

## 第 43 回(2010. 9.11 配信)

## 雲竹齋先生の歴史文化講座 - 「雑穀」

食べ物のことは「食料」と書くが、食料でも特に米や麦など穀物を指す場合は「食糧」という漢字を使うのが一般的である。穀物とは植物の種子を食用とする食材だが、中でも小麦、とうもろこし、米が世界三大穀物である。ほかにも粟(あわ)とか稗(ひえ)とか、穀物にはたくさんの種類があるから、これらの穀物を「雑穀」と呼んでいるが、決して「雑な穀物」の意味ではない。最近は「十五穀雑穀」あるいは「二十穀入り雑穀米」などと銘打って、何でもかんでも健康にいいと言って混ぜ込んで売っている。健康を守ってくれるのなら、なおさら雑な穀物といっては失礼だろう。中には単品ではとても不味くて食べられないものも含まれているが、「日に三度の食事は薬じゃない。気分良く食べるのが健康が一番いいのだ」などと医者や評論家は言う。そのくせ雑穀が健康にいいなどとも言っていることが矛盾しているじゃないか。「メシくらい美味しいものを黙って食べさせろ」と、文句の一つも言いたくなる。

## 神の口や尻から出た(穀物)

日本には昔から氏神様へ農作物の豊作を祈る「五穀豊穰祈願」などの行事があるが、昔の話には「五穀」なる言葉がよく出てくる。この五穀とは「いろいろな種類の穀類」あるいは「たくさんの穀物」の意味で使われた。その中で五つの重要なものを五穀と限定する場合は、地方や時代によって若干違うが、一般的には米、麦(大麦)、粟、豆、黍(きび)の五つを指す。健康食品として売り出されているもののなかに五穀とか「十穀」などの言葉を耳にするが、十穀は五穀に白ごま、黒ごま、はと麦、からす麦、蕎麦、あるいは赤米のほかに黒米(いずれも玄米の皮の色)などを加えた穀物を言い、時により場所によって種類が違ってくるので特定できない。当然「二十穀入り」などは、業者が勝手に選んで混ぜ込んでいるものだから特定できるわけがない。

『古事記』には、スサノオノミコト(建速須佐之男命)が天界を追い出されて地上界に下りたときに、穀物の神・オオゲツヒメノカミ(大宜都比売神)に会い、食べ物をねだると、オオゲツヒメは口、尻から食材を取り出して調理した。「汚い」といって怒ったスサノオはオオゲツヒメを斬り殺してしまうが、その死体の頭から蚕(かいこ)、両目から稲、両耳から粟、鼻から小豆、尻から大豆、陰部から麦が生まれたとの神話がある。ただ、『日本書紀』では、ツクヨミノミコト(月読命)が、同じような原因からウケモチノカミ(保食神/宇迦之御魂神)を斬り殺すことになっている。この時の五穀とは、粟、稗(ひえ)、麦、豆、稲で、稗のかわりに黍になったのは江戸時代からだといわれている。粟も稗も黍も、共にイネ科の植物で、非常に細かい粒である。紀元前 2 千年ころの粟で作られた麺が中国で発見されている。これは世界最古の麺とされているが、日本でも米より早く食用とされていたようである。

余談になるが、切り殺されたオオゲツヒメの死体の頭から蚕という虫が生まれたというが、この蚕とは食料ではなく衣料の原料である。蚕は成長して蛾になるのだが、その過程で糸を吐き繭を作り蛹(さなぎ)に変身する。製糸工場では蛾になる前の繭から絹糸をひくが、ひき終わった繭から出た蛹(さなぎ)は鯉の餌や釣りの餌などにしている。また佃煮としてスーパーなどで売られているところもある。実は、製糸工場では繭を煮て膠質を溶かして糸を引っ張り出すので、蛹の養分やうま味がお湯の中に流れ出してしまう。そこで本来のうま味がないから、濃い味付けをして佃煮とするわけである。本当は繭を剃刀の刃で切って、生きていた蛹を取り出して炒って食べるのが一番美味しい。雲竹齋は学生のころの専門が生物の解剖生理学だったから、研究用に飼育していた蚕の蛹をちょっと失敬して酒のつまみにしたものである。東南アジアや南米あるいはアフリカなどでは、

樹に巣食う幼虫を食べるところがあるから、古代日本人も蚕の幼虫を食べていたかもしれない。そういうと、「ええっ！」などとおおげさに顔をしかめる輩が多いが、諸君が食べている納豆やたくわんなどは、外国人からすれば、とんでもなく変な食物だと思われる。ゴボウなどは、戦時中はともに入らない野菜だったが、捕虜たちに大切なそのゴボウを提供したところ、終戦後「木の根を食べさせられる拷問を受けた」と訴えられて、時の捕虜収容所長は「東京裁判」で戦犯にされた話もある。裸足に靴をはくのが趣味のタレントが不倫は文化だと言ったが、食は文化である。

戦前までは、米の栽培が出来ない地方では、粟は稗とともに同じイネ科で重要な主食の一つだった。粟粥(あわがゆ)として食されていたが、現在でも中国においては粟粥が広く食されている。日本では、粟で作った粟餅が、わずかに山村の観光物産店などに売られているのを見かける程度になった。稗は、粟とよく似ており、しばしば混同されるが、今は小鳥の餌として売っている。また、黍は実が黄色で、そこから「黄実」が「きび」になったのではないかといわれている。岡山県の「吉備団子」は、吉備津神社の茶店で団子として売り出したのが最初のようなのだが、『桃太郎』の話に出てくる黍団子の由来は、「吉備の団子」が正しく、吉備津神社のご神体のオオキビツヒコノミコト(大吉備津彦命)が桃太郎だとの伝説からきていると言う人もいる。この桃太郎伝説は浦島太郎伝説などのように日本各地にあるが、この伝説は日本人に幼いころから親しまれているから、各地で黍団子が製造販売されている。有名どころでは、江戸時代まで東京浅草の浅草寺仲見世に売られていたが、最近復活した。北海道夕張にも黍団子が売られているが、これはテレビの影響で非常に有名になった。ほかにも福岡県や静岡県の黍団子も有名だ。

粟や稗は、荒地でも栽培できる利点はあるが、生産性が低いのであまり見かけなくなった。ちなみに、エチオピアの主食であるインジェラと呼ばれるクレープ状の食べ物は、テフという粟よりももっと小さな粒子の穀物から造られている。飽食の日本人は、最近では米でさえブランドものを選んで食するようになってきた。天変地変が起こって米ができなくなったときのことを考えて、粟や稗になじんでおく方がいい。

### 焼き芋のライバル(栗)

日本人の祖先は、栗や橡(とち)の実あるいは団栗(どんぐり)などの堅果類を食べていた。およそ 15,000 年前ごろから最後の氷河期が終わり、急激に気温が上昇して、森林も針葉樹から落葉広葉樹へと変化していき、団栗や栗などの堅い実の堅果類が増えて食料も豊富になっていった。縄文文化が発展したのは、氷河期が終わって海面が上昇して対馬暖流が日本海に流れ込み、日本列島が温暖化したため、雨が多くなり、森林面積が増えて動植物が繁殖したためだろうといわれている。団栗では猿やリスと同じだと嘆く人がいるが、団栗は栗と同じブナ科のカシヤクヌギ、あるいはナラとかシイなどの実だから、人間は栗を食べて団栗は動物の餌だと言うのはおかしい。人類の祖先は猿だったといわれている。諸君の祖先が団栗を食べていたとしても決して不思議ではない。

栗は和菓子の材料としてなくてはならないものだが、なかでも信州小布施町の名産「栗鹿の子」は絶品である。「栗鹿の子」で有名な小布施堂は、もともとは北信濃の豪商で、本業が酒造業であることはあまり知られていないが、葛飾北斎のパトロンで、北斎を小布施に招いた高井鴻山も小布施堂市村家第 12 代当主だったことはよく知られている。知らない人は小布施に行って、岩松院の天井に描かれている「大鳳凰図」を見てくるがいい。葛飾北斎の晩年の大作だが、その迫力に圧倒されるにちがいない。ついで長野市の善光寺に参詣して、大本願第 121 世法主鷹司誓玉上人(歴代公家出身の尼僧)から、ちっとは利口になるように「お数珠をちょうだい」した方がいいだろう。本物の数珠を貰うと思っている罰あたりがいるだろうが、「お数珠をちょうだいする」とは、お上人様が本堂にお経をあげるための道中に、持っている数珠で頭を撫でてもらうことだ。

それはさておき、栗には、実を干して殻と渋皮を剥いた「搗ち栗」があるが、読みが同じことから縁起かつぎで、武士が出陣のときに「勝ち栗」といって食べたことから「勝栗」とも書く。ちなみに、焼き芋にとっては栗がライバルで、「栗(九里)より(四里)うまい十三里半」の宣伝文句がある。9 里

と4里を合わせた13里よりうまいから「十三里半」なのだ。ことわざにも算数が必要なのはいかにも日本的だ。たんに、「栗より美味しい13里半」だから、「芋を食べれば13里半走れる」と解釈する人がいる。バカは休み休み言ってほしい。某社のキャラメルに謳われている「一粒300メートル」じゃあるまいし、焼き芋一本で13里半(1里はおよそ4kmだから54km)走れるわけがない。

また、古代の日本では、橡の実(アケボノミ)は重要な食べ物の一つだった。橡の実(アケボノミ)はアクが強すぎてそのままでは食べられない。この橡の実(アケボノミ)のアクを抜き、食べられるようにするには半月以上の日数が必要だから、食料としての需要が少なくなり、自然消滅して行ったのだろう。日本の歴史区分では、土器が出現してから縄文時代と呼び、そのころの土器を縄文式土器と言うが、この縄文式土器は、橡の実などの灰汁抜きのために造りだされたのではないかと、いう土器起源説がある。ちなみに、日本に最初に現れた土器はおよそ1万数千年前で、世界最古だと言われている。余談だが、山間の観光地では、最近になって「とち餅」を売る所が多くなった。テレビなどでタレントなどが訪れて大げさに「美味しい！」と叫ぶが、珍しいだけで飽食の彼らには美味しいものではないはずだ。「美味しい」ではなく「珍しい」と表現すべきである。