

# 高知県のハレ食について

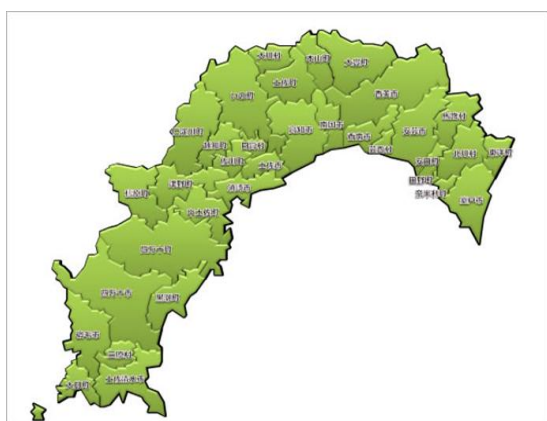
1130446 庄野 剛史

高知工科大学マネジメント学部

## 1. はじめに

### 1.1 背景

高知県は人口約 74 万人、面積 7100km<sup>2</sup> の典型的な農業県となっている。高知県の気候を見てみると、沖合に暖流である黒潮が流れており、年降水量が 2500mm 程度と湿潤であるとともに、最暖月気温が 27℃、最寒月気温が 6.1℃と温暖であり、ケッペンの気候区分では温暖湿潤気候 (Cfa) に区分されている。この温暖な気候は農作物の生産地に適した環境であり、ナス、シシトウ、ニラ、ショウガは全国 1 位の生産量を誇っている。ただ、県土の 85%は山林地域であり、農地面積は約 4%となっており、狭い耕地を集約的に利用することが出来る施設園芸が盛んとなっている。また、高知県は漁場にも恵まれている。土佐湾沖では定置網などによる沿岸漁業や沖合の遠洋漁業などが展開されている。また、室戸岬東岸では地形的要素による湧昇流により良好な漁場として知られている。



このように高知県は、これら陸域と海域の地理的条件による多様性から、山・川・海それぞれに独特な食文化資源を有している。

高知の食文化を見てみると、収穫祭などの農耕儀礼に出される「皿鉢料理」が特に有名である。この皿鉢料理は、有田・九谷などの大皿に、海と山の季節の旬を盛り合わせた宴席料理であり、江戸時代頃からは、正式な儀式食である本膳料理の後の宴席に出されていた。しかし、皿鉢料理の盛りつけ内容は、高知など沿岸部では魚類を中心としたものが主である

が、中山間部では根茎の煮物の割合が増えるなど地域によって違いを見せている。この傾向が顕著なものとして、伝統料理ではないだろうか。

伝統料理の地域性の視点から既往研究を見てみると、早川ら(2000)は、京都・大阪・三重・奈良・和歌山の茶粥習慣の地域性について検討し、茶粥を食されている地域だけでなく、茶粥の茶の種類や粥の具の種類にも地域性があることを示している。また、堀田(2001)は、三重県を対象として雑煮の地域性を調査対象とした結果、県内各地での出汁や餅の形、具材に関してそれぞれ地域性があり、さらにその地域性は北勢、中勢、南勢といった行政区分に強い影響を受けていることを示している。さらに、岡野ら(1999)は、滋賀県の伝統的な郷土料理である“毬モチ”について、呼び名と製造方法について検討し、三重県の伊賀地方が発祥の毬モチが滋賀県内に伝播する過程において、街道ごとにその違いがあることを示している。

このように、伝統的食材の地域性に関する既往研究は、食生活学会や日本家政学会を中心として多数提示されている。その一方で、伝統的な「ハレ食」を対象とした研究事例は未だ少なく、高知をフィールドとした検討事例は未だ見当たらない。

高知県は、海の幸、山の幸、陸の幸など多様な食文化を形成している中で、歴史的展開より”土佐七雄”と呼ばれた豪族による支配体制が強固であったため、これらの食材の地域性のみならず、食文化の地域性があることが容易に想像出来る。高知の食文化を研究することは、高知の県民性を知ることにつながるだけで無く、高知の地域活性化の基礎データとしても期待できる。

### 1.2 目的

高知県における晴れ食・行事食の料理の地域分布と食文化を明らかにし、各地域の料理、調理法の違いを探り、その地域ではどのような食材が多く使用されているかを調べる。

## 1.3 研究手順

### ①ハレ食の概要と歴史的展開

ハレ食とは、宴席で出される伝統食のことを指す。はじめに、ハレ食の定義と日本において晴れ食がどのような歴史的展開を図ってきたかについて整理した。

### ②高知県のハレ食・行事食の概要

高知県のハレ食と行事食について、既往文献をもとに整理し、高知県のハレ食が全国と比較してどのような差異がみられるかについて検討した。

### ③高知県山間部、平野部、沿岸部における特徴抽出

高知県を7地域に分類し、既往文献やヒアリング結果よりそれぞれの地域で代表的に食されているハレ食・行事食について食材、調理方法、香辛料に分類し、地域ごとにどのような差異がみられるかについて分析した。

### ④ハレ食におけるしきたりやならわし、状況の抽出（ヒアリング調査）

行事食における縁起事、忌事やしきたり、習わしなど、ハレ食を提供する際に留意すべき点に地域的に差があるかについて、ヒアリング調査をもとに検討した。

### ⑤高知県におけるハレ食の特徴（考察、隣県との比較など）

最後に、高知県で提供されるハレ食・行事食が、どのような特徴があるかについて、隣県と比較することで考察する。

## 2. 高知県の食の歴史・概要

高知県の県の南と北では標高と自然地形の違いから、その農業生産物が異なり、食生活自体も異なっている。香長平野の米中心の食生活に対し、県北の山間部はきび（とうもろこし）中心の食生活であった。この食生活文化の差異は、その背景の米の二期作水田と、焼畑の違いからきたものである。



写真-1 日本の農業景観（棚田）

沿岸部は太平洋に面しているため様々な種類の魚が獲れ、特に魚の消費量多い。その食生活の中で、土佐湾の海の魚が大きな比重を持っていた。ここで山間部と沿岸部における違いを見てみると、消費量に加え県西部の海岸の漁獲の主体はかつおであり、対して県東部の漁獲の主体はぶり、あじ、鯖である。これはかつおの回遊や漁業形態（一本釣り、延縄など）の違いからこのような現象が生まれたと言える。

## 3. 高知県のハレ食・行事食の概要

高知の食の歴史を主食中心にみると、米、麦、いも、きび、ひえ、と地域別に分けられる。しかしこれを晴れ食にあるしきたりやならわしの面で見えてみると、共通して餅が存在し、多くの年中行事にその形態は違っても必ず餅が存在する。山間部の梶原や寺川は、きびやひえを主食としていたが、「はなごもち」（とうもろこしをひいて粉状にしたものに塩を少し加えて、お湯で練り合わせそれを皮にして餡を包み、お湯で15分ほど熟して作る餅）のような餅も存在する。正月の雑煮もちは普通、東日本で角餅、西日本では丸餅が主流となっているが、高知県はその中でも数少ない西日本での角餅主流の県である。この角餅が主流になった由来は、静岡県から多くの家臣団を引き連れて土佐に入国した際、藩主山内氏の故郷の伝統によると言われている。

丸餅、角餅の由来：丸餅は「円満」の意をもって作られた。京都の文化を受けた土地に丸餅が広がったため、西日本に丸餅が多い。角餅は江戸で生まれた。江戸は人口が多かったため、1つ1つ手で丸めて作るより早く沢山作りたいということで角餅になったという。江戸文化の影響を受けた土地に広がったので角餅は東日本に多い。県の雑煮に共通して見られる特色が醤油汁である。私は今まで味噌仕立ての雑煮しか知らなかったもので、この研究を始めて驚いたことの一つである。中に入れる餅は各地で少しずつ異なり、香長平野では潮江カブを入れたり、佐川盆地ではこんにゃくや豆腐、水菜を使用したりする。梶原では正月に太いものを食べるとよいと聞く（例にくじらなどが挙げられている）。



写真-2 ちゅん豆（佐川盆地）



写真-3 お雑煮（高知県、醤油仕立て）

高知県の代表的なハレ食として皿鉢料理がある。その歴史は江戸時代にまでさかのぼり、格式張らない宴席のために用いられた料理である。一時期は贅沢をいまして庶民には皿鉢が無縁の時期もあったが、明治期以降はこの気楽で伸縮自在な宴会方式がすっかり定着した。昭和30年頃を期に高知県全域に広がり、食生活の洋食化もあいまって様々な料理が皿を彩り、華やかな宴席料理となっている。皿鉢料理が受け継がれてきた理由として「1つの皿の料理を分け合って食べる事により連帯意識や仲間意識が養われる」などが挙げられている。行事食としての皿鉢料理は、結婚式、葬式、法事、神祭など様々。法事の席では豆腐の厚揚げを刺身上につくり、「ぬた」をかけて刺身の代わりにして、てんぷらとそうめんが出されたそう。葬式の席では、はじめの幕開け以降はざっくばらんな席になり、主客入り乱れて酒を酌み交わす。空の杯を「どうぞ」と先に出すのが礼儀で、出されたらすぐにまた返すのが礼儀なのでたちまち酔ってしまう。現代の皿鉢に見られるような何種類もの食材を盛り合わせた形は、明治時代の頃より始まったと言われている。



写真-4 皿鉢料理

高知のハレ食の代表は皿鉢料理であるが、その皿鉢料理以外で最も目につくハレ食が寿司である。高知には様々な寿司の晴れ食が存在する。特に有名なのが「鯖の姿寿司」。高知における有名な3種の魚（かつお、あゆ、さば）の内の1つであるが、行事食においては鯖が一番多く出される。この寿司のハレ食を地域別に見ると、香長平野では、こぶ寿司、巻き寿司、いなり寿司、佐川盆地では五目寿司、梶原ではきらず寿司、あまご寿司、足摺海岸では「赤ものの姿寿司」、四万十流域では鮎寿司などがあり、多彩な文化を形成している。



写真-5 鮎の姿寿司（四万十地方）

高知のハレ食には豆も多く登場する。佐川盆地では大豆を使った塩納豆やちゅん豆（炒りたての豆を汁につけると「ちゅん」という音がするから）、昔は醤油は大豆を使わずに麦とそば豆を使ったという。香長平野においては、小豆を使用した蒸ようかんや練りようかん、ぜんざいなど。



写真-6 モチのぜんざい（香長平野）



写真-7 けんかもち

## 4. 高知県のハレ食・行事食の地域性特徴抽出

### 4.1 高知県7地域の概要

高知県の歴史を見てみると、戦国時代は“土佐七雄”と呼ばれた群雄割拠の時代であった。香長平野では長岡郡は長宗我部氏、香美郡は長宗我部氏、高知地域では吉良氏の3群雄。安芸などの東部地方では安芸氏。高吾北は本山氏、佐川盆地では大平氏、四万十流域の津野氏、下流域の津野氏の7群雄がそれぞれの領地を所有していた。

高知県は、戦国時代を通して郡湯割拠の時代であったため、それぞれの領国支配が堅固であった。これにより、領民の移動の自由が制限されていたため、言語や食文化などの面で地域性が生じている。よって、本論では、土佐七雄の領国ことにハレ食・行事食の展開を見ることにする。

① 香長平野：温暖な気候に恵まれ米の生産が県で最も多く、米の二期作発祥の地とされている。山間部と沿岸部に挟まれた平野部で海の幸、川の幸が比較的手に入れやすい。米の二期作に加え温暖な気候から野菜や果物の収穫できる種類も多く、物部川にも近く沿岸部にも近いため、川魚と海魚の両方を手に入れることができた。四季を通じてその食材の供給は絶えることはなく、量における豊かさにおいても山間部、沿岸部と対照的である。さらに中央平野地域のもつ地理的、社会経済的特性は古くから、山間部と沿岸部との間の人と物の動きを活発にしている。特に今現在でもある「日曜市」は300年以上の歴史を持つ。

- ② 梶原：高知県西部の山間地帯、標高が数百メートルから800メートル近くあり、最低気温も毎年氷点下を下回る。雲の上のまち梶原、四季折々の変化に富んだ景色があり、天候に左右されやすい環境下できび、豆、米、芋などを生産。かしの実と呼ばれるどんぐりの一種から「かし豆腐」という豆腐がある。今現在では和紙が有名である。
- ③ 仁淀川：四国の秘境と呼ばれる。焼畑、茶畑などがある。食材の生産量は多くはなく、主にわらび、いたどり、わさびなどの山菜、ひえ飯を主食としている。米のご飯を食べるのは正月、神祭、お盆だけ。秋から冬にかけ栃の実を収穫し、春先には彼岸花の球根を掘ることもある。
- ④ 四万十流域：日本三大清流の一つ四万十川。昔は村の9割が山林という状態であった。上流地域は米、芋、麦が主食で中流地域は米、麦、きび、雑穀、芋が主食、下流地域は米、麦を主食としていた。四万十川の清流からは鮎やカニ、うなぎ、エビなどが獲れ、川の幸の宝庫と呼ばれる。アオノリやヒトエグサなども収穫される。去年夏は41℃という驚異的な猛暑により鮎魚が不調だったようだ。
- ⑤ 佐川盆地：平野部と山間部の両方の特性を持つ。盆地のため気候的には厳しい面があり、寒暖の差が大きく夏は蒸熱く湿っぽい、冬が底冷えがし、非常に寒い。しかしこの温度差の大きさから様々な種類の野菜や果物が生産できる。
- ⑥ 足摺海岸：高知県西部細大の港があり、明治40年代から始まった捕鯨やまぐろ漁、捕鯨が衰えた後も、ぶり、かつお、さばが大量に水揚げされた。その自然特性は黒潮による好漁場が有名。九州の都井岬と足摺岬沖の中間地

点から瀬戸内海に放出される沿岸流とかみ合い、黒潮にはプランクトンが群れ、小魚が集まり、ぶりやかつお、さば、まぐろなどがそれを食べようと集まる。こうした好自然条件がありながら、一時期大量の日が続き肴がさばききれず、市場で値段が急落し釣っても金にならず釣ることによってますます生活が苦しくなり、漁師たちの頭を悩ませた。

⑦室戸：高知県の東南端に位置する。1年を通じて暖かい気候で強風が多いことから「風の室戸」と呼ばれることもある。室戸岬の東側に切り立った断層海岸があり、急深の海底となっており回遊魚が集まってくるので魚の通る道に落とし網を敷き、ぶり、さば、めじか、まぐろ、さわら、かつお、あじなどをとる定置網漁が行われる。

## 4.2 高知県7地域におけるハレ食の特徴抽出

本節では、香長平野、梶原、仁淀川、四万十、佐川盆地、足摺、室戸の各地域におけるハレ食・行事食の特徴を抽出した。はじめに、各地域のハレの行事で出される料理を既往文献及びヒアリング調査を通してピックアップした。次に、それぞれの料理について、地域、季節、原材料、調理法の視点で再整理し、地域毎に表として纏めた。最後に、地域的に特徴が見られた豆や米について、地域別にどのような差異が見られたかについて考察した。

表1 高知県における豆や米の地域別の食べ方

地域名	主な主食	ハレ食の特徴	特徴的なもの
香野平野	白飯 田芋飯	多彩なもち 団子 各種の寿司	うるもち、黒豆もち、 かつお飯、えんどう飯、 そうめん
梶原	きび飯 麦飯	米食 雑穀の入った餅	あわもち、きびもち、 芋もち、いばもち、
寺川	ひえ飯 機微飯、さんみとう	米食	とち団子
四万十川流域	麦飯、からいも	餅、田芋、姿寿司	あいの姿寿司、かさわ らび、米の伸ばし餅
佐川盆地	麦飯 田芋飯（冬） 茶練りそば	もち、赤飯、寿司	五目、しばもち、さん しょ餅
足摺海岸	芋飯 麦飯	もち、赤飯、寿司	姿寿司、つわ寿司、麦 寿司、そばもち
室戸	芋飯 麦飯	もち、赤飯、寿司	かんば餅、青のり餅、 こけら寿司

地域名	主な主食	ハレ食の特徴	特徴的なもの
香野平野	白飯 田芋飯	多彩なもち 団子 各種の寿司	うるもち、黒豆もち、 かつお飯、えんどう飯、 そうめん
梶原	きび飯 麦飯	米食 雑穀の入った餅	あわもち、きびもち、 芋もち、いばもち、
寺川	ひえ飯 機微飯、さんみとう	米食	とち団子
四万十川流域	麦飯、からいも	餅、田芋、姿寿司	あゆの姿寿司、かさわ らび、米の伸ばし餅
佐川盆地	麦飯 田芋飯（冬） 茶練りそば	もち、赤飯、寿司	五目、しばもち、さん しょ餅
足摺海岸	芋飯 麦飯	もち、赤飯、寿司	姿寿司、つわ寿司、麦 寿司、そばもち
室戸	芋飯 麦飯	もち、赤飯、寿司	かんば餅、青のり餅、 こけら寿司

### 4.3 高知県におけるしきたりや習わし、状況の抽出

本節では、ハレ食や行事食が出される場合において、縁起事、忌事やしきたり、習わしなど、ハレ食を提供する際に留意すべき点に地域的に差があるかについて、ヒアリング調査をもとに検討した。

ヒアリング対象：現地に住んでいる方

ヒアリング日時：1月～2月

質問内容

- ①その地域で出されるハレ食・行事食の料理名
- ②しきたりやならわしの有無（こういった食材は入れてはいけない等）
  - ③どういった場面にどのようなハレ食が出るのか
  - ④この地域でしかないハレ食があるか
  - ⑤めでたい時、祝いの時、と聞かれてまず浮かんだ料理（晴れ食以外でも）

#### ① ヒアリング事例1：四万十和

料理名：赤飯、力餅、鯛の唐蒸し、塩鯖の寿司

十和では赤飯や餅、鯛の煮付けなど一般的な晴れ食がほとんどであるが、力餅や鯛の唐蒸し、また行事食として節分の日には豆をまかずに神棚に大豆を炒って供え、その年の最初に雷が鳴った日に豆を食べる風習や、力餅という餅の中に餡子の代わりにもち米の蒸したもの（餅をつく前のもの）を入れ、出産した女性への行事食として出されたという。しきたりとして迷信的な禁忌があり、妊婦がいのししの肉やウサギの肉を食べるのを禁忌とし、しいたけを食べると流産すると言いつた伝えられているらしい。



写真-8 赤飯（香長平野）

② ヒアリング事例2：足摺海岸

料理名：塩鯖を焼いた押し寿司の塩鯖寿司、ツワブキの箱寿司、おから寿司、もぶり寿司

十和と同様に赤飯、餅、鯛の煮付けなどの一般的なハレ食に加え、寿司類のハレ食があった。ツワブキの箱寿司は作る際にツワブキの葉っぱを箱の中に敷き、寿司を作ったらはがして食べることはないそうだ。正月のハレ食には「もぶり寿司」という五目寿司を作り、材料は鯖、昆布、干し大根、人参、きくらげ、ごぼう、こんにゃくなどの具を煮込み、酢飯と混ぜ合わせる料理で、この時に具は5品以上に奇数の目を使うのがならわしだそうだ。



写真-9 もぶりずし（足摺海岸）

③ ヒアリング事例3：高知市

料理名：リュウキュウ寿司、鯖の姿寿司、こんにゃく寿司、マイゴの塩茹で

祝賀会や結婚敷き、家庭では誕生日、記念日、神祭や節句などで食べるそうだ。しきたりとして皿鉢に熱いものを入れな

い、1つの皿鉢に同じ材料がないようにする、など。



写真-10 ツワブキの押し寿司（足摺海岸）

豪快さが売りなのでへたな小細工はせず、また喜ばれないそうだ。料理の内容は相手や家族の好みによって合わせる。

#### 4.4 高知県のハレ食の特徴考察

##### 4.4.1 高知県のハレ食の地域性

ヒアリング調査を行った際に「めでたい時、祝いの時と聞かれてまず浮かんだ料理」と質問すると、どの地域も赤飯や餅、皿鉢料理があげられた。既往研究にもあるように、赤飯や餅、団子、皿鉢料理等は今でも変わらずあるハレ食であることが分かった。皿鉢料理の食材の違いに関しては、沿岸部では魚類の割合が多く、山間部では山菜の割合がいことが示された。また、山間部、沿岸部、平野部の3つの区分に分けて調べたところ、食材の違い、魚で言うと山間部では祝いの時の魚料理に塩鯖やかつおが出たり、海に近い沿岸部や平野部ではかつおやぶり、鯛などがよく出ていた。この差異は山間部では漁業がなく、夜間の他地域からきた食材売りから購入したり、自分の足で歩いて買いに走ったことが原因と考えられる。

逆に、沿岸部では米や豆が購入しなければ足りなくなる状況もヒアリングの際にでていた。

調理法の違い（煮る、蒸す、焼く）に関しては、どの地域においても大差は無く、地域ごとに特に目立った差異は見受けられなかった。

##### 4.4.2 高知県のハレ食と徳島県との比較検討

徳島県では、すだちを焼き魚や漬物、なますなどに使用する風習があった。すだちは徳島県を代表する柑橘類であり、

万葉集の昔から徳島で発見され、徳島だけで栽培されてきた柑橘類とされている。

しかし、高知県と徳島県を比較してハレ食の内容には特産品以外の大きな差は見られなかった。

## 5. まとめと今後の課題

### 5.1 まとめ

山間部、沿岸部、平野部におけるハレ食の特徴を整理すると、以下の事が示された。

- ・ 祝いの席にはその地域で獲れるものが出されることが多かった
- ・ 山間部には漁業がなく、魚料理がでない。これは、滅多に食べられないからハレ食になったという場合もある
- ・ 逆に、沿岸部では米の生産量が比較的少なかった

### 5.2 今後の課題

- ・ 高知県7地域の特徴抽出

これまでの研究で高知県7地域におけるハレ食の特徴、その地域で獲れる有名な食材、もしくは滅多に食べられないものをハレ食に使用していることから、地域ごとの食材の差異が見受けられた。今後はヒアリング調査により7地域の特徴抽出を行い、より明確な地域ごとの差異を明らかにしていきたいと考えている。

### 参考文献：

農産漁村文化協会 聞き書 高知の食事 「日本の食生活全集 高知」

早川史子(2000)：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

堀田千津子(1999)：三重県の雑煮に関する考察(1)、日本食生活学会誌 10(2), 80-86, 1999

岡野節子、堀田千津子 (1999)：滋賀県湖東地域における“毬モチ”、日本食生活学会誌 10(1), 79-83, 1999