複数の食用部位をもつ場合があり、さらにはかつて食用に供されていても現在ではその伝承を欠く例が数多い。したがって、利用されてきた植物数を正確に把握することは困難である。こうしたことのため、以下にあげる数字は、かなり限定されたものとなっている。

筆者の調査で確認し得た野生食用植物は、17科30種である（第1表）。そのなかでは、キク科が5種でもっとも多く、ついでユリ科の4種、イラクサ科の3種となっている。また、植物体に貯えられたデンプンの採集を目的とするものには、ユリ科の植物をはじめ、ブナ科やトチノキ科の堅果類、ヤマノイモ科、マメ科の植物があげられる。これら5科6種以外にも、とりわけ葉や茎などを利用する植物には、筆者が確認し得なかったものがいくつか残されていよう。しかし、デンプンの採集を目的とする植物は、うえのユリ科など5科でほぼつきている。なかでもトチノキ科をはじめとする堅果類は、現在もモチなどに加工・食用されており、野生食用植物におけるデンプン質食料源として、かつては相対的に高いウェイトを占めていたと考えられる。

第1表にあげた各種の野生植物の採集時期をみると、当然のことながら、そこには食用部位にもとづく採集季節に特徴が認められる。すなわち、春には葉・茎・花茎などの利用を主とする植物が集中し、デンプンの採集を主目的とするものは、カタクリが認められるにすぎない。また夏には、採集の対象となる種がもっとも少なく、わずかにキク科フキ1種とユリ科ウバユリ（鱗茎からデンプンを採集する。後述）、イラクサ科アカソの3種にとどまる。周知のようにフキは、夏には葉柄が、春には花茎（フキノトウ）が採集されており、採集季節が夏に限定されるのは、いまのところウバユリとアカソだけとなる。このように、葉・茎などを利用する植物は、本来、採集季節のフレキシビリティが高く、少なくとも春から夏にかけてそのほとんどが食用に供され得たであろう。

表1 採集の対象とされてきた植物

地方名*	和名	学名
ババユリ	ウバユリ	<i>Cardiocrinum cordatum</i>
カタクリ	カタクリ	<i>Erythronium japonicum</i>
◎ヤマカンピョウ	オオバギボウシ	<i>Hosta sieboldiana</i>
◎アサツキ	アサツキ	<i>Allium schoenoprasum</i>
キノシタ	モミジガサ	<i>Cacalia delphiniifolia</i>
◎フキ	フキ	<i>Petasites japonicus</i>
◎モチグサ	ヨモギ	<i>Artemisia vulgaris</i> L. var <i>indica</i>
ヤジロウ	オヤマボクチ	<i>Synurus pungens</i>
カタハ	ウワバミソウ	<i>Elatostema involcratum</i>
オロ	アカソ	<i>Boehmeria tricuspis</i>
◎イラ	ミヤマイラクサ	<i>Sceptrocnide macrostachya</i>
クズフジ	クズ	<i>Pueraria thunbergiana</i>
ドングリ	コナラ	<i>Quercus serrata</i>
ブナ	ブナ	<i>Fagus crenata</i>
◎クリ	クリ	<i>Castanea crenata</i>
◎トチ	トチノキ	<i>Aesculus turbinata</i>
ガヤ	カヤ	<i>Cephalotaxus</i> spp.
イチイ	イチイ	<i>Taxus cuspidata</i>
◎クルミ	オニグルミ	<i>Juglans mandschurica</i> var. <i>sieboldiana</i>
リョウボ	リョウブ	<i>Clethra barbinervis</i>
ソバナ	ソバナ	<i>Adenophora remotiflora</i>
ママコ	ハナイカダ	<i>Helwingia japonica</i>
◎ワラビ	ワラビ	<i>Pteridium aquilinum</i>
◎ゼンマイ	ゼンマイ	<i>Osmunda japonica</i>
イタドリ	イタドリ	<i>Polygonum cuspidatum</i>
◎ウド	ウド	<i>Aralia cordata</i>
◎ボウダラ	タラノキ	<i>Aralia elata</i>
◎クグミ	クサソテツ	<i>Matteuccia struthiopteris</i>
ヤマノイモ	ヤマノイモ	<i>Dioscorea japonica</i>
◎アザミ	アザミ	<i>Cirsium</i> spp.

学名は牧野富太郎 牧野新日本植物図鑑 北隆館 1973によった。

* 地方名が2つ以上ある場合も1つに限った。

◎印は現在もかなりの頻度で採集・利用されるものを示す。

表2 食用部位別採集季節

採集季節 食用部位	春	夏	秋
	雪どけ～田植え	田植え～お盆	お盆～初雪
根 および 茎(地下部)	カタクリ	ウバユリ	クズ ヤマノイモ
種子			コナラ・クルミ トチノミ・クリ カヤ(?)・イチイ
葉・茎(地上部) など	リョウブ・ソバナ ギボウシ・ハナイカダ モミジガサ・ワラビ フキ・ゼンマイ オヤマボクチ・イタドリ ミヤマラクサ・ウド タラノキ・アザミ(?) クサソテツ・アサツキ	アカソ フキ	

これらに反して、秋は相対的に生産性が高く、コナラやトチノミなどの堅果をはじめとして、種子や根に貯えられたデンプンを食用し得る植物⁸⁾が主体をなし、葉・茎などの採集はほとんどおこなわれていない(第2表)。すなわち、秋には主食の代用ともなり得る植物が主体であり、こうした点でこの季節が採集のピークをなしているのである。そのため中部山地の各山村では、野生植物の採集に関する林野の利用規制が秋に集中的に認められる⁴⁾。

ところで、第1表にあげた17科30種の植物のうち、現在なお食用に供されているのは、トチノミやワラビ・ゼンマイ・ギボウシなどの10科14種にすぎない。しかもそれらは、採集季節のうえて春と秋とに限定されている。さらに、良質のデンプンが得られるにもかかわらず、ウバユリやカタクリは、利用対象植物から完全に脱落してしまっているのである。こうした野生食用植物の選択がいつ頃どういった基準でなされたかは、伝統的な食事文化の変化を考えるうえできわめて興味ある問題である。しかしながら、これについては目下のところ全く不明であり、今後の調査にまちたい。

注3) コナラの種子に含まれている成分は、平尾によればつぎのとおりである(平尾 1954)。

試料	水分	蛋白質	脂肪	繊維素	無窒素物	灰分
I ₁	46.050	2.813	0.593	2.346	47.656	0.537
I ₂	乾燥物	5.214	1.100	4.348	87.877	1.461
*Ⅲ	20.510	3.850	0.805	2.745	68.070	0.480
**小麦	12.5	12.3	1.8	2.3	69.4	1.7

* Ⅲは「実の皮を去り粟殻の灰汁と煮て全く渋味を除き水に浸して灰汁気を全く去り乾燥して粉とせるもの」である。

** M. A. BAUMHOFF; Ecological Determinants of Aboriginal California Populations University of California Press 1963による。

4) そうした事例には、共有林野でのトチノミの採集を限定して“ムラ”の成員が一斉にこれを採集し、平等に分配すること(静岡県水窪町有本)や、共有林野におけるトチノキの生育地を「トチヤマ」と称して私的に占有し、排他的なトチノミの採集をおこなうこと(岐阜県徳山村塚)、あるいは秋にクリの木の下の草刈りをおこない落下種子の占有を表示すること(石川県白峰村白峰)などがあげられる。これについては、あらためて報告するつもりである。

II 加工方法の事例

野生食用植物には、採集したそのままの状態ですぐに食用に供し得るものが一般に少ない。したがってこれを食用するに際しては、まず可食化するためになんらかの処理（アク抜きのための水さらしや加熱など）をほどこす必要がある。本稿では、採集後におけるこの処理の段階を加工過程としてとらえ、その方法を加工方法として把握する。また野生植物についておこなわれるその後の処理、すなわち味つけなどは、調理の過程ないし方法として加工と区別している。

こうした点から野生食用植物の加工方法をみると、それは食用に供する際の形態（粉食か否か）と、食用部位とに応じて多様である。概して、デンプンの採集を主目的とする植物の場合には、後述するように一般に複雑な方法がとられている。これに対して葉や茎などでは、比較的簡略な方法で加工されてきていた。

そこでまず、粉食するものすなわちデンプンの採集をおもな目的とするウバユリとコナラについて、できるだけ詳しく述べたい。ついでこれ以外の葉や茎などの加工方法を報告する。この場合、当然トキノミの事例に触れなければならないが、これについては旧稿（松山 1972）で報告したので、ここではあえて省略することとした。

〔鱗茎と堅果〕

ウバユリ *Cardiocrinum cordatum*（地方名；ババユリ・バブリ，食用部位；鱗茎）

手取川の上流，牛首川流域ではババユリとよび，同じく尾添川流域ではバブリと称しているウバユリは，6月末から7月初めごろにかけて採集され食用に供されてきた。吉野谷村中宮におけるその加工方法は，ほぼ次のとおりである。

①ユリ根（鱗茎）をクワでほりとり，これをおおっている表面の赤いうす皮を手でむく。②ついで，白い肉（鱗片葉）を臼で搗きつぶし，これを麻か木綿の袋に入れる。③他方，オケかバケツなど大きめの容器に水をはって置き，ここへ麻袋（または木綿袋）を浸してよくゆする。そうすると，搗きつぶされた鱗片のカスやゴミが袋に残り，キゴ（いわゆるデンプンと称している粉）が水の中に溶け出してくる。④そのあと袋をとり出し，オケの水を2～3時間放置しておく，溶けたキゴが容器底に沈殿する。⑤底にたまったキゴには，まだ多くの不純物があるため，うわすみをすててこれを流し去る。⑥再びオケに水を注いでおだてる（攪拌する）と，キゴがうきあがってくる。再度2～3時間放置してこれを沈殿させ，うわすみを流す。こうした作業を数回くりかえすと，食用に供し得るキゴができあがる。

これは碗にもり，まず水で少しといてから熱湯を注ぎ，箸でませ砂糖などで味つけて食用されていた（吉野谷村中宮）。

以上のように手のこんだ加工方法はかなりの時間を要するため，より一般的にはもっと簡略な方法が採用されていたようである。

①ウバユリの根をクワでほりとり，②すぐに天日でできるだけよく乾燥する。③干しあがると臼と杵とで大豆程度の大きさに搗き砕く。④ついで皮（鱗片葉をつつむうす皮）のまま石臼でひき粉にする。こうして加工されたものは，前者と同様に箸でかいたり，あるいはソバコや米の粉とこねてダンゴにまるめ，食用に供されてきた（吉野谷村中宮）。

ウバユリにみられる2種類の加工方法は，粒子が小さくかつ均質なものを求めるか否かによるものと考えられ鱗茎を粉食するという点では両者の方法に本質的な相違が認められない（詳しくは後述）。

ところで，ウバユリは比較的採集しやすいとされ，半日でドンゴロスに一杯（玄米で約4斗分の容

量をもつ)の量が得られるという。ただし、この植物は花をつけると鱗茎がなくなり、あらたにその形成がはじまるため、採集期間がある程度限られることは注意を要しよう。

コナラ *Quercus serrata* (地方名; ドングリ, ハエナラ, 食用部位; 種子)

コナラは、ウバユリと同様、食料の乏しい時期にはさかんに粉食されていた。その加工方法に関しては、かつて検討を加えたことがある(松山 1972)。しかし、そこではドングリの種の同定が不十分であったため、本稿において吉野谷村中宮および白峰村風嵐のコナラの事例を記載しておきたい⁵⁾。

中宮の事例 コナラは乾燥・貯蔵してから加工するのが一般的で、採集後すぐに食用に供することは、ほとんどないという。これは、冬期間の食料としてコナラが大きい機能を有していたことを推察させるものである。

その加工方法はつぎのとおりである。

コナラを冬に食べるには、まず①採集してくる。ついで、②これをムシロのうえにひろげ、表面の湿気がかわく程度に天日で2~3日乾燥させる(表皮が割れるほどには干さない)。そのあと貯蔵する。③食用に供する際にはこれを取り出し、臼に入れて杵でごりごりませて皮をむく。この過程でコナラが碎かれることもある。皮むきがすむとそれをバケツに移し、水を注いで皮と実とを選別する。さらに④これをオケまたはバケツの水に2日程ひたして乾燥をもどす。このようにして処理したあと、オケにはった湯にコナラを入れ、イロリの灰(木灰)を加えて攪拌し、まる1日放置する。この過程で、コナラとイロリの灰汁とをナベで煮ることもあるという。この場合も煮たあと24時間ほど放置する。⑤いずれの方法によるにせよ、あと簡単に水洗いし、再びナベで煮汁をかえながらたきつづける(木灰は入れない)。1~2時間ごとに煮汁をあけ水をさして煮るが、このときはいくらたいても煮すぎることはないという。この間にコナラはほとんどこわれる。こうしてアク出しがすむと、ほぼ食用に供し得るまでにこれが加工される。したがって、この段階で食べることもあるが、さらに⑥これを麻か木綿の袋に入れ、一晚流水にさらす場合も多い。

以上のような加工過程を経て得られたコナラは、粥にとき塩味をつけて食用されていた。

白峰村風嵐の事例 第二次大戦中は食べ物が極端に不足したため、コナラが重要な食糧になっていた⁶⁾。風嵐では“ナラコザラシ”とよぶ粥や“コザラシダンゴ”に加工、粉食してきた。その方法はつぎのとおりである。

①コナラを拾ってくると、②すぐにムシロにひろげて天日で3日ほど乾燥する。ついで③よく乾燥した種子をカチウス⁷⁾に入れ、杵で搗いて皮をむく。この過程でコナラは少なくとも2つぐらいには割れるので、これをオケの水にあけて実と皮とを選別する。あるいは箕で風選することもあり、明治末年以降には普及したトウミを使用したりしていた。④選別された実はナベに入れ、灰汁で煮てアク抜きされる。それにはまず、⁸⁾オオカマミという大型の深ナベを用意し、これに水をはる。ついでナベの中央に竹で編んだ簀をたて、その内側に木灰を、外側にコナラを入れる(第2図)。こうして準備がととのうと、⁹⁾オオカマミを火にかけ、ほぼ1日たきつづける。長時間たくと煮汁がなくなるので、簀の内側に水と木灰とを加えなが

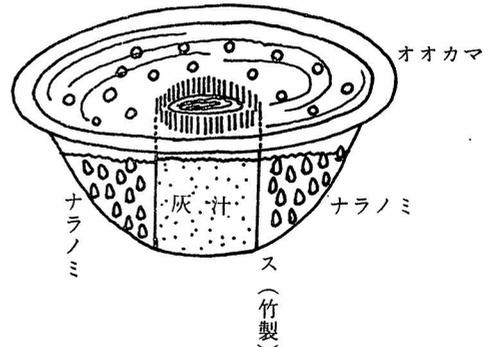


図2 ドングリ(コナラ)の加熱処理
白峰村風嵐

ら煮る。この間、簀の中のアク汁を杓で外側のコナラに何回となくかける。この場合、2~3回煮汁（灰汁）を全くかえ、そのつどあらたに木灰と水とを加えてたぐくこともある。いずれにしる煮えあがったらナベを火からおろし、ソオケにあける。⑤これを杓の底ですりつぶして、アズキのアンのようなものにする。

こうしてできるのがミナラコザラシミで、砂糖などをかけて食用に供していた。

ミコザラシダンゴミは、この粉をそのままダンゴにまるめ（つなぎにはソバコなどを使用）、蒸して食用された。

ウバユリとコナラに関する事例で明らかのように、鱗茎や堅果を粉食するには、数段階にわたる複雑な加工過程が認められた。これに対して、おもに春に採集され、葉・茎および花茎などを利用する野生食用植物は、加工方法が比較的簡略で、その過程も2段階までのものが多い。

そこでつぎに、これらのうち3科8種について加工方法を報告する。

〔葉・茎・花茎など〕

リヨウフ *Clethra barbinervis* (地方名; ジョウボ, リョウボ, ローボ, 食用部位; 嫩葉)

一見、樹皮がサルスベリに類似するこの植物は、嫩葉を食用する(写真1)。それには、①4月下旬頃に嫩葉を採集し、②ナベでゆでてアク出しする。これを細かくきざみ、エ(エゴマ)であえて食用した。

そのほか、嫩葉や葉柄などをゆでたり、いったん乾燥したあとゆでて食用に供されるものには、以下の各種があげられる。これらはいずれも春に採集されてきた。

- ハナイカタ *Helwingia japonica* (地方名; ママコ)
- オオバギボウシ *Hosta sieboldiana* (地方名; ヤマカンピョウ) (写真4)
- ウワバミソウ *Elatostema involcratum* (地方名; カタハ, タニクタニ)
- ソバナ *Adenophora remotiflora*
- モミジガサ *Cacalia delphinifolia* (地方名; キノシタ) (写真2) など。

オヤマボクチ *Symurus pungens* (地方名; ヤジロウ, ウラジロ, 食用部位; 葉)

キク科多年草、15~35cm と大型になるこの葉は、ミクサモチミに加工し、食用される。その方法は、①5月中・下旬頃にこれを採集し、②しばらく天日で乾燥する。そのあと貯蔵しておき、クサモチに加工する際③灰汁で煮てアク出しされていた。また採集後すぐに食用に供するには、①ゆでたあと、②灰汁で煮てアク出しする。したがって前者の方法における乾燥は、貯蔵を目的としたものであることが知られる。

このオヤマボクチのように、アク出しに灰汁を用いるものには、ワラビ *Pteridium aquilinum* などがあげられる。

アカソ *Boehmeria tricuspis* (地方名; オロ, 食用部位; おもに葉)

イラクサ科アカソは山間の路傍などにごく普通にみられる多年草で、採集も容易である。採集時期は半夏生(7月初め)頃という。これは①採集したあと、②天日でよく乾燥し、ついで③石臼で粉にひく。④これをミスイノウミ(篩の一種で、もっともめの細かいもの)でふるい、湯でこねて食用に供していた。

以上のように、嫩葉を利用する場合の加工方法は単純で、そのほとんどが「ゆでる」だけにとどまっている。フキ(フキノトウ)など茎(花茎)も、こうした方法の類型に属させ得よう。これに対して、葉・茎などの一部には、オヤマボクチやワラビのごとく灰汁とともに加熱処理する例が認められた。しかし、アカソのように葉を粉食する特異な加工例は、いまのところこれ以外に見い出されていない。葉・茎などの加工には、資料の増加にともなってさらにいくつかの方法がみられようが、その

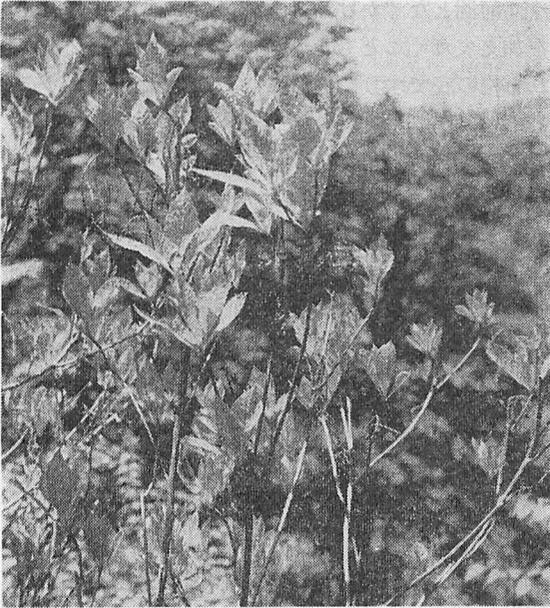


写真1 リョウブの若葉
白山・温泉山

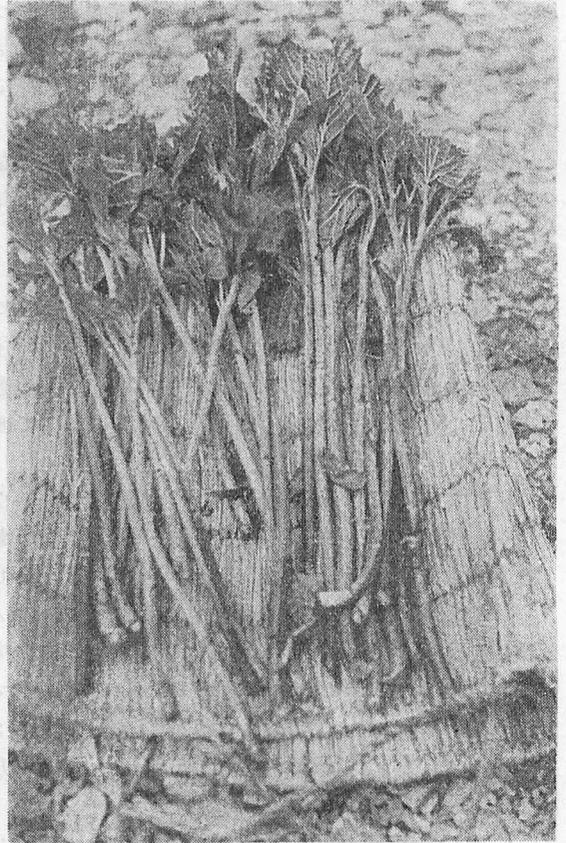


写真3 ミヤマイラクサ
吉野谷村中宮

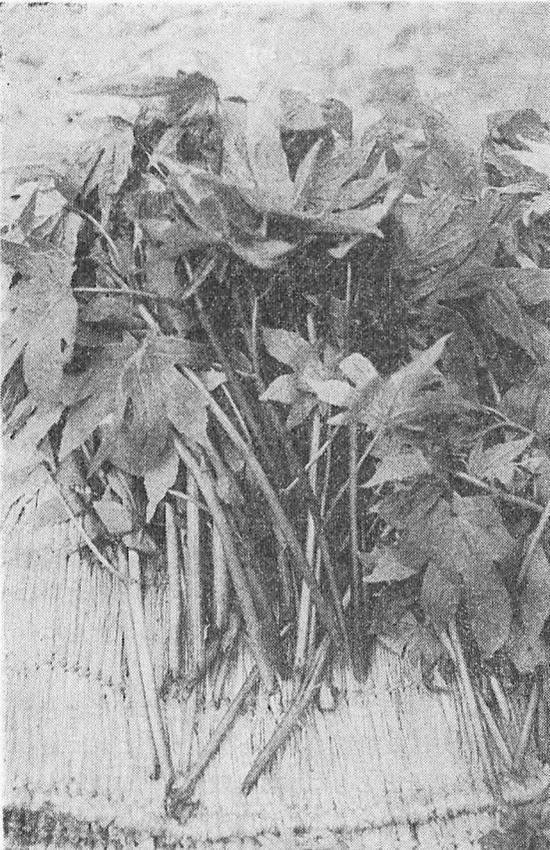


写真2 モミジガサ
吉野谷村中宮



写真4 オオバギボウシ(葉柄)の乾燥風景
吉野谷村中宮温泉

加工要素—とくにアク抜きの方法—を1つのメルクマールにすれば、これは2～3のタイプに整理し得ると予測される。

注5) 白山麓において、ミズナラの種子が食用に供されたかどうかについては、目下のところ全く不明である。

6) 筆者の簡単なアンケート調査によれば、白山麓における40代以上の住民には、「木の実」からすぐにドングリを連想し、第2次大戦直後の食糧難の時代にこれを食用に供したことを懐想する例が認められた。

こういった、野生植物に関する地域住民の認識のあり方は、人々の自然観をさぐるうえできわめて興味ある問題であり、稿をあらためて別の機会に報告したい。

7) ミホガチウス、ミレンゲウスともいい、ヒエヤアワなどの脱穀にも使用された。

III 加工方法の検討

前章までにとりあげた野生食用植物の加工例は、第1表に示したものの約半分にしかすぎない。そのため今後の調査にまたねばならないところが多く、以下における加工方法の検討には、いくつかの問題点が残されることになる。しかし、ここではあえて現段階での検討を加え、一応の整理をしておきたい。

それにはまず、各種の加工方法に関する比較軸ともいうべきものが必要であろう。これについては、本格的なアク抜きをとまうドングリとトチノミの方法を採用する(松山 1972)。またさらに、これにもとづく比較を単純化するため、各植物の加工に認められる要素—採集・乾燥・搗き砕き・加熱・水さらし—をとり出し、それぞれを第3表のように記号化した。これによって、以下では加工方法を整理し検討する。

まず、ウバユリの場合、

I G→Pp→Ww→Ww→Ww→E および II G→Ds→Pp→Pm→E となる。

この両者を比較すると、まず第IにIIの方法では、完全に水さらし(Wの工程)が欠如していることが指摘される。このことは、おそらくウバユリには水さらしが不用なことを示すものと思われる。さきに引用した『かてもの』にも、「ゆりの名あるものハ何ゆりにても食ふ、又かて物とす」とあり、特に「ゆびく」などの指示がないことでも、水さらしの不用なことが知られる。ところで、Iの方法におけるWwは、搗きつぶしたウバユリの鱗片を麻袋につつま、容器にはった水の中でゆすったあと、ミキゴ(前出)の沈澱をまつという作業をくりかえすものであった。こうみてくると、このWwは水さらしの機能をもつものではなく、麻袋を使用したりミキゴの沈澱をくりかえすなど、むしろ均質な粉末を得ることを目的としたものであると結論される。したがって、ウバユリの鱗茎の加工方法におけるこうしたWの工程は、水さらしとしてではなく、単にろ過の工程として把握すべきであろう。

コナラについては、

G→Ds→Sp→Ww→Wa(Bab)→Bb→(Ww)→E (吉野谷村中宮) および

G→Ds→Sp→Bab→E (白峰村風嵐)となる。

この2つの事例では、乾燥Dが皮むきSの直前に位置していることが注目される。これは、乾燥が単なる虫だしあるいは貯蔵を目的とするのみならず、皮むきの難易に直接かかわっているものと

表3 加工要素の記号化

加工要素	記号			
採集 Gathering	G			
乾燥 Dry	D	天日 Ds	火 Df	
皮むき Skin	S	キネ・ウス Sp	その他 So	
搗きくだき Palverization	P	キネ・ウス Pp	ヒキウス Pm	その他 Po
水さらし Waterbreaching	W	水にひたす Ww	灰汁にひたす Wa	
加熱処理 Boiling	B	水＋加熱 Bb	灰汁＋加熱 Bab	

そのほか食べ方 Eatable;E とした。

考えられる。したがって、こうした工程上の配列を示す乾燥 D は、皮むき S と組み合わせられた 1 つの加工過程とみるべきであり、前著でも指摘したように、筆者はこれを Ds—S タイプというコナラの加工方法における 1 類型としたい。

さらに、アク抜きに関しても、この事例は注目すべき方法を示している。すなわち、中宮の事例ではコナラを水にひたしてアク抜きする方法（水さらし）が主体をなし、加熱処理の比重が相対的に低い。これに対して風嵐の事例では、皮むきのあと直接に加熱処理する方法がとられている。こうした例は、飛驒木谷の事例（江馬 1975）を除いて、他の中部山村においてもまだ見出しされていない。

いま、中宮の事例のごとき水にひたすなどしてアク抜きするもので、加熱処理の比重の小さい加工方法を、コナラの加工における一般的なものとすれば、風嵐の事例はそうした方法におけるバリエーションの極端なものとして位置づけられよう。

以上のようなデンプンの採集を目的とする場合の加工方法について、つぎに葉や茎などの例を検討したい。

リョウブその他の 5 種について、

これらは、G→Bb→E と記号化される。ただし採集後いったん貯蔵してから食用に供する場合には、ゆでたあと乾燥、貯蔵し、食べる際に再びゆでる方法がとられている。これは、G→Bb→(PR)Ds→Bb→E と整理される (PR;Prisavation 貯蔵)。

また、灰汁とともに加熱処理するオヤマボクチについては、G→Ds→Bab→E および G→Bb→Bab→E となる。

さらにアカソに関しては、G→Ds→Pm→E と記号化される。

こうしてみると、葉などを食用に供する際の加工方法には、いくつかの類型が認められよう。すなわち、より一般的な加工方法と考えられるゆでてアク出しする Bb タイプと、灰汁で加熱処理する Bab タイプ、および例は少ないであろうが、アカソのように乾燥後に石ウスでひいて粉食する Ds—Pm

タイプの3類型である。そのほか第1表であげたものなかには生食可能な植物もあり、これらはRawタイプに類型化される。しかし、この4類型のうちBbタイプに属せしめたソバナなど一部のものは、加工過程におけるBb工程が、アク出しを目的とするものかどうか疑問な点もある。というのは、ナベでゆでる工程は栽培作物の調理の過程にも認められるところであり、ソバナなどの加工の場合にこれが不可欠な要素であるかどうかという点である。だが、現段階では、一応そのままBbタイプとして一括しておくことにする。

いずれにしても、これら山菜と総称される葉や茎などの加工方法には、Bb・Bab・Ds—Pm・Rawの4類型が設定され得る。

ところで、上述してきた野生食用植物の加工方法とそれの比較・検討とは、これらが他の栽培作物と関係なく単独に食用される場合にかぎられている。これ以外にも葉・茎などに関しては、いわゆる「かてめし」に利用されることが多いが、これは可食化されたものを材料としているため、調理の概念で把握されるべきものであると考えている。

ま と め

前章までで、筆者が確認した白山麓における野生食用植物の種類とその採集季節、および食用に供する際の加工方法について、検討を加えてきた。その結果、採集季節に関しては、葉や茎などの場合は春に、デンプンの採集を目的とするものは秋に集中していることが明らかとなった。これは、ブナ山地帯以下の森林植生がコナラを主体とした二次林になっていることと無関係ではないであろう。こうした植生を示す地域においては、コナラやミズナラがドミナントであり、これらの種子は、各種の野生食用植物のなかにあっても相対的に効率的な採集が、可能なものと考えられる。

また加工方法に関しては、ウバユリにみられた水さらしの工程が、単なるろ過を目的とするものにすぎないこと、さらには葉や茎などの場合には加工方法に4つの類型が設定され得ることが明らかになった。

こういった野生食用植物の種数と加工方法との検討は、これが日常の食事に占める位置やその調理方法など、白山麓における広い意味での伝統的食事文化を解明する試みに、1つの手がかりを与えたものと考えている。さらにはまた、採集対象となってきた野生植物の種数の歴史的な変化は、伝統的な食事文化の変容を考察するうえで看過しえない点として指摘されるのである。

文 献

- 上 田 藤十郎 1947 『近世の荒政—饑饉及び食糧問題とその対策—』 文雅堂
Baumhoff, M. A. 1963 *Ecological Determinants of Aboriginal California Populations*. University of California Press
中央食糧協会編著 1944 『本邦郷土食の研究』 東洋書館
江 馬 三枝子 1975 『飛騨白川村』 未来社
荻 戸 善 政 1802 『かてもの』
平 尾 子之吉 1954 『日本植物成分総論』第2巻 佐々木図書出版
小 野 武 夫 1937 「饑饉と食物」 『食物講座』 第14巻 雄山閣所収
松 山 利 夫 1969 「焼畑経営山村における林野利用と村落構造」 人文地理 Vol. 21—6
松 山 利 夫 1972 「トチノミとドングリ—堅果類の加工方法に関する事例研究—」 季刊人類学 Vol. 3—2

- 佐々木 林治郎, 神立 誠 1936 「七葉樹種實の成分に関する化学的研究(1) 枳の實の栄養価について」 農業化学誌 Vol. 12
- 渡 辺 誠 1969 「縄文時代の植物質食料採集活動について(予察)」 古代学 Vol. 15-4
- 渡 辺 誠 1974 「ドングリのアク抜き—野生堅果類利用技術伝承に関する事例研究・1—」 平安博物館紀要第5輯
- 渡 辺 誠 1975 『縄文時代の植物食』 雄山閣

Summary

This paper has been studied on the traditional methods of foods making from various plants, in the upper Tadori Basin. The author has been to deal with present-day people customs, or with those which have been practised within the memory of the older people now living.

In this area, there are 28 species of wild plants which are still in use as local foods. We must to remove the harshness from the wildplants, because most of them are contained tannin, saponin and others.

In case of leaflets, the methods of excepting bitterness are divided into four types as follows.

- A. Bb type; boiling only. (*Helwingia japonica* etc.)
- B. Bab type; boiling with lye. (*Synurus pungens* etc.)
- C. Ds-Pm type; after drying in the sun, the leaves are grinded into flour by mortar. (*Bohemiria tricuspis*)
- D. Raw type; uncooked.