

次世代に伝え継ぐ日本の家庭料理の聞き書き（第1報） 和歌山県の茶粥とご飯もの

青山佐喜子*・川原崎淑子**・橘 ゆかり***
三浦加代子****・川島 明子****・千賀 靖子*****

Survey on Japanese Home Cooking to be Inherited by the Next Generation (1) Tea Gruel and Other Rice Stuff in Wakayama Prefecture

Sakiko AOYAMA, Yoshiko KAWARASAKI, Yukari TACHIBANA, Kayoko MIURA,
Akiko KAWASHIMA and Yasuko SENGA

Abstract

Wakayama Prefecture is blessed with warm weather and faces the sea, but the land for cultivating rice is rather limited. In the older days, the people in Wakayama did not have enough rice to eat, for they had to give it up as a means of tax payments. Consequently, tea gruel was made to increase its amount and volume. In these days, senior people prefer the tea gruel for its taste and their long habit, while the younger prefer other different kinds of food.

We made a survey by interviewing 38 women in Wakayama, asking them about their daily diet, local food, special products and their eating habit. The habit of eating tea gruel is inherited in the whole areas of Wakayama. It is taken frequently for breakfast together with pickles or kinzansi-miso. As for other rice stuff, there are several types. They are cooked together with flavoured vegetables or fresh fish.

In earlier days, the habit of eating tea gruel was observed mainly for the reasons of increasing its amount or volume. In these days, however, tea gruel is taken for its own sake as the delicacies, being mixed with vegetables or fish of the season.

Keywords: Tea gruel 茶粥, Other rice stuff ご飯もの, Wakayama Prefecture 和歌山県

1. はじめに

著者らは日本調理科学会の平成24年、25年度の特別研究である『次世代に伝え継ぐ日

本の家庭料理』において、1960～1970年頃までに定着していた家庭料理について聞き書きした。全国一斉に各県の多くの研究者が取

* 大阪夕陽丘学園短大 ** 園田学園女子大学短大部 *** 神戸松蔭女子学院大学

**** 園田学園女子大学 ***** 元樟蔭東短大

り組み、そのうち和歌山県は著者らが担当した。和歌山県の郷土料理には多種の寿司と茶粥がある。本報では主食のうち、寿司を除いた茶粥とご飯ものについて県内の地域性と伝承されている作り方について述べる。

和歌山県は近畿地方の南に位置し、紀伊半島の南西部にあり、西側に長く海岸線が続き、天然の良港に恵まれている。中央には紀伊山地があり、県の面積の8割以上が山地からなり耕作面積は狭い。県北部の高野山を除いて比較的温暖な気候である。県北部は瀬戸内海式気候であるが、県南部は太平洋岸式気候で降水量は多い。

高い山地に阻まれ文化風習の伝達が困難で、川の流域に沿って伝達され、それぞれの食文化や地域的な特徴が見られる。

茶粥の食文化は西日本に多く、これは江戸時代の近世風俗志『守貞謄稿』⁽¹⁾によると、京坂では粥が好まれているが、江戸では好まれていないと、この頃から地域により、違いがあるとされている。和歌山県、奈良県の茶粥は全国によく知られている。

日本食は主食の米飯を中心に一汁三菜の献立で魚、豆、芋、野菜、海草、きのこなどを使い季節感がある料理である。しかし、主食の米が日常食として十分に食べられるようになったのは古いことではない。和歌山県は耕地面積が狭く、その上江戸時代に米はその収穫の多くを年貢米として藩主に上納されたため、日常には食べることができなかった。

『聞き書和歌山の食事』日本の食生活全集⁽²⁾では、大正の終りから昭和の初めの食事が書かれている。和歌山県全域の日常食として麦飯か米をわずかに入れた茶粥、芋粥などが書かれている。茶粥を朝、昼、夕と三食とも食べるところもある。また、節米を目的としたあるいは地域の農産物、水産物を使ったご飯ものも多く記されている。

次に、『和歌山県田辺市・白浜町の地理』⁽³⁾の第V章の田辺市の食文化、主食の変化には

「戦前（第2次世界大戦）は麦、粟、稗などが主食の中心で、特に昭和20～30年にかけては茶粥が中心となった。農村部では小麦・ソバなどの雑穀で作った粉団子や大豆・空豆などの豆類、サツマイモ、サトイモなどの芋類を入れた茶粥を食べることが多かった。（中略）現在（1997年）では米食、パン食が普及しているが、今でも朝食に茶粥を食べる人が多い。」という聞き書き調査の結果であった。1945年～1955年（昭和20～30年度）では白飯ではなく茶粥を食べていたこと及び茶粥がこの時点で、伝承されていることがわかる。第2次世界大戦後に米の食糧管理制度により、配給が完全実施され、それまで食べることができなかった米を茶粥にして食べることができた。

本報での著者らの聞き書き調査においても、次世代に伝え継ぎたい家庭料理のひとつとして茶粥が挙げられた。地域での作り方、各家々の作り方も異なり、用いる茶も自家製の場合や市販の茶がある。それぞれの地域、家庭で伝承されている。

2. 調査概要

2.1. 調査期間

2013年（平成25年）12月～2015年（平成27年）3月

2.2. 調査対象

1960年～1970年の家庭料理について述べることができ、その地で30年以上居住している60歳代以上で、現在家庭の食事作りに携わって料理を作っている人（できれば70

表1. 調査地域と調査対象者数

		():名
	調査地域	市町名(調査対象者数)
1	紀の川流域	橋本(3)、那賀(3)
2	和海地方	和歌山・海南(3)
3	有田地方	有田川(3)
4	日高地方	由良(3)、御坊(4)
5	田辺湾	田辺(4)
6	熊野山間	上富田(3)、大塔(3)
7	熊野灘	勝浦(4)、太地(2)
8	熊野三山	熊野川(3)

表 2. 調査地域の地勢、特徴

	地域	地勢、地域の特徴、産業
1 紀 の 川 流 域	橋本市（伊都）	県の北東部に位置し、北は大阪府、東は奈良県に接している。中央部を紀ノ川が流れ、北側は河岸段丘からなる丘陵地と和泉山脈、南側は紀伊山地に面し、総面積の約60%が山林、瀬戸内式気候に属しながらも、気温差が大きく内陸性の気候の傾向もある。紀ノ川の南北の河岸段丘では古くから農業が営まれ、水稲、野菜栽培、丘陵地帯では柿、みかんなどの温暖地形型果樹が栽培。養鶏も盛ん。高野街道と伊勢街道が交差する交通の要衝であり、古くから物産の集散地となり、商業の町として発展してきた。農業の副業として盛んに行われていて養蚕や機織りは地場産業のバイル織物産業に繋がっている。
	紀の川の川、岩出市（那賀）	和歌山県の北部に位置し、北は大阪府に隣接し、西には岩出市と和歌山市、東には伊都郡かつらぎ町、南には海南市、紀美野町に接している。2005年に那賀郡打田町、粉河町、那賀町、桃山町、貴志川町の5町が合併して紀の川市が誕生。北に和泉山脈、南に紀伊山地、東西に紀ノ川が流れている。紀ノ川の中流域に位置する。気候は温暖で、降水量は少なく、瀬戸内海式気候に類似している。紀の川市の基幹産業は農業で全国ブランドの果実や野菜が生産されている。肥沃な土壌と温暖な気候に恵まれている。岩出市は花卉栽培が盛んである。みかん、柿、桃、八朔、梅、キウイフルーツ、イチジク、タマネギ、イチゴ、キュウリ、ネギ、ナス。
2 和 海 地 方	和歌山市、海南市、紀美野町（海草・和海）	和海地域は県の北部に位置し、和歌山市、海南市および紀美野町（2006年に野上町と美里町が合併）を含む。温暖な気候で平野部の穀倉地帯に加えて、海に面した地域や山間部を有する。和歌山市は紀州藩の城下町として栄え、海南市は果樹の栽培に適した温暖な気候で海岸部では海の幸にも恵まれている。紀美野町は貴志川も流れ、自然豊かな地域。
3 有 田 地 方	有田川町	平成18年1月に有田郡吉備町、金屋町、清水町が合併し有田川町となった。県のほぼ中央部に位置し、三方を紀伊山地などの山々が囲む。高野山を源流とする有田川が町の中央を西に蛇行し、それを中心に豊かな自然が広がる。温暖な気候と地形を活かした農林業が古くから盛んな町である。特産物は、吉備、金屋地区の有田みかん、清水地区のぶどう山椒は生産量日本一を誇る。上流の清水地区にある日本棚田百選の蘭島（あらぎじま）および三田・清水の農山村景観は国選定重要文化的景観となっている。
4 日 高 地 方	由良町（日高）	県のほぼ中央に位置し、西は紀伊水道に面し、東は白馬山脈を境に北は有田郡、南は日高町に接している。気候は温暖である。柑橘類の栽培や漁業が盛んである。観光では古くから海水浴客や釣り客が多く、また造船業、鉄工業もさかんである。また町西部の白崎海岸は日本の夕陽100選や日本の渚100選等に選ばれている風光明媚な地である。
	御坊市塩屋（日高）	紀伊半島の海岸線のほぼ中央部に位置し、市の中央部を日高川が東西に流れ、気候は温暖で瀬戸内海気候に似た特徴。海沿いは海食段丘地帯が帯状に広がっている。御坊市は紀州材の集散地として製材・加工を地場産業として発展。温暖な気候を活かした農業は盛んで、河北地域では稲作、野菜類の露地栽培、手前は柑橘類、河南ではえんどう類のハウス栽培、調査地域の漁港では一本釣りや巻き網漁などが盛んである。あじ、鯖を中心にその他の魚が水揚げされている。
5 田 辺 湾	田辺市磯間（湊浦漁協）	田辺市磯間地区には紀伊水道に面した湊浦漁港がある。水産資源の種類は多いが、伝統的な船曳網漁法によるしらすやひろめで知られている。
6 熊 野 山 間	上富田町（西牟婁）	県の南西部に位置し、東・北は田辺市、西・南は白浜町に隣接し、中央を富田川が南西方向に流れ、紀伊水道に注いでいる。町面積の65%が山林、山地であるが、海拔高度が低く、低山性の丘陵、山地であり、温暖で過ごしやすい気候。水田耕作地は西牟婁地方の穀倉と呼ばれている。米を中心に柑橘および梅、野菜の栽培をしている。
	田辺市大塔	平成18年、旧西牟婁郡大塔村が町村合併によって田辺市大塔地区となった。広い地区の面積の9.7%が深山幽谷である。大塔の名称は、後醍醐天皇の皇子、大塔宮護良親王に由来している。鎌倉幕府北条氏との戦いに敗れ、わずかな家臣とともに熊野詣の山伏姿に身を变えてこの地まで落ちてきたという。同地区には、熊野詣の中辺路街道の鮎川王子が含まれている。
7 熊 野 灘	那智勝浦（東牟婁）	昭和30年、那智山の門前町的那智町と、温泉（県下一の泉源数）と漁業の町の勝浦町、さらに宇久井・色川村の4ヵ町村が合併して誕生、その後下里町、大田村が加わり現在に至っている。紀伊半島の南東端に位置し、東に臨む熊野灘には黒潮が流れ、温暖な気候と風光明媚、雄大な自然に恵まれた町である。町内には、世界遺産の那智の滝を核とする熊野三山の一つ那智大社や西国一番札所の青岸渡寺等を有し、古くから聖地として多くの人々が訪れてきた。また勝浦漁港は国内屈指の生マクロ水揚げを誇っている。
	太地（東牟婁）	紀伊半島の南部に位置する太地町は、1889年に太地村と森浦村が合併して太地村が誕生、その後1925年に町制施行により太地町となり現在に至っている。町の全域は海と那智勝浦町に囲まれており、海岸線の多くは背後が急な崖になっているため、耕地は少ない。日本の古式捕鯨発祥の地として全国的に知られており、かつて町民の多くが捕鯨やその関係の仕事に従事し、活況を呈していた。しかしIWCを中心とした捕鯨規制が進み、商業捕鯨の停止となった以降は、水産業の衰退を余儀なくされ、町はくじらと恵まれた大自然を中心とした観光に力をいれ、活性化に努めている。
8 熊 野 三 山	熊野川町（東牟婁）	2005年に東牟婁郡から市町村合併により新宮市になった。南は那智勝浦、古座川町、東は三重県、北は奈良県十津川町と隣接、標高500～1000mの山に囲まれ、総面積の95%が山林、人口密度8.4人の過疎地、温暖多雨であるが、寒暖の差が大きい。昭和30年代までの熊野川町の生業は林業関係が中心であったが、現在はすたれている。現在は第2次産業、第3次産業の従事者が中心で兼業農家が多い。

歳以上)を対象とした。

2.3. 調査地域と調査対象者数

和歌山県は地理的に紀北、紀中、紀南と3区分して述べられることが多いが、海岸線から近い地域と遠い地域では気候も異なり、食料流通も異なることから、表1のように和歌山県を8地域に分けた。各振興局が適任と判断した調査対象者に聞き取り調査をし、合計38人の聞き取りをまとめた。平均年齢は 72.3 ± 6.3 歳、60～86歳。全員女性であった。地域の地勢、特徴について表2に示した。

2.4. 調査内容与方法

1960年～70年頃までに地域で定着した日常食、行事食で次世代に伝え継ぎたい家庭料理の食材、調理法、エピソード、歴史的な由来、料理の変容について聞き書き調査を行った。

聞き書きのキーワードとして①日常の食(主食・副食)、②食料の加工と保存、③調味料、④間食、⑤ハレの食事・行事食、⑥伝え継ぎたい日本の家庭料理、⑦すしの種類、⑧特産物の魚・野菜・果物の料理、⑨食べ物と関わりのある祭りや行事について、⑩熱源・水・入手方法であった。

インタビューする聞き手と語り手が対話をしてそれを記録した。地域の方言や話し言葉の一部は文章化の折に、わかりやすく変更した。

2.5. 同意書の提出

調査研究の目的、内容の説明を行い、調査結果を研究発表、公表することについて、調査対象者に同意書の提出を求めた。

3. 結果

インタビュアーが聞き書きのキーワードにそって質問し、調査対象者がそれに答え、関連した内容も含め答えた結果のうち、茶粥とご飯ものと茶類の部分を以下に抜粋した。

3.1. 紀の川流域(調査対象者:H、W、O1、O2)

H:私がお嫁にきてからおばあちゃんにはじめて、お粥を教えてもらった。大家族なので朝晩かまどで茶粥を作り、食べる。

W:茶袋(ちやんぶくろ)(さらしの布とひもの茶袋)に番茶の葉を摘んで入れ、茶粥を作っていた。

O1:自家用のお茶を焙烙で炒って作った、茶粥を食べていた。1月15日は小豆粥を作った。

H、W、O1:朝は毎日茶粥。

H:オカユサンのおかずは漬物。おばあちゃんが醤油を作っていたので醤油ご飯がすごく美味しかった。

W:おかずはだしじゃこに醤油と鰹ぶしをかけて食べた。

W:イモ(サツマイモ)オカイサンにして食べた。

H、W、O1:お粥のおかずは金山寺味噌、梅干し。

O2:茶粥を鍋ごと冷やしていた。ソラマメを入れる。

W:混ぜご飯(野菜中心)、炊込みご飯。

H、O1:大根ご飯。

O2:牡蠣ご飯。

H:鯖飯(生の鯖をお米の上に置いて炊き、ネギを散らす)。

W:入れオカイサン。

3.2. 和海地方(調査対象者:T1、T2、O)

T1:粥はよく食べた。朝食べた。

O、T2:茶粥はよく食べた。朝食べた。

O、T2:お茶は自分の家で作っていた。

O:今も自家用のお茶を一年分作っている。主に飲むためと茶粥用に番茶を作って、昔は売ったこともあった。

O、T2:今も自家用にお茶を作っている。

T1、O、T2:酢飯でないかきまぜを食べていた。

T1、T2:赤飯を残したい。渋抜き技術も伝えたい。

3.3. 有田地方（調査対象者：N、Y、M、K）

- N：おじいちゃん、おばあちゃんは朝はオカイサンとおかず2品ほど昼はオカイサンと漬物、いりこと朝の残りもの。
- Y：自家用の米を使っている。父親が粥が嫌いだったので三食ご飯。
- M：朝はオカイサン、漬物、金山寺味噌、干したいりこ。
- K、M、N：お茶は畔に植えて炒ってから揉んで番茶を作った。
- M、N：お盆にはササゲのご飯。
- N：生鯖を焼き、ほぐし身にして、大根、人参、サトイモ、揚げ（油揚げ）を入れて、米の1割の醤油で味付けして炊き込みご飯を炊く。
- Y：塩鯖をそのまま米に入れて炊き、大根、人参、揚げ（油揚げ）高野豆腐を別に甘辛く、醤油、酒、砂糖で炊いて混ぜる。酢を入れない。かきませのお茶漬けをする人もいる。

3.4. 日高地方（調査対象者：M1、Y1、Y2、Y3、H2、U、S）

- M1：毎朝薪で大きな釜に茶粥を炊いていた。昭和30年頃までは夜に麦ご飯で、朝昼は茶粥だった。
- Y2：粥も炊いたが、三食ともご飯が中心。昔は一度にご飯を炊き、竹籠に布巾を敷き吊っていた。
- Y1：高校時代は毎朝麦入りご飯を食べた。
- M1：お茶は一年分ハブ茶を作った。ハブの実は夏に採れる。
- Y1：ハブ茶、どくだみ（十葉）。
- Y2：ハブ茶を一年分作る。
- Y1、Y2、M1：自家用のお茶を作る。
- Y1、Y2：三尾川は12月31日の夕食には焼き鯖かハマチを入れてかきませを作る。ご飯に生のハマチを入れてそのまま混ぜて作った。
- Y2：ちゃん袋に入れてお粥を炊く。
- Y3：うちところは白粥、お茶いれんと。

- Y3、M2、U：お粥はそれほど作らなかった。
- S：わたしところはオカイサン食べたな。朝昼晩いつとはなしにお腹すいたら食べたな。
- U：新家だったのでご飯ばかりで、母屋のお姑さんは茶粥。
- M2：こちらではお茶は作っていません。実家では作っていましたが。
- S：鯖が獲れる時は鯖で炊き込んで、人参、高野、シイタケとか炊いといて、一緒に混ぜ合わせる。
- U：主人は混ぜご飯、魚があったら煮付けて、何匹か残ったら炊き込みしたらおいしいなという。この時期ワラビを採ってきて筍、人参、揚げ、シイタケでワラビの混ぜご飯。
- M2：平鯖のおいしいのがあれば鯖茶漬けをよくする。鯖は刺身にして、醤油、いの一番に漬けこんでどんぶりにちよつとずつ入れて、炊きたちの熱々の茶粥をかけて食べる。茶粥でね。ハブ茶の粉茶で作る。
- S：うちはしょうゆ落として白粥で。
- M2：鰹は今年獲れない。料理ならタタキと刺身、鰹茶漬け、残ったら生節、角煮。
- Y3、M2、S、U：お茶は購入。
- M2：鰹は鰹茶漬け。
- U：オカイサンはハブ茶で。ハブ茶は勝手に生えているので。普段飲むのは煎茶とか玄米茶の茶葉。

3.5. 田辺湾（調査対象者：K1、K2、M1、M2）

- K1、K2、M1：日常食は米、朝はオカイサン。
- K1：麦は入れなかったと思う。お粥ぐらいは炊けたが、当時はかまどだったので、なかなか上手にご飯炊けなかった。
- M2：子供の頃は麦ご飯（麦の多い飯）やった。小学校行くまで（30年代）ずっと麦ご飯。
- K1：茶粥。朝はたいていお粥。1日分食べるくらい。番茶を使うた。ハブ茶の家もある。
- M2：芋粥にしたりメリケン粉練って入れたり。はったい粉も。

K1：畑の土地が少ないので茶は購入。

M2：鰹の刺身が残ったら、醤油に漬けて、翌朝お茶漬けで食べる。

K1：鰹飯、5月は鰹が獲れたので醤油ご飯にする。鰹を生で細かく切って。人参、コンニャクなどもいれて。普通の味付けご飯。同じようにして、鯖飯も作る。

K1：鰹飯はおいしいし、多いときは40人分作る。

M2：炊込みご飯、鰹や鯖、入れる具は同じ、人参、牛蒡、コンニャク、(シイタケは人による)、筍は入れない。

K1：茶粥は私は好きやけど。今でも毎日食べる。よそ行ってる子が帰ってきたら、子どもらはオカイサン炊いて言います。

3.6. 熊野山間 (調査対象者：T1、T2、T3、M、T4、T5)

T1、T2、T3：お茶は自分で炒る。

T1：斜面に茶の木(余ったものは田辺の人に売ることもあった)。

T2：1日で干して炒る。

T3：一斗缶に入れて保存、使う前に焙烙で炒る。ほとんどほうじ茶として飲む。

T1：粥を食べる。(オカイサン)

T1：1日中お粥だけということはなかった。

T1、T2、T3：10時、お昼、おやつにお粥。

T2：茶の新芽も古葉も炒る。これで粥を炊く。

T1、T2、T3：お茶の葉を鉄鍋、木の匙を使って炒る。がんず(ぶんぶく茶釜のようなかたちで蓋がついてる)おくどさんで茶を沸かす。5升ほどのお茶を1日分として作る。継ぎ足し、茶を茶袋に入れて沸いたら出す。そのお茶で粥を炊く。

T3：97歳の祖母はお粥しか食べない。

T1、T2、T3：粥に加えるものはサツマイモ、サトイモ、ソラマメ、正月には小豆、お餅は最高。

T2：オカイサンに金山寺味噌をつけて食べる。

T1、T2、T3：家の味といえば大根飯(他の具と一緒に炊く)。ダイダイ酢を入れる。

T4：ここの地域は米を作っていたので茶粥であった。麦6米4の麦ご飯しかできなかった。

T5：米を作っていた農家だから、米はありました。お茶を沸かしてオカイサン(茶粥)を炊いて、今もオカイサン(茶粥)と白ご飯をずっと食べている。お茶は番茶。(番茶とハブ茶とで半々、煮出して)ハブ茶も作っている。ハブ茶は猪口一杯入れて煮出して作る。朝作って朝昼夜と必ず毎日食べている。

T5：お茶は自分で少し作っているが親戚から買っている。

T4：オカイサンは火力は強め、絶えず混ぜ、空気を入れながら炊く。時間を決めて2合なら20分で炊ける。泡が吹いてきたら炊き上がり、ふきこぼれない程度になったら火を止める。

T5：1合17分で炊ける。

M：オカイサンの炊き方を取材された。大きな厚手のアルミ鍋に1リットルの水に米1合を入れて炊いて、だいたい17分。15～16分で泡が出てくる。17分でトロツとしたものができる。

T5：茶袋ちやんぶくろにお茶を入れて、水につけておく。火力は強火、昔は前の晩に茶袋を入れておいた。

M：茶袋ごと入れて炊く、色が出たら取り除く。

M：炊き込みご飯、きのこ類、野菜、鶏肉、大根、人参、サトイモ。昔はサンマー匹を入れた醤油ご飯(炊き込みご飯)。今は炊き込みご飯用の3枚卸しを売っている。骨を取ってある。サンマの3枚卸しを米の上へのせ、大根の千切り、醤油味で炊く。

T5：茶粥にサツマイモ、サトイモを入れて。

3.7. 熊野三山（調査対象者：T、U、S、M）

T：戦時中は米にサトイモを混ぜて量を増やして食べた。

U：麦も食べたがお米は常にあった。

U：毎日茶粥がないとだめ、年寄り特に。今日はおかず何しようかしら？と言うとおじいさんはおかずなかったら茶粥炊いたらええと言っていた。

T：毎晩茶粥、漬物と。

U：毎日、毎晩茶粥。時々ご飯もある。冷たいご飯に温かい茶粥をかけて食べる。（つけごはん）

S、U、M：ほとんど自分たちでお茶を育てて、焙じて作る。今も作っている。

U：茶の木のない人は買っていると思うが山に自生の茶樹があり、足りなければ摘んで来て茶を作る。1年間の分を作っている。

U：時々茶粥に白菜を切って入れるが、やはり茶粥そのまが多い。

S：家族が多かったので、サツマイモ、サトイモ、ジャガイモなど採れる時には入れて食べる。

S、U、M：茶粥は塩味である。

3.8. 熊野灘（調査対象者：M1、M2、T、H、S、M、K）

M1：自分が好きだから茶粥。ご飯が足りない時に茶粥、茶粥の炊き立てが好きなので、茶粥の炊き置きはしない。その都度炊く。

T：うちは農業をしているので、米は不自由していないので白米。粥はなし。夏の暑い時に茶粥を食べる。

M1：自分は茶粥、主人はゆきひらで白粥を炊く。

M1、M2、H、T：お茶は自家製。緑茶はしない。番茶。

M1、M2：目はり寿司はただのご飯（酢飯でない）を高菜の漬物でまく。

M1：サンマの炊き込みご飯、サンマ（鯖、ブリ）を3枚に卸し、細かく刻み醤油に漬

けておく。そして野菜と炊き込む。

H：米の足りない地区はアラメをご飯に入れた。

S：実家は茶粥をよく作っていた。朝はご飯で、夜に茶粥を食べることが多かった。

M：お粥はそんなに食べなかった。

S：茶粥は番茶。家の裏でも作っていた。家で作った番茶を茶袋に入れて。結婚後は茶粥は食べなかった。

S、M：お茶は自家製の番茶をもらい、買うことはない。

S：鯖（またはぶり）炊き炊込みご飯、姑が作ってくれた。あれはおいしかった。魚を生のまま少し塩して小さく切ってだし汁に漬けて人参を入れて炊く。炊き上がった時に最後に青ネギをたくさん入れる。

K：鯖の炊き込みご飯やぶりの炊き込みご飯。

M：ぶりの茶漬け、鰹の茶漬け。

S：鰹のかちご飯、おばあちゃんが作ってくれた。鰹の三枚卸しを細かく切って、卵、醤油、味の素、砂糖を混ぜてその中に鰹を漬け込んで熱いご飯の上にのせて食べる。主人はそこに熱いお茶をかける。

S：とろろご飯。味噌汁を濃い目に作りとろろをすりながら入れてご飯にかける。

4. 考察

4.1. 茶粥

聞き書きに出現した粥、ご飯もの、茶類を図1に示した。

8地域すべてに茶粥が出現しているが、調査対象者の55.3%が茶粥を食べており、朝食に食べる場合が最も多かった。昼食や夕食、おやつにも食べる場合があった。この結果は早川らによる結果⁽⁴⁾と一致し、先の関西大学文学部地理学教室の報告書⁽³⁾とも一致した。

家族の多い家は毎食茶粥を作ったが、家族の少ない家では朝食に作り、農業に従事する

の、茶粥を作る習慣がある人が少ない地域は、橋本、日高、太地、勝浦であった。この結果は大塚らの報告⁽⁵⁾と一致した。和歌山県北部と南部の一部の地域では茶粥を必ず食べるという人は少なかった。特に北部は紀の川流域の穀倉地帯で米も豊富な地域であることが影響していると思われた。

4.2. 具入りの粥

茶粥あるいは白粥に芋類（サツマイモ、サトイモ、ジャガイモ）、豆類（小豆、ソラマメ）を入れている。最も多いのが、サツマイモ粥であった。

早川らの報告⁽⁴⁾では茶粥の具としてサツマイモ、餅、小豆、ソラマメを挙げており、今回の調査と一致していた。

節米のため茶粥にサツマイモを入れたり、季節の野菜を入れたりした。米以外の食材を茶粥に入れることで主食として利用されるようになった。

茶粥を毎日食べる習慣であるが、現在ほど主菜や副菜を食べることが少なく、季節の野菜や豆や芋を入れることで料理に変化があり、飽きずに食べることができたと思われる。

4.3. 茶粥と一緒に食べるもの

今回の聞き書きでは漬物、金山寺味噌、いりこなどが食べられたが、茶粥を食べる理由⁽⁴⁾においしいからということがあり、副食がなくても味わいが良く、食べることができるとも考えられる。

著者は若い頃、田辺市の漁師の家で前日釣れた鰹の醤油漬けを七輪で焼きながら、茶粥と一緒に食べたことが思い出に残っている。また沿岸地域の聞き書きにも新鮮な魚も茶粥と一緒に食べることがあり、地域や各家庭の食習慣により茶粥と一緒に食べるものの種類は多岐にわたっている。

4.4. 茶粥の呼び名

「オカイサン」が多かった。「オカイサン」は白粥ではなく茶粥を示している。早川らの調査⁽⁴⁾と同様で、次は「チャガユ」であった。

4.5. 茶の種類について

番茶、ほうじ茶、ハブ茶がある。茶は昔から家の周りで消費する分を植えている場合があり、1年分を作って保管し、余った分は売ることもある。自家製の番茶を作っているのは和海、上富田、勝浦、太地、熊野川、有田川である。

上富田では茶の葉を1日干した後に炒る。1年間、缶に入れて保存する。使う前に焙烙で炒るとあった。また熊野川では山に自生の茶樹があり、足りなければ摘んで来て茶を作る。自分たちでお茶を育てて焙じて作るとあった。

自家製のお茶の作り方で焙じる場合は「ほうじ茶」となるが、調査対象者により、焙じていても「番茶」と呼んでいることがあり、茶粥に使われる「番茶」と「ほうじ茶」の区別は今回の調査では明確に出来なかった。いわゆる各地で作られる地域の茶であった。

坂本の報告⁽⁶⁾に「煎茶の対極にある品質面で低いと評価される番茶ではなく地方に伝承される「日用の茶」としての番茶である」と述べている。また、勝浦の聞き書きでは「蒸してから揉んで干して乾燥し」とあり、上富田では「鍋（釜）で炒ってから揉んで干して乾燥する」など地域特有の様々な製法の茶が生産されて酸化酵素を破壊する殺青の方法が異なっていた。

道の駅など地域の特産品を扱っているところで、自家製の「番茶」が現在でも売られている。まだ家庭でお茶を作る習慣が残っている。

一方、自家製のお茶を使わない人は購入するが、スーパーでは茶粥用のパック入り茶もあり、数種類の品ぞろえが並ぶコーナーがあり、高い需要があることがうかがえる。

由良、日高ではハブ茶を用いて茶粥を作られた。ハブ茶は「エビスグサ」の種子が原料で「決明子（ケツメイシ）」と呼ばれ、中国では古くから健康茶として飲まれていた。カ

フェインがなく、子どもや妊産婦も飲むことができる。

4.6. 茶粥の作り方

『聞き書和歌山の食事』⁽²⁾の熊野山間の食で示されているが、「大なべに水をはり、茶袋に入れた番茶を入ると薪でくらくらわかしてお茶をだす。きつね色にでたところで茶袋をとり出し、水の二割でいどの米を入れ、木のしゃもじですくい上げるようにして混ぜる。塩は入れない。米がふくらんだところで火を止める。茶粥のこつは終始強火で炊くことである。またお茶はあまり濃くだしすぎないほうが味がよい。」とあった。

大塔での聞き書きでは「粥の炊き方」の取材に対して次のように答えた。「オカイサンは火力を強め、絶えず混ぜ、空気を入れながら炊く。時間を決めて2合なら20分で炊ける。泡が吹いてきたら炊き上がり。ふきこぼれない程度になったら火を止める。」

「1合17分で炊ける。大きな厚手のアルミ鍋に1リットルの水に米を1合入れて炊いて大体17分。茶袋にお茶を入れて水につけておく。火力は強火、絶えず混ぜ、空気を入れながら炊く。泡が吹いてきたら炊き上がり、ふきこぼれない程度になったら火を止める。」

茶粥は日常食であるため各家によって作り方は伝承されているようである。

4.7. 白粥と茶粥の違い

弱火で炊く白粥と違って、茶粥は強火で混ぜながら炊くが、粘りがない「さらさら」がおいしいとされている。なぜ粘りが出ないかを森下⁽⁷⁾は次のように推測している。

「粥や飯の粘りはデンプン粒が加熱膨潤して、崩壊し、中のデンプン分子が漏出するために生じるのであるが、茶粥では加熱重合したタンニンがデンプン粒の膜を強化あるいは保護しデンプン分子の漏出を抑えるような働きをしている。」とある。

また、茶は高価なものであったのに、日常に使われている理由は茶粥に用いられる「番茶」や「ほうじ茶」とよばれる茶は日用の茶であり、畔や畑、家の垣根などで作られ、高級な商品として流通する宇治や静岡の製法による茶ではなかったのではないと思われる。風味については番茶やほうじ茶を用いることで苦味の少ない茶粥になっている。

4.8. ご飯もの

ご飯ものは節米の目的もあり、米に野菜、豆、いも、魚類を混ぜて炊く場合と調味した具材を白飯と混ぜる場合がある。「かきませ」、「おませ」は酢飯と酢を使わない白飯があり、本報では後者の酢を用いない白飯の場合について述べる。

(1) かきませ

有田川の聞き書きにあるように塩鯖をそのまま米と一緒に入れて炊く。甘辛く炊いた大根、人参、油揚げ、高野豆腐を炊きあがった飯と混ぜる。これをお茶漬けにする人もいる。

材料の鯖は地域によって流通の違いがあり、湯浅の海側では魚屋さんで焼いた焼鯖を使い山側では塩鯖を使うと言われるが、海からの距離で新鮮な鯖を用いるか、塩鯖を用いるかが違っていたが現在は流通が整い、その差はなくなりつつある。



写真1. 茶袋、茶粥



写真2. 鯖飯

またおなじかきませと呼ばれるが、由良の聞き書きでは温かい白飯に生の魚（鯉やハマチ等）をそのままかあるいは醤油に漬けてこんだものを混ぜて作った。日常の食として、また人の集まる時に作られた。

沿岸の漁家では海の幸を料理する場合はまず、刺身、煮る、焼くといわれ、種々の加工をして保存するよりも新鮮さを味わい、シンプルな料理方法が多く、魚のおいしさを味わえる。

(2) おませ

日高での聞き書きでは鯖を米と炊き込んで、人参、高野豆腐、シイタケを別に炊いて、一緒に混ぜ合わす。有田川のかきませと同じ作り方である。

「かきませ」、「おませ」の示す料理は地域・個人によっても違いがあった。

(3) 大根飯

大根、人参、油揚げを入れて増量した「かて飯」であるが、冬場に採れた大根を多く使い、香りも良く、甘味もあり、古くは節米で作られたと思われる。

(4) 鯖飯

鯖を米と醤油、酒と炊き、炊き上がりに鯖

の身をほぐし、骨をのぞき、青ねぎとまぜる。

(5) 鯉飯

新鮮な鯉が手に入ると鯉を小さく切り、野菜も入れて白米と炊き、醤油飯にする場合と生の鯉を醤油漬けにして、熱いご飯に醤油ごと混ぜる場合があり、新鮮な魚が入手できる沿岸地域で作られる。

(6) 鯉のかちご飯

鯉の三枚卸しを細かく切ったものを卵、醤油、砂糖の中に鯉を漬けて込み温かいご飯の上のせて食べる。そこに熱いお茶をかけてお茶漬けにする。

このようにご飯ものは収穫時期にたくさん採れた野菜類や豆類や芋類を米に混ぜて炊き込む場合と煮て味付した野菜類を白飯に混ぜる場合がある。

また新鮮な魚を醤油などで味付けして、熱い白飯と混ぜる調理法は沿岸地域に多くみられる。塩干物、焼いた魚を米と炊き込む調理法は、海から離れた地域によくみられる。

ご飯ものの具材はかつては米の補いであったが、現在では各地域の豊かな食材が利用され、食を楽しみ、季節を感じさせるものとして、日常食や人の集まる時の食事として伝承



写真3. 鯉飯

されている。

和歌山県の海は魚介類の宝庫で、紀伊水道と黒潮の影響を受け、四季に渡りさまざまな魚介が獲れ、地域により、魚種が異なる。

5. 要約

耕地面積が少ない地理的条件であることから、昔から不足する米を補った茶粥やご飯ものが作られていた。現在でも茶粥は高齢者の日常食として残り、ご飯ものは味の変化をつけるため地域の新鮮な食材を使い、作られている。ご飯ものに使用される魚の種類は和歌山県内の地域的な特徴が異なり、紀北と紀南、沿岸地域と山間部では違っていた。ご飯ものの料理方法も地域ごとに伝承されている。

6. 謝辞

本研究に際してお話をうかがうことができた調査対象者の皆様には貴重なお話を頂き有難く感謝申し上げます。また経験豊かな調査対象者をご紹介くださいました和歌山県の各振興局の担当の皆様にご心より感謝申し上げます。

文献

- (1) 喜田川守貞著、宇佐美英機校訂、『近世風俗志（守貞謄稿）』（五）、75-79、岩波書店（2002）
 - (2) 安藤精一代表、『聞き書和歌山の食事』、日本の食生活全集 30、農山漁村文化協会（1989）
 - (3) 橋本征治、高橋誠一、木庭元晴、和歌山県田辺市・白浜町の地理、関西大学地理学教室実習調査報告書（22）、125-129（1997）
 - (4) 早川史子、前田昭子、南幸、川井孝子、藤沢祥子、京都・大阪・三重・奈良・和歌山の茶粥習俗と分布、日本食生活学会誌、11、（3）、259-267（2000）
 - (5) 大塚量子、堺みどり、吉田譲、和歌山県下の食文化に関する調査、その1、茶粥と雑煮の食文化について、信愛紀要、44、1-6（2004）
 - (6) 坂本孝義、記録にみる番茶の多様性、茶研報、（108）、91-1014（2009）
 - (7) 森下比出子、郷土食の成立と伝承、紀州の茶粥、和歌山大学教育学部紀要、教育学、第47集、85-98（1997）
- P58 図1の和歌山県地図はテクノコ白地図イラストを用いた。
https://technocco.jp/n_map/n_map.html