

# みんな「食べて」大きくなった ⑱

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなったのでしょうか。ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃。ふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

## むらの自慢

熊野では田植えシーズンが始まっている。「うちの米はうまい」と熊野で出会う農家の方は口をそろえて言う。自慢するものはそれほどないが「米だけはうまい」と。美味しい米の条件の一つは昼間と夜の寒暖差が大きいことといわれるが、熊野の山間部の米が美味しいのはそのせいだろう。

稲は2000年以上も前に伝来したといわれているが、日本にも自生の稲があり、自生地の一つが紀州熊野だったとの説もある。その稲は広く普及しなかったようだが、平安時代ともなると米は盛んに栽培され、紀伊の国は米どころとして有名であった。現在の和歌山県は米の大産地ではないが、紀州は米の本家、ルーツといえ

# こめ



るのかもしれない。熊野の山間は平地が少なく、石を丁寧に積み耕地とした棚田で米を作った。田の石積みを手早く作れない男に「嫁は来ない」と言われたとかで、棚田づくりはいわば男性の甲斐性だった。狭い棚田での農作業は効率的にも楽な作業ではない。山間の地で農を生業として70数年を重ねた男性は「足をぬかるんだ床に取られながら、牛の尻を叩き、雨の時にはぬれた蓑(みの)を着て。百姓はつらかった」と。蓑(みの)とは藁(わら)で編んだ合羽のこと。そんな遠い話ではない。昭和40年代初期までは牛が米づくりの動力だったのだ。つらいことばかりでもなかった。正月には白おこしの行事があり、今年の豊作をむらの皆と願った。水車小屋に集まり、ぜんざいを食べ酒を飲み、おしや

るのかもしれない。

熊野の山間は平地が少なく、石を丁寧に積み耕地とした棚田で米を作った。田の石積みを手早く作れない男に「嫁は来ない」と言われたとかで、棚田づくりはいわば男性の甲斐性だった。狭い棚田での農作業は効率的にも楽な作業ではない。山間の地で農を生業として70数年を重ねた男性は「足をぬかるんだ床に取られながら、牛の尻を叩き、雨の時にはぬれた蓑(みの)を着て。百姓はつらかった」と。蓑(みの)とは藁(わら)で編んだ合羽のこと。そんな遠い話ではない。昭和40年代初期までは牛が米づくりの動力だったのだ。つらいことばかりでもなかった。正月には白おこしの行事があり、今年の豊作をむらの皆と願った。水車小屋に集まり、ぜんざいを食べ酒を飲み、おしや

和歌山大学  
産学連携・研究支援センター  
湯崎 真梨子教授

べりをし「楽しかった」と。そして、田植えが終われば「さなぶり」。田の神様を天上に送り出す行事で、那智勝浦町高津気(こうづけ)の集落では、今も行事を継承している。ホラ貝を吹きながら弊(へい)を付けた若竹を田の水口などに刺して回り、葦の葉に結んだちまきを家々に配る。この地区でも年々、耕作放棄地が増えていくが、田の神はむらの辻々に今も存在するのだろう。米は儲(もう)からない作目で、自家用生産が主となってしまった。米づくりは文字どおり「八十八の手間をかける」と言われるが、丹精込めた米を、市場に出さず「自分の命のためだけに食す」。これこそ食の原点だ。和尚の一人さんは「自分の生涯のご本尊は飯と汁。家事をよく勤め、一杯飲んで寝れば、たちまち極楽なり」とおっしゃった。米があれば命をつなぎ人生を乗り越えられる。米づくり2000年の真理だ。

■湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)  
和歌山大学 産学連携・研究支援センター 教授  
プロフィール

博士(学術)。大阪府立大学人間文化科学研究科博士後期課程終了。放送局・広告出版会社、文部科学省産学官連携コーディネーターを経て現在に至る。専門は、農村社会学、地域再生学、内発的發展、食料経済、地域資源、地産地消、女性起業、低炭素化社会などがテーマ。自らが研究するだけでなく、地域と大学が共に成長するプロジェクト研究を企画しマネジメントしている。熊野方面には年間30〜50日は訪問し研究する。



## レシピ

### ごまおにぎり

(平井地区食生活改善推進協議会)

古座川町の最奥の山村、平井地区の郷土料理の一品。煎ってすりつぶしたごまをたっぷりまぶした梅干し入りのおにぎり。甘味、塩味、酸味の味わえるアイデアおにぎりです。ごまは地元産で。

#### 【材料】

- ・ごま 適宜
- ・砂糖 適宜
- ・塩 適宜
- ・梅干し (種を取っておく)

#### 【作り方】

- ①ごまは煎ってからすりつぶし、砂糖と塩を加える。
- ②ごはんに梅干しを包み、おにぎりを作る。
- ③おにぎりを①の中に転がし、全体にまんべんなくまぶして完成。

#### 〈ポイント〉

・ごまをたっぷり、すき間なくまぶすことで、通常のごまおにぎりとは趣の違った、特別な日一品にもなる。平井地区では法事などでも出されます。



※次回は5月23日(土)掲載予定