

クッキングルーム

特別研究「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」 九州支部

沼田貴美子*

Kimiko Numata

1. はじめに

平成 21~23 年度の特別研究として実施された日本調理科学会特別研究「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」の全国の各調査者の調査結果の概要は、報告書¹⁾にまとめられているとおりである。また、すでに日本調理科学会誌上に、全国²⁾の行事食・儀礼食の認知・経験・喫食状況について及び中国・四国支部³⁾、関東支部⁴⁾についての各支部の調査結果の特徴的な内容を詳細に報告されている。行事食等の研究の意義や目的は、学会の研究発表会の要旨や学会誌の論文等で諸氏が緒言で述べられているとおりなのでここでは省略する。

今回、九州地方の調査結果について報告する機会を得たので以下に述べる。九州支部 8 県の調査者数は、福岡県 12 名、佐賀県 4 名、長崎県 1 名、熊本県 2 名、大分県 4 名、宮崎県 3 名、鹿児島県 9 名、沖縄県 4 名の総数 39 名であった。各県の調査対象者の学生と一般、各県の調査対象者総数を表 1 に示した。九州支部の調査対象者総数は 3,497 とデータ数は多い方であった。調査対象者の数は報告書¹⁾では 10 年以上在住の都道府県を調査数の多い順に記載しているために、各県の学生の調査対象者数の中には調査県以外の学生も調査者が実施した県の調査対象者数に一部含まれている。一般についても調査県によっては同様の処理によ

り一部含まれている。九州全体の総数 3,497 に対する各県の調査対象者数（各県の学生と一般の合計数）の割合は、福岡県 28%、佐賀県 11%、長崎県 6%、熊本県 15%、大分県 9%、宮崎県 8%、鹿児島県 17%、沖縄県 7%であった。一般の調査対象者合計総数 1,808 に対する各県の一般の割合は、福岡県 24%、佐賀県 10%、長崎県 8%、熊本県 14%、大分県 8%、宮崎県 8%、鹿児島県 19%、沖縄県 9%であった。学生の調査対象者総数 1,689 に対する各県の学生の割合は、福岡県 33%、佐賀県 12%、長崎県 4%、熊本県 16%、大分県 9%、宮崎県 7%、鹿児島県 14%、沖縄県 6%であった。このように九州支部では福岡県が他県より多かったが、他 7 県は同程度であった。

2. 九州各県の行事食の概要と特徴

報告書に各県ごとに調査結果の概要がまとめられているので各県ごとにその特徴的なまとめの抜粋を以下に述べる⁵⁾。

福岡県では福岡市、行橋市・宗像市周辺、豊前近郊、北九州市小倉周辺、八女市、久留米市・柳川市などの地区別に、福岡の郷土料理「おきゅうと（てんぐさの一種を乾燥し、煮溶かして固めたもの）」「がめ煮（鶏肉、大根、にんじん、ごぼう、こんにゃく、さといもを乱切りにし、炒めて煮た煮物。行事や季節によって入れる材料は多少変わる）」「ごま鯖（鯖の刺身を醤油、炒りごま、わさび、もみ海苔で和えたもの）」「だぶ（さいの目に切った根菜類と鶏肉、こんにゃくなどをだし汁で煮込み、片栗粉や葛粉でとろみをつけて仕上げたもの）」などについて調査されていた^{6,7)}。調査地区により調査対象者数の多少、世代（年齢）別の調査対象者の割合、家族構成、調理担当者等の調査対象者に関する属性の実態の相違は若干あるが、報告書の調査結果を抜粋して紹介すると以下のような記述がみられた。一般（保護者他）と学生に最もよく認知されていたのは「がめ煮」で、逆に認知されていなかったのは「だぶ」であった。「がめ煮」は正月料理の煮しめ（煮物）として、また日常食にもよく食される料理であった。「だぶ」は法事で地区によっては必ず作られていた。正月の雑煮はすまし仕立てで丸もちを焼かないものが主流であった。久留米市

表 1. 九州支部各県の調査者数と調査対象者数

| 調査県 | 調査者数 | 調査対象者数 | | |
|------|------|--------|-------|-------|
| | | 学 生 | 一 般 | 各県総数 |
| 福 岡 | 12 | 553 | 433 | 986 |
| 佐 賀 | 4 | 196 | 172 | 368 |
| 長 崎 | 1 | 62 | 145 | 207 |
| 熊 本 | 2 | 265 | 256 | 521 |
| 大 分 | 4 | 155 | 152 | 307 |
| 宮 崎 | 3 | 126 | 138 | 264 |
| 鹿児島 | 9 | 238 | 351 | 589 |
| 沖 縄 | 4 | 94 | 161 | 255 |
| 九州全体 | 39 | 1,689 | 1,808 | 3,497 |

* 熊本大学教育学部
(Kumamoto University)

を中心とした地区での調査では、学生の場合に認知と喫食経験が伴う行事は、正月、人日、端午の節句、土用の丑、盂蘭盆、月見、クリスマス、大みそかであった。認知しているが喫食経験が低い行事は、節分、上巳、春分の日、秋分の日、七夕、冬至であった。認知度の低い行事は、重陽の節句、春祭り、秋祭りであった。一般の場合には、調査対象者の8割が50～70歳代女性であったこともあり、行事の認知度と経験度は学生より高い傾向であった。家族構成が高齢者のみや単身者は、喫食状況が低くまた調理状況も手作り度が低くなった。

佐賀県では、県南東部の穀倉地帯で近郊や大都市向けの野菜類の生産が多い地区での調査から、行事食は満遍なく実施されていた。特徴としては法事などの供養で野菜をたくさん使った「のっぺい汁」が作られ、氏神様のお祭り（おくんち）には新米で作った「せっかん（おこわ）」や「ふなの昆布巻き」などを作り豊作を祝っていた。

長崎県では、正月の雑煮は丸もちを用いたすまし仕立てで、大みそかの年越しそばとともに手作りしていた。

熊本県では、正月の雑煮は丸もちを焼かないで入れたすまし汁仕立てであり、家庭で手作りしたものを毎年食するのがほとんどであり、実家や親戚に年始挨拶に訪問した際に食するのもみられた。屠蘇は毎年喫食するのがほとんどであった。年の初めに家族でお節料理を作り共食する行事であることから、正月の行事の認知度と経験度は高い傾向であった。煮しめは盂蘭盆よりも正月のお節料理でよく作られていた。盂蘭盆の料理は、経験度、喫食度、調理度ともに意外と低い傾向であった。クリスマスの鶏肉料理やケーキは、経験度、喫食度、調理状況ともに高い傾向で、毎年よく食べられていた。行事の経験の有無や行事食の調理状況について、行事の認知度や経験度が高い料理では、家庭でよく手作りされている料理、家庭で手作りすると買うが半々のもの、家庭であまり作られていないものがみられた^{8,9)}。

大分県では、雑煮は焼かない丸もちのすまし仕立てで、黒豆、昆布巻き、きんとう、煮しめ、なますは家庭で作られよく食べていた。魚介類では、ぶり、鯛、えびが、肉類では鶏肉・牛肉・豚肉が利用されていた。

宮崎県では、雑煮の具に「おやし（豆もやし）」入りのいりこ出汁が約3割みられた。端午の節句には、「あくまき」の喫食経験が3～4割みられ時々食べられていた。この他、特徴的なこととしては、盂蘭盆に「そうめん汁」や「がね（千切りした薩摩芋の天ぷらで都城地方の郷土料理）」を食べていた。

鹿児島県では、雑煮を家庭で作るところが多く、すまし雑煮が大半であった。入れるもちは角もちよりも丸もちがやや多く、焼くか焼かないかは同程度であった。雑煮以外のもち料理としては、おやつとして親しまれてきた「からいもねったぼ（いももち）」は、そう多くはないが家庭で

作ったり、もらったりして食されていた。魚料理はぶり、えびが多く、次いで鯛、はまちの順で食されていた。肉料理では、豚肉に次いで鶏肉が多く使用されていた。人日（七草）では、七草粥は家庭で作られ、せり・なずな等の青菜中心が多く、次いでにんじん・ごぼう等根菜類やもち入り粥も食されていた。節分のいり豆や巻き寿司は多く食され行事として定着していた。上巳（雛祭り）ではもち・菓子を買う人が多く、ちらしずしや巻き寿司を手作りするのも多いが、以前と比較すると減少していた。春分の日や秋分の日（彼岸の中日）では、ぼたもちやおはぎや彼岸団子を手作りしお供えして墓参りをしていた。端午の節句では、「あくまき（木灰のあく汁に浸したもち米を竹の皮で包みあく汁を入れて湯で長時間ゆでたもの）」がよく食され、柏餅、よもぎもち、「かからんだご（米粉に小豆あん砂糖を入れてだごを作り、かからん葉に包んで蒸したもの）」を食べる習慣もみられた。盂蘭盆では「かいのこ汁（水で戻した大豆を砕いていたみそ汁。ごぼう、こんにゃく、かぼちゃ、なすなどの具も入っている）」を母親・祖父母世代は食していた。お月見では月見団子を手作りし、さといもを食べ家庭で祝っていた。冬至ではかぼちゃの煮物を食べる習慣が定着していた。大みそかでは年越しそばを食し年取りをしていた。鹿児島県は、山の幸・海の幸に恵まれているが、平野が少なくシラス土壌の自然条件のもとで風土性のある料理が発達し、さつまみそやしょうゆ、あまみ酢などは郷土料理を特徴づけているとされる¹⁰⁾。

沖縄県では、正月の雑煮を毎年食べるという回答は約2割と低かった。「ナカミ汁（豚胃腸の吸物）」や「イナムドゥチ」などの豚肉料理を約6割が毎年食していた。大みそかにも、煮しめ豚肉をのせた「沖縄そば」や「ソーキ汁（豚あばら肉の汁物）」などの肉料理が多かった。沖縄の行事食の特徴としては仏事にも獣肉類を用いることであった¹¹⁾。

以上、九州各県の行事食の調査結果について、特別研究報告書をもとにその概要及び特徴的な内容について述べた。本稿では、九州地方の行事食について、特別研究調査報告の九州8県のデータをもとにした詳細な分析結果を報告できなかったことをお詫びしたい。各県の詳細なデータ集計と結果の考察は、各県の調査者が論文や学会の研究発表要旨等で報告されているのでそれを参考にされたい^{12,13)}。

3. 地域の食文化や郷土料理の教育

今回の行事食の調査研究を通して、一般（親や祖父母世代ほか）と学生では実態の相違がみられた。家庭で営まれ家族で共食することの多い行事食ではあるが、地域の行事食を作ることができ、食文化を伝承できるように学生等の若い世代に教育していくことの必要性を強く感じた。

中学校の「技術・家庭 家庭分野」の教科書には、学会員の方々が著作者となられており、ここで取上げて述べるこ

とではないが、中学校学習指導要領解説 技術・家庭編及び技術・家庭 家庭分野の教科書に掲載されている食文化等の教育関連の内容について少し触れる。

文部科学省では、平成 20 年 3 月に中学校学習指導要領の改訂を行った。新中学校学習指導要領等は平成 24 年度から全面実施することとなった¹⁴⁾。中学校学習指導要領解説技術・家庭編（文部科学省、平成 20 年 9 月、教育図書株式会社発行、pp. 1-13, pp. 38-57）から目標と内容及び内容の取扱いを抜粋して下記に示す。

『家庭分野の目標』

衣食住などに関する実践的・体験的な学習活動を通して、生活の自立に必要な基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、家庭の機能について理解を深め、これからの生活を展望して、課題をもって生活をよりよくしようとする能力と態度を育てる。

「家庭分野」の内容構成

- A 家族・家庭と子どもの成長
- B 食生活と自立
- C 衣生活・住生活と自立
- D 身近な消費生活と環境

～中略～

家庭分野においては、小学校家庭科の内容との体系化を図り、中学生としての自己の生活の自立を図る視点から内容を構成した。

～中略～

ウ 社会の変化への対応

「家庭分野」～中略～

「B 食生活と自立」においては、心身ともに健康で安全な食生活のための食育の推進を図る視点から、食生活の自立を目指し、中学生の栄養と献立、調理や地域の食文化などに関する学習活動を充実した。

～中略～

「家庭分野」 B 食生活と自立 の内容

B 食生活と自立

(1) 中学生の食生活と栄養

- ア 食事が果たす役割、健康によい食習慣
- イ 栄養素の種類と働き、中学生の栄養の特徴

(2) 日常食の献立と食品の選び方

- ア 食品の栄養的特質、中学生の 1 日に必要な食品の種類と概量
- イ 中学生の 1 日分の献立
- ウ 食品の選択

(3) 日常食の調理と地域の食文化

- ア 基礎的な日常食の調理、食品や調理用具等の適切な管理
- イ 地域の食材を生かした調理、地域の食文化
- ウ 食生活についての課題と実践（選択事項）

～中略～

（内容の取扱い）

ウ (3) のアについては、魚、肉、野菜を中心として扱い、基礎的な題材を取り上げること。(3) のイについては、調理実習を中心とし、主として地域又は季節の食材を利用することの意義について扱うこと。また、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うこともできること。

～中略～

指導に当たっては、地域との連携を図り、調理実習を中心として行うよう配慮する。例えば、地域又は季節の食材について調べ、それらを用いた日常食の調理をすることが考えられる。また、地域の実態に応じて、地域の伝統的な行事食や郷土料理を扱うことも考えられる。

この学習では、B(1) のアの事項との関連を図り、食事には文化を伝える役割もあることを理解できるようにする。

～中略～

（内容の取扱い）

エ 食に関する指導については、技術・家庭科の特質に応じて、食育の充実に資するように配慮すること。

食育については、平成 17 年に食育基本法が成立し、「食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」ことが求められている。中学校においては、技術・家庭科における食に関する指導を中核として、学校の教育活動全体で一貫した取り組みを推進することが大切である。

また、技術・家庭科における食に関する指導については、B(1) から(3) の項目に示すとおり、食事の重要性、心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力、望ましい食習慣の形成、地域の産物、食文化の理解、基礎的・基本的な調理の知識と技術などを総合的にはぐくむという観点から推進することが必要である。』

なお、教科書¹⁵⁾に掲載されている郷土料理や関連ある用語を列挙すると以下のようなものである。『からしれんこん（熊本県）、煮ごみ（佐賀県）、冷汁（宮崎県）、鶏飯（鹿児島県）、ゴーヤチャンプルー（沖縄県）、日本型食生活、加工の知恵と食文化、盛り付けと配膳、一汁三菜の配膳、和食の配膳と盛りつけ、かごしま黒豚、魚などの利用：唐津（アジ類）、松浦（サバ類、アジ類）、枕崎（カツオ類）、野菜類の生産：トマト、なす（熊本県）、じゃがいも（鹿児島県）、なす（福岡県）、たまねぎ（佐賀県）、じゃがいも（長崎県）、きゅうり、さといも、ピーマン（宮崎県）、筑前煮、クーブイリチー（沖縄料理）、だんご汁（大分県）、塩ぶり雑煮（福岡県）、具雑煮（長崎県）、正月の行事食—お節と雑煮、地域の食材と食文化、地域の食材と郷土料理、

受け継がれる食文化、行事食、正月、おせち、鏡開き、おしるこ、節分、福豆、ひな祭り、ちらしずし、ひなあられ、春分の日、ばたもち、こどもの日、かしわもち、ちまき、七夕、そうめん、秋分の日、おはぎ、月見、月見だんご、さといも、七五三、千歳飴、冬至、かぼちゃ、大みそか、年越しそば、地産地消、お節料理づくりに挑戦する、田づくり、たたきごぼう、なます』

上記のような目標と内容及び取扱いを考慮し、中学校での食生活の教育の充実が期待される^{15,16)}。

4. 最後

最後に、熊本県でも雑煮に入れる具やもちや煮出汁の取り方などは家庭や地域によって異なるが、大学生に調理実習のお節料理作りで教えている雑煮の作り方の一例を紹介する。下記の雑煮¹⁷⁾の作り方は、料理上手な母親から教えてもらった作り方で、我が家の畑で採れただいこん、にんじん、ごぼう、さといも、しゅんぎく、ねぎなどで作った雑煮を食すると、雑煮を味わうだけでなく新年を迎えられた喜びも味わえるものである。数年前まで、年末12月28日には、前日から漬けておいたもち米を早朝から長時間かけて蒸し、臼と杵で搗いた鏡もちや丸もちをもちとりこにまみれながら作っていたことが懐かしく思い出される。学生はお節料理を食べた経験はあっても作ったことがない者もいる。雑煮や黒豆、ごまめ、数の子、こぶ巻き、からしれんこん、たたきごぼう、酢れんこんなどのお節料理作りを通して、学生は料理のいわれや地域の食材を生かしておいしい調理をすることの意義、地域の先人の食品加工や保存の工夫法を知ること、食文化の奥深さと伝承する楽しさを感じているように思われる。

雑煮

材料 (4人分)

| | |
|-------------|--------|
| 鶏肉（骨付きぶつ切り） | 8切れ |
| だいこん | 100 g |
| にんじん | 40 g |
| ごぼう | 小1本 |
| 乾しいたけ | 4枚 |
| さといも | 4個 |
| こんぶ | 約10 cm |
| するめ | 小1/4杯 |
| かまぼこ | 1本 |
| しゅんぎく（青菜） | 1/4束 |
| 丸もち | 4個 |
| 水 | 600 mL |
| 塩 | 小さじ1杯 |
| 酒 | 小さじ2杯 |
| うすくちしょうゆ | 小さじ1杯 |

作り方

- ① だいこんとにんじん（一部は梅型）は厚めの輪切りにする。ごぼうは皮をこそげとり5 cm長さに切り水につける。乾しいたけは水で戻し石突きを取る。さといもは皮をむき洗い丸のまま使う。こんぶとするめは2～3 cm長さに細く切る。
- ② 水は蒸発量を加味して仕上がり量より多めに鍋に入れ、鶏肉を水から入れて煮立て沸騰後あくを丁寧に取り除く。①の野菜類（だいこん、にんじん、ごぼう、乾しいたけ、さといも）、こんぶ、するめ、乾しいたけの戻し汁も入れて材料が軟らかくなるまで煮る。途中で塩と酒を加え、最後にうすくちしょうゆで調味する。最後にもちを入れとろけないように煮る。
- ③ かまぼこは日の出かまぼこ（結びかまぼこ）にする。しゅんぎくは葉のみ青ゆでする。
- ④ 雑煮碗の底にだいこんの輪切りを置き、その上にもちを置いて、そのほかの具をきれいに盛り付ける。かまぼことしゅんぎくと梅型のにんじんを上飾り熱い煮出し汁を注ぐ。

からしれんこん¹⁸⁾もお節料理の一つとして調理実習で教えている。材料と作り方は人によって若干異なる。郷土料理関係の資料^{19,20)}や地元の料理研究家や人伝てに聞いた作り方を参考に、みそや小麦粉やかたくり粉やそらまめの粉などの種類や量、うこん粉やくちなしなどでの色付けの方法、からしみその調製法等の工夫を重ねて手軽に出来る方法として辿り着いたのが下記の作り方である。作り方を知らない学生は、興味津々で、れんこんの孔にからしみそをトントンと詰める段になると感声上がるくらいである。早速お正月に作るといった学生のお節料理の写真の中には黄色の形よいからしれんこんが重箱に詰められていた。天草や県北から来ていた学生からおばあちゃんが作られたというこっぴもちやからしれんこんを冬休み明けにお土産によくもらったものである。

からしれんこん

材料

| | |
|---------|----------------------|
| れんこん | 1節（太めのもの） |
| からしみそ | |
| おから | 30 g |
| 練りからし | 小さじ2杯（加減する） |
| みそ（麦みそ） | 80 g |
| 砂糖 | 小さじ1杯 |
| 煮だし汁 | 小さじ2杯 |
| 小麦粉 | 適量 |
| 衣 小麦粉 | 50 g、かたくり粉 小さじ1杯 |
| 塩 | 少々、水（くちなしで色付け） 大さじ3杯 |
| 油 | 適量 |

作り方

- ① れんこんの皮をむき両端を少し切りおとして酢水につける。熱湯に酢を入れ串が通るまでれんこんをゆでる。れんこんを縦において水気を拭き取る。
- ② おからをからいりする。みそと砂糖と煮だし汁を混ぜて弱火にかけ火を通す。すり鉢に処理したおからとみそを入れすりこ木でする。練りからしも加えさらにすり混ぜてからしみそを作る（小鍋やボール中でもよい）。
- ③ ②のからしみその中でれんこんの孔を縦にして上下にトントンと突きれんこんの孔の中にからしみそを詰める。詰める側と反対側にからしみそが出てきたら、からしみそが落ちてくまでれんこんを縦にしてしばらく置く。孔からでていいるからしみそをきれいにふきとる。
- ④ からしみそを詰めたれんこんに小麦粉を全体に薄くまぶす。
- ⑤ ボールに小麦粉、かたくり粉、塩、水（くちなしで色付け）を合わせかための衣を作る。
- ⑥ ④のれんこんに、⑤の衣を全体にやや厚めにつける。
- ⑦ れんこんの両端に串を突き刺し、持ち上げながら170～180℃の油で約3分揚げると形よくできる。
- ⑧ 揚げたからしれんこんが少し冷めてから、厚めの輪切りか矢羽根に切り盛る。

食生活の状況が変化した現在では、行事食や郷土料理を作った経験がない学生に、授業で郷土料理を伝授できることは嬉しい限りである。

今後、熊本県の行事食や通過儀礼について詳細に報告したいと考える。

文 献

- 1) 平成21～23年度日本調理科学会特別研究委員会編(2011),「平成21～23年度日本調理科学会特別研究報告書調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」,日本調理科学会,東京
- 2) 瀧上倫子, 栗田寛子, 石井香代子, 木村安美(2011), 特別研究「調理文化の地域性と調理科学: 行事食・儀礼食」—全国の報告—行事食・儀礼食の認知・経験・喫食状況, 日調科誌, **44**, 436-441
- 3) 武田珠美(2012), 特別研究「調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」中国・四国支部, 日調科誌, **45**, 65-67
- 4) 佐藤恵美子(2012), 特別研究「調理文化の地域性と調理科学: 行事食・儀礼食」—関東支部: 新潟県の地域性と食材を中心に, 日調科誌, **45**, 164-167
- 5) 平成21～23年度日本調理科学会特別研究委員会編(2011),「平成21～23年度日本調理科学会特別研究報告書調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」, 日本調理科学会, 東京, pp. 155-176
- 6) 平成21～23年度日本調理科学会特別研究委員会編(2011),「平成21～23年度日本調理科学会特別研究報告書調理文化の地域性と調理科学—行事食・儀礼食—」, 日本調理科学会, 東京, pp. 155-165
- 7) 日本の食生活全集福岡編集委員会(1987),「日本の食生活全集④, 聞き書福岡の食事」, 農山漁村文化協会, 東京
- 8) 沼田貴美子(2010), 熊本の年中行事食に関する調査研究,「日本調理科学会平成22年度大会研究発表要旨集」, 日本調理科学会, 東京, p. 107
- 9) 日本の食生活全集熊本編集委員会(1987),「日本の食生活全集③, 聞き書熊本の食事」, 農山漁村文化協会, 東京
- 10) 日本の食生活全集鹿児島編集委員会(1989),「日本の食生活全集⑥, 聞き書鹿児島の食事」, 農山漁村文化協会, 東京
- 11) 日本の食生活全集沖縄編集委員会(1988),「日本の食生活全集⑦, 聞き書沖縄の食事」, 農山漁村文化協会, 東京
- 12) 山村涼子, 山下浩子, 眞谷智美, 高松幸子(2011), 行事食に関する調査研究 第1報, 久留米信愛女学院短期大学研究紀要, **34**, 59-67
- 13) 山下浩子, 山村涼子, 眞谷智美, 高松幸子(2011), 行事食に関する調査研究 第2報, 久留米信愛女学院短期大学研究紀要, **34**, 45-49
- 14) 中学校学習指導要領解説 技術・家庭編(2008), 文部科学省, 教育図書, 東京
- 15) 9 開隆堂 家庭723 技術・家庭[家庭分野](2012), 鶴田敦子ほか62名, 開隆堂出版, 東京
- 16) 2 東書 家庭721 新しい技術・家庭[家庭分野](2012), 佐藤文子, 金子佳代子ほか59名, 東京書籍, 東京
- 17) 沼田貴美子編(2004),「調理」, 佐賀印刷所, 佐賀, p. 92
- 18) 沼田貴美子編(2004),「調理」, 佐賀印刷所, 佐賀, p. 88
- 19) 土井勝監修(1979),「全国ふるさとの味」, 講談社, 東京, p. 160
- 20) 石毛直道, 奥村彪生, 神崎宣武, 山下諭一編者(1987),「日本の郷土料理 12 九州Ⅱ・沖縄」, ぎょうせい, 東京, pp. 10-57