

# 日本におけるごぼうを食材とした料理の 地域的分布と食文化\*

富岡典子

(桜井女子短期大学)

原稿受付平成12年10月6日；原稿受理平成13年3月14日

## The Regional Distribution and Food Culture of the Edible Burdock Dishes in Japan

Noriko TOMIOKA

*Sakurai Women's Junior College, Sakurai 633-0091*

The following are the results of a study of the introduction and the spread of edible burdock into Japan as a food material for Japanese cooking.

The edible burdock was first used for medicinal purpose, but in the Heian Period, "nisime-gobou" and "tataki-gobou" appeared. In modern times, "nisime-gobou" becomes popular as a nationwide dish prepared for New Year's, whereas "kinpira-gobou" is popular in the northern part of Kantou, and "tataki-gobou" in the Kinki area. These dishes are thought to have originated from "nanukadaki-gobou," "kara-gonbo" and "denbugobou" which had been handed down throughout Japan. The edible burdock was used in folk remedies and was highly evaluated for nutritious and medicinal food.

From the facts combined with previous research, it is inferred that the edible burdock which formed an indispensable part of New Year's festivals in ancient times becomes an important food of the Japanese New Year's as one of "osechi ryouri (special dishes with symbolic meanings of longevity and good fortune)."

Also, the eating of the edible burdock in Japan was influenced by the eating of the foreign edible burdock which was similar to Japanese wild thistles generally eaten at that time.

(Received October 6, 2000; Accepted in revised form March 14, 2001)

**Keywords:** offering dishes 神饌, *osechi ryori* (New Year's day dishes) お節料理, *kinpira-gobou* きんぴらごぼう, *tataki-gobou* たたきごぼう, food culture 食文化, *Cirsium Adans* アザミ属.

### 1. はじめに

日本料理の発達の過程を神饌の調理法から明確にしたいと考え、これまで奈良県桜井市域の祭事を中心に調査研究を進めてきた。春は五穀豊穡を祈願し、秋に収穫を感謝するムラの祭りは農耕行事そのものである。祭りの中枢を成す神事は神饌の献供であり、その神饌品目が祭りの名称となっているものも少なくない。

すでに報告<sup>1)</sup>した奈良県桜井市域の「牛蒡喰行事」をはじめ、福井県今立町国中の「ごぼう講」、三重県美杉村の「牛蒡祭」は正月祭事として齋行されるが、

祭りの名称であるごぼうが供物の中核を成し、大量に消費される。ごぼうが古い時代において、きわめて重要な食料であったことを窺い知る事例であり、それは日本人固有の食文化と考えることが出来る。

そこで、ごぼうが供物の中核を成したという事例に基づき、本報では、ごぼうが日本において定着し、料理の食材として発達・普及していく過程について明らかにしたいと考える。

### 2. 研究方法

ごぼうを食材にした利用法の収集とその地域的分布については『日本の食生活全集全50巻』<sup>2)</sup>および『日本民俗地図』<sup>3)</sup>を主な資料にした。さらに、日本にお

\* 神饌を通してみる伝承料理の成立と展開 (第2報) (Formation and Development of the Traditional Food on the Offering Dishes (Part 2)) とする。

表1. ごぼう利用の沿革

文 献	用途	利 用 法
『新撰字鏡』(898~901年)	薬用	悪實 支太支須乃彌
『本草和名』(918年)	薬用	悪實 一名牛蒡 一名鼠粘草 和名岐多伊須 一名宇末布々岐
『倭名類聚抄』(931~938年)	野菜	牛蒡 本草云, 悪實一名牛蒡
『類聚雜要抄』(1150年)	料理	一字治平等院御幸御膳 元永元年九月廿四日 大殿(藤原忠實)被下御日記定 三寸五分様器 干物五坏 海松, 青苔, 牛房, 川骨, 蓮根
『執政所抄』(1246年)	料理	(正月)十五日 粥御節供事 御菜二前 一折敷 海松, 青苔, 牛房, 河骨
『祇園執行日記』(1352年)	料理	(正月小)六日, 堀川神人役七種菜, 沙汰人行心法師持参, ナツナ, ク、タチ, 牛房, ヒシキ, 芹, 大根, アラメ, 各方五寸折敷, 次ニ各入也。
『庭訓往来』(南北朝)	料理	煮染牛房
『北野社家日記』(1491年)	料理	(正月十日) タタキ牛房
『松屋会記』(1533年)	料理	ハウソウ サトイモ コホウ シセン モチ アケフ コハウ カサネコフ アケテ, タ、キコホウ ワラヒ 汁 イリトウフ イモ コホウ 汁 大コン 山ノ芋 タウフ 牛房 汁 タウフ イモ フキ コハウ 色々アツメ 重引 牛房 タ、キタルモ, マルモアリ シヤウユカケテ 引物 マナカツヲヤキテ クワシクリ ゴハウ 餅 アツキノ粉ノ クワシクリ コハウ クワシ クリノタンコ コハウ
『年中恒例記』(1544年)	贈答品	正月十日 扣牛房一折 若王子進上之
『梵舜日記』(1596年)	贈答品	文禄五年正月朔日, 當院之被官各来, …大工平次郎瓶ニツ, 并錫双牛房二把中 略, 持参也
『鹿苑日録』(1603年)	料理	慶長八年二月十六日, …會席, トロ、, 煎昆布, アライデ, 鹽山升, 引テ牛房, フツ煎
『宜禁本草』(江戸初期)	薬用	牛蒡根 辛甘平無毒 蒸脯食
『官中秘策』(1775年)	献上物	年中諸大名献上物之事 十月 寒中献上此月ニ入ル 一 牛蒡 干鱈 寒中 大久保伊豆守 一 牛蒡 寒中 阿部豊後守 一 牛房 本城山城守 一 牛房 水野日向守 一 胡桃 牛房 寒中 土井大炊頭 一 牛房 鳥井伊賀守

けるごぼう料理の発達を考える上で参考になる事例については『各縣市町村史』を資料にして聞き取りおよび現地調査を実施した。

### 3. 結果および考察

#### (1) ごぼう利用の沿革

ごぼう利用の沿革を表1に記す。

ごぼうの記録の初見は、『新撰字鏡』<sup>4)</sup>の木の部に悪実, 支太支須乃弥と記載され, 『本草和名』<sup>5)</sup>には草の部に悪実, 一名牛蒡, 一名鼠粘草, 和名を岐多伊須,

## 日本におけるごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

宇末布々岐と記載されている。ごぼうは最初、「薬用」として利用されるが、『倭名類聚抄』<sup>6)</sup>に初めて「野菜」として記載されている。

しかし、現在の考古学資料によると、縄文遺跡のなかでも福井県三原郡三方町の鳥浜貝塚からは栽培植物としてごぼうが確認され、栽培の開始が縄文時代にまでさかのぼることが判明できる<sup>7)</sup>と考えられる。

料理としての初見は、『類聚雑要抄』<sup>8)</sup>に記述の藤原忠實の御膳に干物五坏として「牛房」があり、次いで『執政所抄』<sup>9)</sup>には正月粥節供事に「牛房」が供応されている。これら「牛房」は海松、青苔、河骨（川骨）、蓮根とともに干物すなわち削物として御膳に供応されたと考えられる。『祇園執行日記』<sup>10)</sup>には正月の七種菜として、「ナツナ、ク、タチ、牛房、ヒシキ、芹、大根、アラメ」が記録されている。南北朝時代の『庭訓往来』<sup>11)</sup>には「煮染牛房」の記述があり、加熱調理法の記述としては初見であると考えられる。室町時代の『北野社家日記』<sup>12)</sup>には正月十日に「タタキ牛房」が、その後の『松屋会記』<sup>13)</sup>になると、ごぼうは雑煮、汁、あえもの、煮物、香の物、茶菓子などに用いられ、その歯応えと香りを賞味する調理法が種々出現するようになる。

また、ごぼうを贈答品として献上する習俗が『年中恒例記』および『梵舜日記』、『官中秘策』<sup>14)</sup>から窺え、冬期すなわち正月には贈答品、献上物として多く利用されたようである。

なお、日本にはヤマゴボウ科ヤマゴボウ属3種が自生および帰化しているが、そのなかで生薬名を「商陸」<sup>15)16)</sup>といい、根を薬用にする植物がある。『延喜式』にはごぼうの所見はないが、『延喜式37典薬寮』<sup>17)</sup>には「商陸（イラスキ）」が「中宮臘月（陰暦12月）御薬」および「雑給料」「諸司年料雑薬」「遣諸蕃使」「諸国進年料雑薬」として用いる記述があり、平安時代においては商陸が薬用として多く利用された事実が窺える。また、江戸時代前期の農書である『百姓伝記』<sup>18)</sup>にも「山ごぼうを作る事」として商陸の栽培法などを記していることから、この時代にも需要があったと推定される。

## (2) 「ごぼう」と称して食材に利用される植物

日本の野菜を代表するごぼうは、もとは日本の野生植物ではなく、中央アジア原産のキク科の二年生草本である。ごぼう属の植物はヨーロッパからアジアにかけて6種の存在が認められているが、葉柄や根部を食用にするのは *Arctium Lappa* LINN. (英名 edible bur-

dock) 一種に限られる。ごぼうという和名が漢字の牛蒡（牛房）の呉音からきているので中国で栽培品となったものが日本へ渡来した<sup>19)</sup>と考えられ、前述したようにすでに平安時代には食材に利用されている。江戸時代には各地に固有の形質をもった栽培品種が見られ、「武州（武蔵）の岩附（岩槻）ごぼう、下野の因幡（稲葉）ごぼう、上野の上州ごぼう、下総の大浦ごぼう、八幡の八幡ごぼう、豊後の伊予ごぼう」<sup>20)</sup>などが名産地として記録されている。

現代においては、関東を中心にして全国的に栽培されている土中に長く生える滝野川系、千葉大浦の原産で中が空洞の大浦系など、そのほか各地に名産地があり、土着種もあるが、日本における品種の基本は滝野川系である<sup>19)</sup>。

なお、福井県に分布する越前白茎系および沖縄県の島ごぼう<sup>21)22)</sup>はごぼうの変種であり、各地に地域固有の利用法がみられる。

越前白茎系は葉ごぼう（アザミ葉ごぼう）と呼ばれ、福井県に分布する。現在、アザミ葉の系統は福井県下でも栽培はなく、葉ごぼうの品種は白茎で丸葉が用いられ、福井県坂井郡春江町の葉ごぼうの種子が栽培用として関西や四国へ販売されている。関西地方を中心に早春の旬の食材料として利用されている葉ごぼうは、主として生育前期の若い葉柄と根を収穫し、香気を賞味する野菜である。関西の主な生産地である大阪府八尾市南高安地域は葉ごぼうを若ごぼう、ヤー（矢）ゴンボと呼ぶ。この地域の葉ごぼうは、江戸時代に大阪の上町台地で栽培されていたものが、大正の頃、八尾地域にも栽培が広がり、戦後は都市化の進展とともに南高安地域が中心となって栽培されるようになった<sup>23)</sup>（2000年3月—大阪府八尾市本町八尾市役所市民部産業総務課農業振興係 磯山博司氏より聞き取り）。

島ごぼうは奄美大島と沖縄に分布し、春から夏の終りころまで出回り、形は細くて丈も短めであるが、香りがよい。島ごぼうの品種は滝野川系に属するが、長い間に在来種に淘汰されて成分、におい、食感、色ともに本土のものと異なる。300年前には島ごぼうの味噌漬が王朝の献上物であったと伝えられ、現在でも正月、盆、祝いごと、結婚式などのハレの日には必ず島ごぼうと昆布の料理をつくる。現在、島ごぼうを栽培しているのは南風原町の2~3軒である（1999年6月—沖縄県 金城清郎氏（昭和9年生れ）より聞き取り）。

そのほか、ごぼうと根部の性状が類似することから、山ごぼうと称して煮もの、味噌漬に用いるオヤマボク

チ(キク科ヤマボクチ属)や同種に山ごぼうと称し、根は粕漬、味噌漬として地域の郷土名産になっているもの(キク科アザミ属)もある<sup>24)</sup>。モリアザミは日本原産の野生植物として古来より自生し、その根は太く垂直に伸びて径2 cmにも達する。栽培地は鉄分の多い火山灰がよい。適地にはやせて、繊維の細くやわらかい良質の品が出来るが、3~5年で土の鉄分を吸収してしまい、鉄分が不足してくると黒い斑点が出来、品質が劣る。現在、市場に出回る山ごぼうの漬物の60~80%は中国からの輸入品である(1998年11月—長野県飯田市上郷黒田 丸昌稲垣(株)樋口氏より聞き取り)。

また、浜ごぼう(アザミ属)<sup>25)</sup>と呼ばれ、本州・四国・九州の海岸の砂地に自生するものもある。高知県室戸岬の海岸一帯に自生する浜ごぼうを、土地のひとは若葉をアザミ、根茎をごぼうと称して、若葉はあえもの、てんぷら、鍋ものに、根茎は叩いたり、けずったりしてきんぴら、煮もの、鍋ものなどに料理し、年間を通して日常よく利用する。根茎はごぼうの食感そのものであり、わずかにごぼうの香りがする(1999年3月—高知県室戸岬町椎名 田中稔泰氏(大正11年生れ)および田中英子氏(大正15年生れ)より聞き取り)。

このように、ごぼうは食用野菜として日本において独特の発達をしたものであるが、その調理法として、根茎は煮しめ、きんぴら、揚げもの、汁の実などがあり、若葉はてんぷら、あえもの、煮ものなど、いずれも特有の香気、歯ざわりなどが好まれ、歳事、行事食に利用されるほか、日常食としても広く利用されている。また、ゴボウ属の変種やヤマボクチ属、アザミ属なども、日本特有の食用野菜として日常よく利用されているが、それらの概要は表2に示した。

### (3) ごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

日本の伝統的な年中行事である正月の節日には数の子、黒豆、田作りとともに欠かせない食べ物としてたたきごぼうがあげられ、宮中の正月節会には味噌入りの白あんに棒状のごぼうをはさんだひし花びら餅が盛られる。現代においてごぼうは食物繊維を多く含む食品として、その食品価値が評価され、煮物、きんぴら、かき揚げ、すき焼き、サラダなど種々の料理に利用され、伝統的にハレの日にも日常にも多く使われる野菜である。

世界的にみてごぼうを野菜として食用にするのは日本のみといわれるが、韓国にもごぼうの料理があり、

キムチなどとともに小皿の一品として供される(1996年10月—韓国釜山市 筆者調査)。

しかし、ごぼうを野菜として種々に料理して食べるのは日本のみであろう。ここでは各地域に伝承されているごぼうを食材にした料理について検討してみる。

#### 1) ごぼうを食材とした料理の地域的分布

日本の各地域において、正月、盆、祭り、行事、儀礼(慶事・仏事)に伝承されているごぼうを食材にした料理を調理法別に分類し、表3に示した。

その結果、ごぼうの料理は煮もの、けんちん汁、たたきごぼう、きんぴらごぼうの順に多く伝承され、これらは正月料理として供されるものが多かった。このほか、各地の正月の伝統食である高盛り飯(岐阜)、きゃの汁(秋田)、けの汁(北海道、青森)、七種がゆ(岩手)、雑煮(北海道、秋田、岩手、宮城、山形、山梨、宮崎、長崎)にもごぼうが用いられていた。また、ごぼうが田作りや大豆と組み合わせられた煮もの(岩手)が正月や行事に伝承されていて、この組み合わせはお節料理の三ッ肴である田作り、黒豆、たたきごぼうと類似のものである。正月にごぼうの煮もの・煮しめを供するのは全国的であるが、ごぼうのはりはり(奈良、鳥取)やたたきごぼう(大阪、奈良、滋賀、京都)を供するのは近畿地方であり、また、ごぼう炒り(宮城、福島)やきんぴらごぼう(福島、栃木、群馬、東京、長野)を供するのは関東以北である。

儀礼食としてのごぼうの料理にもあえものおよび炒りものが多く供され、儀礼においてもきんぴらごぼうが関東以北(青森、千葉、埼玉、東京、神奈川、静岡)に、たたきごぼうやごぼうのおひたしが近畿地方(滋賀)に伝承されている。とくに滋賀県においては慶事、仏事のハレ食としてたたきごぼう、きんぴらごぼうが供されることが多い。

この結果を図1に示してみると、ハレ食として供される「きんぴらごぼう」と「たたきごぼう」は東と西を代表するごぼうの料理といえるであろう。

前述のごぼう利用の沿革からみれば、ごぼうの料理の初見は『類聚雑要抄』<sup>8)</sup>には「宇治平等院御幸御膳」に記述され、次いで、『祇園執行日記』<sup>10)</sup>には正月の七種菜として、『北野社家日記』<sup>12)</sup>には「タタキ牛房」の記述があることから、ごぼうの料理は近畿地方から発達したと考えられる。

さらに、前報<sup>1)</sup>において、奈良県を中心にムラの正月祭事にごぼうが神饌の中核として供えられたことを考え合わせてみると、古代よりごぼうが神饌として供

## 日本におけるごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

表2. 日本で「ごぼう」と称して食材に利用される植物の種類

一般名称	分類	学名	性状	生育地 利用法
ごぼう	キク科	<i>Arctium Lappa</i> L.	二年草	ヨーロッパからアジア温帯原産 根は種々の料理に利用し、若葉は餅にまぜる。 種子は滋養・薬用として利用
葉ごぼう (アザミ葉ごぼう)	キク科	<i>Arctium Lappa</i> L.	二年草	福井県に分布する越前白茎系 主として生育前期の若い茎を利用する葉ごぼう。 早春に収穫し香気を賞味する
島ごぼう	キク科	<i>Arctium Lappa</i> L.	二年草	奄美大島と沖縄に分布 根は昆布とともに煮る。正月・結婚式などの行事食に欠かせない食材
山ごぼう (オヤマボクチ)	キク科	<i>Synurus pungens</i> KITAM.	多年草	北海道西南部・本州近畿以東・四国・中国の中南部の日のあたる山や丘陵 若葉を餅にまぜる。根は煮ものや味噌漬
やまごぼう (ゴボウアザミ) (モリアザミ) (ヤブアザミ) (菊ごぼう)	キク科	<i>Cirsium dipsacolepis</i> MATSUM.	多年草	日本本州原産。本州・四国・九州に分布。乾いた草原にはえる 根は太く垂直に伸び、径2 cmに達し、食用とする。栽培し、粕漬や味噌漬とする。岐阜県の菊ごぼう漬、島根県の三瓶ごぼう、山ごぼうの漬物など各地の山菜の郷土名産
浜ごぼう (浜アザミ)	キク科	<i>Cirsium maritimum</i> MAKINO	多年草	本州(伊豆七島・伊豆半島以西)・四国・九州(鹿児島県志布志湾枇榔島・宮崎県油津から北)に分布。海岸の砂地にはえる 若芽(葉)はあえもの、てんぷら、根は煮もの、きんぴら、味噌汁

えられたことが近畿地方を中心にごぼう料理の発達を促したと考えられないであろうか。そして、正月祭事に不可欠の供物として供えられたごぼうは、正月の食べ物であるお節に欠かすことのできない料理として「ごぼうの煮もの・煮しめ」および「たたきごぼう」「きんぴらごぼう」に発展したと推論することができる。

一方、ごぼうは日本各地において日常食としても種々の料理に利用されている。主に汁ものやなべもの食材として、けんちん汁やすき焼きに多く使われ、ごぼうの香り、風味を賞味し、だし汁としても利用する。とくに岩手県では日常食の各種汁もの(いわし、うさぎ、がにの芋の子、さかのあら、なまずなどの汁)にごぼうは不可欠の食材である。また、保存食としてのごぼうは味噌漬けなどの漬けものにすることが多い。

また、ごぼうは葉も利用され、東北地方においては濃緑色のごぼうの葉を搗き入れた餅を「ごぼう葉もち」と称する。これと同じ利用であるが、滋賀県においては山ごぼう(オヤマボクチ)の葉を乾燥させ、餅に搗き込んだ「ヤマゴボウ団子」やこれを輪形ののし餅にして乾かした「団子の花びら」が伝承されている。(2000年8月—滋賀県マキノ町 池田武治氏(昭和13年生れ)よりの聞き取りによると「団子の花びら」は囲炉裏があった時代の保存食である)。

## 2) ごぼうを食材とした伝承料理

日本の各地域において発達しているごぼう料理の中でも、とくに正月のお節料理として伝承されているものに「ごぼうの煮しめ」および「たたきごぼう」、「きんぴらごぼう」があるが、以下は、その伝統的な調理法が伝承されている事例である。

表3. 日本各地に伝承されているごぼぼうの料理 (ハレ食)

調理法	正月	盆	祭り・行事	儀礼	
				慶事	仏事
ごはんもの	ごんもくま (山形)		ごんぼの味ごはん (岐阜)		
	炊きこみ飯 (山梨)				
かゆ	高盛り飯 (岐阜)				
	うずめ飯 (島根)				
すし	きやの汁 (秋田)		七草がゆ (青森)		
	七草がゆ (岩手)				
めん類	なれずし (山形)		混ぜごはん (三重)		
	こぶ巻きずし (三重)		五目ずし (滋賀)		
もち	まけ (巻き) ずし (広島)				
	角ずし (山口)				
汁もの	てんぶら (埼玉)	ひもか (岩手)			
	雑煮 (北海道, 宮城, 山形, 山梨, 福井, 宮崎, 長崎)		雑煮もち (秋田)		
なべもの	くるみ雑煮 (岩手)				
	けんちゃん (山梨)				
汁もの	つぼ汁 (北海道)	けんちん汁 (群馬)	けえの汁 (岩手)	ぼっかけ汁 (福井)	
	けの汁 (北海道, 青森)	五色汁 (岐阜)	豆ふ汁 (岩手)		
なべもの	のっぺ汁 (茨城, 熊本)		しゃべこと汁 (岩手)		
	豆ふ汁 (岩手)		けんちん汁 (茨城2, 群馬2, 神奈川3, 埼玉, 富山, 山梨, 岡山2, 広島, 島根)		
なべもの	塩びきのあら汁 (福島)		いもきり (大分)		
	豆腐入りうさぎ汁 (秋田)		おけんちゃん (山梨)		
なべもの	みみ (山梨)		おけんちゃん (神奈川)		
	ぼっかけ汁 (福井)		どじょう汁 (栃木, 鳥取2, 香川, 佐賀)		
なべもの	けんちん汁・けんちん, けんち (群馬, 神奈川, 滋賀2, 山梨)		すき焼き (滋賀)		
	運のそば (大分)		ひきずり (愛知)		
なべもの	芥菜 (神奈川)				
	鴨のひきずり (愛知)				

日本におけるごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

表 3. (つづき)

調理法	正 月			盆		祭り・行事		儀 礼	
	正月	正月	正月	正月	正月	正月	正月	正月	正月
煮もの 炊きもの	煮もの・煮しめ (28道府県・34)	煮しめ (岩手2)	煮しめ (青森, 岩手, 秋田, 千葉, 岐阜, 三重2, 福井)	田作りごぼう (山形)	煮もの (千葉, 滋賀)	厄除け	煮もの (大阪)	煮もの (千葉, 滋賀)	煮もの (大阪)
	ごぼうのたんころ (石川)		田作りとごぼうの煮物 (岩手)				煮もの (山形)	煮もの (山形)	煮もの (山形)
	ごぼう煮 (岩手)		煮もん (新潟)						
	にざえ (秋田)		七日焚きごぼう (石川)						
	田作りとごぼうの煮物 (岩手)		こおりもん (鹿児島)						
	こくしょう (愛媛)		申つなぎ煮しめ (福岡)						
	いもかん (栃木)								
	煮豆 (愛知, 兵庫, 和歌山, 香川, 徳島, 山口)								
	ふなの尾頭の付け合わせ (石川)								
	ぼうだらの付け合わせ (石川)								
	切いこん (鹿児島)								
	がめ煮 (大分, 福岡)								
あえもの	たたきごぼう (大阪, 奈良, 滋賀)		からごぼ (福井)	たたきごぼう (滋賀)	たたきごぼう (高知)				
酢のもの	2, 京都)		ごぼうのおひたし (滋賀)	ごぼうのおひたし (滋賀2)	ごぼうのおひたし (滋賀3)				
	子あえ (新潟)			酢ごぼう (山形, 高知)	ごぼうのおひたし (滋賀2)				
	ごぼうのはりはり (奈良, 鳥取)			ごぼうのはりうち (福井)	ごぼうの白あえ (福井)				
	酢ごぼう (兵庫, 奈良2)								
炒りもの	ごぼう炒り (宮城, 福島)		さんびらごぼう (栃木, 千葉, 高根)	さんびらごぼう (千葉3, 東京)	さんびらごぼう (青森, 埼玉, 神奈川, 静岡, 滋賀, 岡山, 広島, 熊本)				
炒めもの	きらず炒り (青森)		4, 岐阜, 福井, 高根)						
	さんびらごぼう (福島2, 東京, 栃木, 群馬, 千葉, 長野, 福井)		いりごんぼ (福井)						
	ごんぼのでんぶ (青森, 秋田)		からごんぼ (福井)						
揚げもの									
揚げもの									
蒸しもの	蒸しごぼう (大阪南河内)		かき揚げ (岐阜)						
焼きもの			おかやつめ (山形)						
巻きもの	ふなのこぶ巻き (東京, 千葉)								
包みもの	め巻き (奈良)								

( ) は料理が伝承されている県, 数字はその県において伝承されている料理の数.

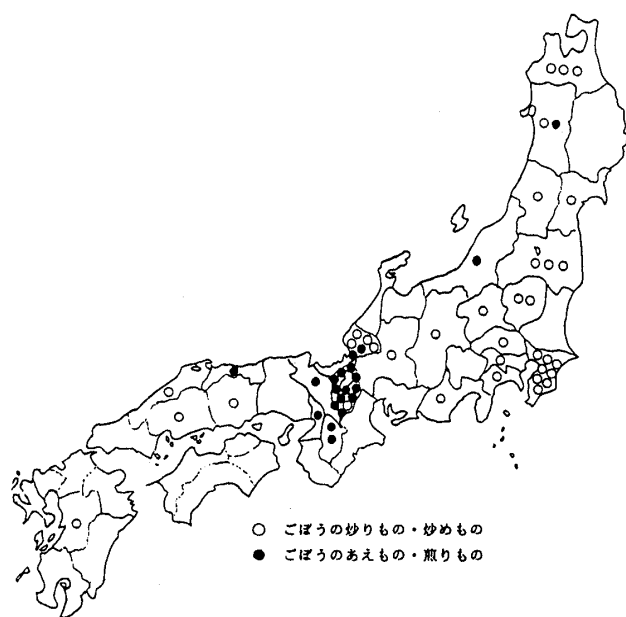


図1. ごぼうの「炒めもの」および「あえもの」の伝承地域（ハレ食）

### ① 「七日焚きごぼう」

ハレ食として伝承されているごぼう料理の筆頭は全国的に煮もの・煮しめであるが、なかでも石川県七尾市沢野の「七日焚きごぼう」は煮しめ料理の原型ともいえる調理法である。毎年12月28日の「報恩講」（真宗の宗祖親鸞上人の忌日に仏恩報謝のための仏事を齋行する。本願寺3代覚如が1294年報恩講式と名づけてから全国的に広まった行事<sup>26)</sup>）に供されるごぼうは崎山半島の丘陵部一帯で穫れる太さ4~5cmの香りのよいごぼうであり、「沢野牛蒡」と呼ばれる。その起源について、『七尾市史』<sup>27)</sup>には「往昔沢野小字上沢婆谷神社の神主京都より牛蒡の種子を取寄せ之を村民に培養せしめたるを以てはじめとし品質甚だ良しと云ふ。旧藩時代は毎年藩主へ貢献すべき恒例なり、加賀藩又徳川將軍家へ献上の恒例となり居れり。其の外村より大谷派法主へ献ずる例なりしが明治維新に至り廃絶せりといふ。現今も盛に培養し七尾町へ鬻ぐもの多し」と記録されている。聞き取りによると上記の伝承に加えて、このごぼうの種子は京都より3粒取寄せたものを栽培したのが始まりと伝わる。現代まで伝承されている「七日焚きごぼう」の調理法は次のようである。ごぼうは洗った後、あく抜きをしないで、味噌の汁（水に味噌を溶いたものを調理の前に作って置く）を少量ずつ加えながら煮込む。汁が煮詰まってくると、さらに味噌の汁を少量ずつ加え、煮汁のあくを取りながら約7日間煮込むのである。この間、加熱と

冷却（鍋を火から下ろし、室温にて冷ます）を繰り返しながら、ごぼうに味噌の味が染み込み、醤油のようにあめ色になった状態を仕上がりとする。醤油がぜいたく品であり、まだ、一般に普及されていない時代の調理法であると伝わる。「報恩講」の起源が1294年の鎌倉時代であれば、南北朝時代の『庭訓往来』<sup>11)</sup>に記述の「煮染牛房」は、この「七日焚きごぼう」と同じ調理法であることが考えられる。

昭和40年頃から、殿および沢野地区にはふる里創生の行事として、10月末~11月に「ごぼう祭り」が開催され、祭りの料理として「七日焚きごぼう」が継承されている（2000年2月一石川県七尾市沢野および殿、酒井恵照氏（真証寺住職 昭和6年生れ）、長坂ミヨコ氏（大正12年生れ）、藁川正義氏（大正12年生れ）より聞き取り）。

### ② 「からごんぼ」

福井県今立郡今立町国中と勝山市北谷町河合および杉山には「からごんぼ」と呼ばれる料理（現在、杉山では一般的には「たたきごぼう」という）がそれぞれに伝承されている。

まず、今立町国中に伝わる調理法は、あく抜きしたせん切りのごぼうを油で炒め、醤油、砂糖で味つけし焼いたなんば（唐辛子）を細かく切ってふりかけたもので、きんぴらごぼうと同じ調理法であり、正月や祭りには欠かせない料理である。一方、勝山市北谷町河合および杉山に伝わる調理法は、拍子木に切ったごぼうをあく抜きし、薄塩でゆでた後、かるくすりこぎでたたき、それに味噌と煎ってすり鉢でよくすったえい（えごま）でごぼうをあえ、上からなんばの粉をふりかける。ごぼうを味噌であえたこの料理は「報恩講」に供される。このように「からごんぼ」は地域により油で炒めるものと味噌であえるものがあり、これらは調理法が異なるが、共通することは唐辛子をたくさん使うことから「からごんぼ」の名称になったと伝わる。

この「からごんぼ」の調理法について、すでに報告した今立町国中の「ごぼう講」（1705年起源、毎年2月17日齋行）の神饌「丸揚げごぼう」と「味噌あえごぼう」の調理法<sup>1)</sup>を比較検討すると、今立町国中の「からごんぼ」には「丸揚げごぼう」が、勝山市河合の「からごんぼ」には「味噌あえごぼう」の調理法が伝承されていることが明確であり、神饌の調理法がハレの日の料理に発達して、この地方の正月や祭り、報恩講の料理として供されていることが明らかとなった



## 日本におけるごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

(1999年2月—今立町国中 白崎三兵衛氏(昭和22年生れ), 2000年3月—勝山市北谷町河合 竹原佳太郎氏(大正5年生れ), 8月—北山町杉山 織田清三氏(昭和22年生れ)より聞き取り)。

## ③ 「タタキ牛蒡」

奈良県宇陀郡室生村竜穴神社の「頭屋日記」(1940年記録, 1772年10月10日の「頭屋記録」が現存する)には, 10月14日の祭りの神饌として「タタキ牛蒡二把(一把二十個ククリ)」が献供されている。その記録によるとタタキ牛蒡の調理法は「三寸位ニ切り, ウデテ竹ニハサミ, 味噌ヲヌリツケテ焼クモノ」である。現代において, 竜穴神社の祭りには, タタキ牛蒡の神饌は献供されず伝承も消滅しているが, この「タタキ牛蒡」と類似の神饌が伝承されているのは三重県美杉村の「牛蒡祭」(毎年2月11日齋行)の神饌「味噌ごんぼ(山椒味噌と唐辛子味噌)」<sup>1)</sup>である。この味噌を塗り付けた「タタキ牛蒡」の調理法は, 現代の料理ではたたきごぼうというより, 「田楽」の調理法であるといえる。「田楽」の発達については次回に報告したい(2000年3月—奈良県宇陀郡室生村 奥本 一氏(昭和4年生れ)より聞き取り)。

## ④ 「でんぶごぼう」

東北地方の青森県と秋田県の正月には「ごぼうのでんぶ」または「でんぶごぼう」と称するごぼう料理が伝承されている。

秋田県雄物川および玉川の流域にある横手<sup>なかせん</sup>盆地は砂質土壤のごぼうの特産地である。この地域の中仙町には正月三品の料理として欠かせないものに「にざえ大根, でんぶごぼう, 大根なます」がある。この「でんぶごぼう」の調理法はごぼうの皮をむいて一寸五分くらいの長さの拍子木切りにし, 米のとぎ汁につけておいたものを油で炒めてから(家によっては油で炒めない), 水と煮干し, 出し昆布を入れて蒸すように15分ほど煮込む。仕上げに醤油(たまり)と砂糖を加えて味をつけ, 汁気がなくなるまで煎り, 赤なんばんを加える。この「でんぶごぼう」は小正月および祝い膳, 念仏講の料理にも供され, 農繁期の保存食としてもつくられる。また, 田沢湖町にも正月膳(年取りの膳)には「でんぶごぼう」が欠かせない料理であり, 秋田市内においても「でんぶごぼう」は正月料理として伝承されている。

料理の名称である「でんぶ」の由来については「主に川魚をゆでて細かく裂き, 油で味付けして煎りあげたものをでんぶというが, 魚の代わりにごぼうを裂い

たものが「でんぶごぼう」になった」との謂われがある。また, 「でんぶは「田夫」と記述し, イワシの焼き干しすなわち田作りのことである。イワシが大漁の時代には田畑の肥料にもなり, 土をつくるものであった。土は食物をつくるもとであり, 生命のもとである。ごぼうは縁起物であり, 土中に根が入っていることは太く長い柱を意味し, 家が繁栄することの象徴である。すなわち, 「ごぼうの田夫」とはごぼうに焼き干しがたくさん入った正月料理のこと, 焼き干しは高級品であるが, 形がくずれてそのままでは使えない焼き干しをごぼうと一緒に煎り煮したものがこの料理になった」と伝わる。(2000年8月—秋田県仙北郡中仙町 藤田秀司氏(大正6年生れ), 秋田市川元むつみ町 黒沢京子氏(昭和7年生れ), 青森県弘前市茂森新町 高橋みちよ氏(大正6年生れ)より聞き取り)。

## (4) ごぼうと民間療法

前報<sup>1)</sup>において, 正月祭事に供物の中核としてごぼうが供えられたのは, その食品としての価値が高いことによるものであろうと推論した。それでは実際に民間においては, ごぼうはどのように評価されてきたのであろうか。その伝承について表4にまとめてみた。

まずは, 妊婦・産婦の栄養食にごぼうの根茎・種・葉のすべてが利用されているが, その多くは産婦の栄養をとるための食物である。とくに産後, ごぼうやごぼうの種を食べると「乳腺が開いて母乳の出がよくなる」と伝わる(1998年5月—奈良県桜井市栗原 福岡ユキエ氏(明治44年生れ), 宇陀郡大宇陀町 上田松英氏(大正11年生れ)より聞き取り)。

次にあげられるのは, ごぼうの一般的な効用であり, 「身を軽くする」, 「便秘・整腸」など身体の調子を整えると伝わる(1998年10月—奈良県桜井市修理枝山本 巖氏(昭和12年生れ)より聞き取り)。

さらに, 薬用として全国的には「腫れ物, 利尿, 腎臓病, 急性腎炎, 盲腸炎, 風邪, 冷え性, はしか, やけど, トラコーマ, 寄生虫の駆除」などさまざまな民間療法にごぼうの根茎・種・葉のすべてが利用されている。

また, 野生種をやまごぼうも「腎臓病, 心臓病, 便秘, 脚気, 破傷風, 盲腸炎, 中風」などごぼうと同じ薬効のものとして民間に利用されている。腎臓病の治療例に「小学生の頃, やまごぼうの葉をゆでて, ゴマみそあえで食べたり, みそのオツ(みそ汁)の中に入れて食べた(1999年6月—岡山県笠岡市吉田 鶴藤鹿忠氏(昭和4年生れ)より聞き取り)」事例もある。

表4. ごぼう・やまごぼうの民間療法

利 用 法	根	種	葉
ごぼう			
栄養*母乳の出がよくなる (奈良県, 滋賀県, 群馬県)	●	●	●
*産後の食べ物—ごぼうの味噌汁 (高知県)	●		
ごぼうの黒焼き (岐阜県)	●		
ごぼうの味噌漬 (富山県)	●		
ごぼう (大阪府)	●		
*産後の髪の毛が抜けない (佐賀県)	●		
効用*身を軽くする (奈良県)	●		
*便秘, 整腸作用 (奈良県)	●		
薬用*腫れ物一種をかんで小麦粉と練り貼る (千葉県)		●	
種の煎汁 (岡山県), 根の煮汁 (愛知県)	●	●	
*利尿一種 (煎) (福井県)		●	
*腎臓病一種 (煎) (福井県)		●	
*急性腎炎一種の煎汁 (福井県)		●	
*盲腸炎—ごぼうの汁 (生) (福井県)	●		
*風邪—すりごぼう (岩手県)	●		
*冷え症, 冷え予防—ごぼうの葉 (山梨県)			●
*はしか—種の煎汁 (静岡県)		●	
*やけど—ごぼうをすり卸し, 食用油で練り貼り付ける (千葉県, 石川県)	●		
*ぼろ眼 (トラコーマ) 一種を用いる (愛知県)		●	
*寄生虫の駆除 (愛知県)	●		
禁忌*妊婦—ごぼう (茨城県)	●		
*産婦—ごぼう (岡山県, 長崎県)	●		
やまごぼう			
薬用*腎臓病—根の煎汁を飲む (宮崎県, 長崎県, 高知県, 岡山県, 埼玉県)	●		
* 一葉をゆでてごま味噌あえや味噌汁 (岡山県)			●
*腎臓病・利尿—根・茎 (福井県)	●		
*心臓病—根の煎汁を飲む (埼玉県)	●		
*便秘—へびごぼうの根 (大分県)	●		
*脚気—根のすりおろし (長崎県, 秋田県)	●		
* 一葉のおひたし (滋賀県)			●
*破傷風—ひなすび (やまごぼう) (長崎県)	●		
*盲腸炎—根・茎を陰干しして煎用 (福井県)	●		
*中風 (高血圧) (秋田県)	●		

『岡山の民間療法 (上)』<sup>28)</sup>には「ヤマゴボウの和名はキクバヤマボクチ (ヤマボクチ属) であり, 葉も根もにおいはきつく, 根は有毒」との記述がある。

この結果より, ごぼうの根茎・種・葉のすべてが栄養および薬用として, また, やまごぼうもごぼうと同じ効用の植物として, いずれも日本各地においては民

間療法によく利用されていた。

#### 4. ま と め

ごぼうが日本において定着し, 料理の食材として発達・普及していく過程を明らかにすることを目的に調査研究を進めた結果は次のようである。

## 日本におけるごぼうを食材とした料理の地域的分布と食文化

日本におけるごぼう利用の初見は「薬用」であるが、平安時代には料理として供給されるようになり、その最初は「干物（からもの）（削り物）」、次いで「煮染牛房」「タタキ牛房」の料理が出現した。現代において、これら料理の原点とも考えられる調理法が伝承されている石川県の「七日焚きごぼう」および福井県の「からごんぼ」、青森県・秋田県の「でんぶごぼう」など日本各地に事例があり、正月および伝統的な行事の料理として伝承されている。

また、とくに正月の節日の食べ物として、全国的に「ごぼうの煮もの・煮しめ」、関東以北を中心に「きんぴらごぼう」、近畿地方を中心に「たたきごぼう」が普及していた。さらに、各種の民間療法としてその食品価値は高く評価され、栄養・薬用に利用されていた。

以上、古代より奈良県および福井県、三重県のムラの正月祭事においてごぼうが神饌の中核として供えられ、不可欠であったことを考えると、正月祭事の儀礼食物としてのごぼうは、その後、正月の節日になくてはならない食べ物となり、お節料理に発達したと推論することが出来る。

そして、外国産の植物であるごぼうが日本の食生活に受け入れられ土着化したのは、ごぼうによく似た日本原産の野生植物アザミ属の食習が古代よりあったことが、世界に類のない日本固有のごぼう食文化を発展させた一要因であると考えられる。

本稿を終えるにあたり、聞き取り調査にご協力いただきました多くの方々に心より感謝の意を表しますとともに、ごぼうの植物分類学上のご指導を頂きました共栄学園短期大学学長傍島善次先生並びに奈良県農業試験場新井 滋氏に厚くお礼を申し上げます。

なお、本研究の一部は(社)日本家政学会第50回大会(1998年度)および日本調理科学会平成12年度大会において発表したことを報告しておきます。

## 引用文献

- 富岡典子：奈良県桜井市の神饌に伝承される祭りのごぼう料理，家政誌，51，933-942（2000）
- 農文協（編）：『日本の食生活全集全50巻』，農文協，東京（1993）
- 文化庁（編）：『日本民俗地図Ⅱ，Ⅲ』，（財）国土地理協会，東京（1975）
- 吉川弘文館刊行会（編）：『古事類苑植物部』，吉川弘文館，東京，723（1971復刻）
- 與謝野寛（編纂）：『日本古典全集本草和名下巻』，日本古典全集刊行会（1926復刻）
- 京都大学国語学国文学研究室（編纂）：『倭名類聚抄本文編』，臨川書店，京都，446
- 笠原安夫：鳥浜貝塚—縄文前期を主とする低湿地遺跡の調査3，福井県教育委員会，60（1983）
- 埴保己一（編）：『続群書類従26』，続群書類従完成会，東京，512（1964復刻）
- 埴保己一（編）：『続群書類従10上』，続群書類従完成会，東京，432（1964復刻）
- 埴保己一（編）：『続群書類従25』，続群書類従完成会，東京，512（1964復刻）
- 石川松太郎（校注）：『庭訓往来』，平凡社，東京，266（1979）
- 日本風俗史学会（編）：『図説江戸時代食生活事典』，雄山閣，東京，141（1996）
- 熊倉功夫，原田信男：『日本料理秘伝集成11』，同朋舎，京都，212-229（1985）
- 吉川弘文館刊行会（編）：『古事類苑植物部』，吉川弘文館，東京，726（1971復刻）
- 伊沢凡人：『原色版日本薬用植物事典』，誠文堂新光社，東京，256（1985）
- 初山泰一：『日本の野生植物草本Ⅱ』，平凡社，東京，27（1982）
- 正宗敦夫（編）：『覆刻日本古典全集 延喜式3（37典薬寮）』，現代思潮社，東京，54，56，57，63，64，68，69，73，79，83，88，90-94（1978）
- 青葉 高：『日本の野菜』，八坂書房，268（1995）
- 飛高義雄：『野菜園芸大百科12』，農文協，東京，457（1989）
- 吉川弘文館刊行会（編）：『古事類苑植物部』，吉川弘文館，東京，726-727（1971復刻）
- 高嶋四郎，傍島善次，村上道夫：『標準原色図鑑全集13』，保育社，東京，76（1982）
- 伊沢凡人：『原色版日本薬用植物事典』，誠文堂新光社，東京，69（1985）
- 八尾市特産の葉ごぼう（若ごぼう）について，八尾市市民部産業総務課中部農と緑の総合事務所農業改良普及センター（2000）
- 北村四郎：『日本の野生植物Ⅲ』，平凡社，東京，216-217，224-225（1982）
- 千原光夫：『標準原色図鑑全集15』，保育社，東京，119（1981）
- 奈良県史編集委員会：『奈良県史13民俗（下）』，名著出版，東京，241（1988）
- 七尾市史編纂専門委員会：『七尾市史資料編6』，石川県七尾市役所，321（1972）
- 鶴藤鹿忠，竹内平吉郎：『岡山の民間療法（上）』，日本文教出版，岡山，125-126（1994）