

○行事の料理 2

もくじ

八日市.....	2
茶粥.....	3
麦踏み.....	3
苗つくり.....	4
らくがん.....	4
きび団子.....	5
もも太郎.....	5
豆餅.....	5
しろかきとやこめ.....	7
南アルプス市西南糊にみる安藤家の婚礼献立.....	9
富士山のお山開き.....	11
大塚人参のおこわ.....	11
防災訓練・おにぎり（炊き出し）.....	12
火祭りとすすき祭り 吉田のうどん.....	13
甘酒と白酒.....	15
小麦の収穫・雑穀.....	15
七草粥.....	16
節分と恵方巻き.....	17
諏訪神社夏祭り 焼きそば.....	17
団子.....	18
盆の施餓餓行事(水田の旗).....	19

八日市



平成 20 年 4 月 29 日、塩山市藤木の放光寺、身延町八日市場の大聖寺では柴燈大護摩(さいとうだいごま)の火渡り修行が開催された。特別の修行を成し遂げた修験者と僧侶が約 10 人で読経を唱え、ほら貝を手に持ち、一連の法要が行われた。山伏が先頭に立ち火の上を、赤ん坊を抱きかかえ火渡りを催し、次いで参拝客の全員が家内安全、無病息災を祈願した。

その日は、境内において、臼やきね、苗木、地元の特産物、雑貨品などが陳列してあった。毎年決まって 2 月 10、11 日に開催される若草の十日市同様に、大聖寺門前広場でもまな板、ざるなどの多くの調理器具、ふき、わらび、たらの芽など春の山野草が並べられ、境内は人々の活気で溢れていた。

大聖寺では、甲斐国史(1817)によると、富士川水運の頃より、「古寺・日を定めて市を開きし処なり」と著され、静岡県からの物資が山梨・長野地方へ運ばれる途中、当地の八日市場へ降ろされ門前市をなすとの伝承によって八日市が始まったようである。

茶粥



御粥は、風邪などで高熱が出た時などに食される。のど越しや消化がよく、炊き立ての熱い内に頂く。永平寺の修行僧の小食（朝食）は御粥が出されている。作り方は精白米を洗い、浸漬、厚手の鍋を弱火用い番茶を入れゆっくり炊く。味は薄く、梅干し、ゆかりや海苔などを上に載せ、季節の漬物をお供に食べられている。

茶粥は昔から寺院で、提供されていた。更に1月7日七草粥、1月15日小正月には小豆粥を食べるなど行事食と関わりが深い。

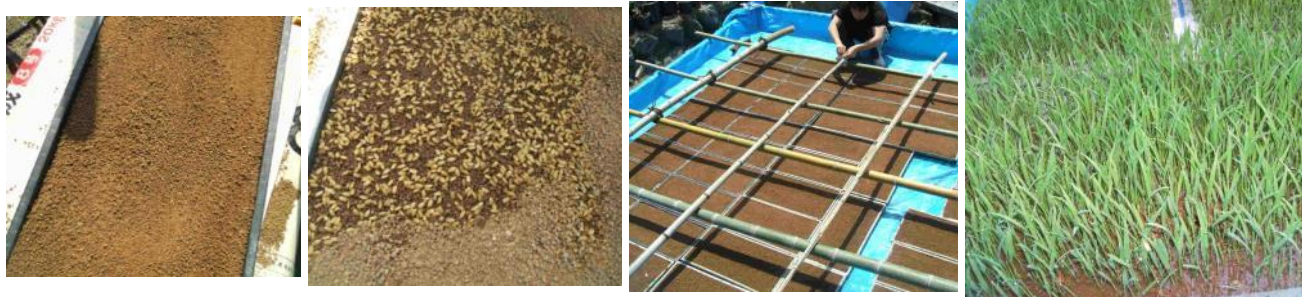
麦踏み



「冬の終わりは春の始め」と言い12月を過ぎ2月の上旬までに麦踏みは行われる。今では麦を耕作する農家も減って寂しいものである。麦踏みとは、冬の間に行われる農作業で、成長を始めて日の達たない麦の上から、両足で3～4回ほど踏みつけるものである。麦は折り曲げられ、傷をつけられ、地面に押さえつけられる。こうすると上から押され土に根がしっかり張り、まっすぐ伸び丈夫な小麦になる。更に、一時的に生育が抑えられるため、穂揃いも良くなり冷害、干害、霜柱の害、風による土壌飛散の害も防ぐともされてきたようである。

さて、山梨の郷土食のほうとうは、この小麦栽培から始まるのである。小豆ぼうとう、みみ、おやき、そばなどどれもこれも地粉を必要とするからである。時代をさかのぼると、江戸時代には庶民の食べ物としてほうとうが記録に度々登場する。

苗づくり



降る雨や 昭和は遠く なりにけり

時代と共に農作業の仕方も随分と変化している。

以前は、水田にもみを撒いて育て、田植えの日、苗をちょうど腕位の太さに藁で束ねて、女衆さんが一列に並び世間話をしながら田植をしていた頃が懐かしい限りである。

現在は家で育苗するには、育苗箱に購入した土を2cm程平らに入れ、機械で捲き畑、水田、庭先とかで育てている。また、JAや知人に頼んだりこの様に家で育苗したりと多様化している。

この後、田植え、田の草とり、ひえぬき、田んぼの水見など一連の水田耕作を終え、稲刈りまで約5ヶ月、機械化が進み作業も軽くなりつつある。美味しい米作りを目指して農作業は続くのである。

さて、峡南地方の水稲耕作のとりわけ、苗づくり、田植えにはもち米に炒った大豆入りの「やこめ」が登場する。

らくがん



「落雁」(らくがん)は、古文書にも登場するくらい歴史ある打ち菓子で京都を中心に発達した。粉に砂糖、水飴を加え練り込み木型に硬く詰め焙炉で乾燥させる。木型次第で、多種多様な落雁が登場している。室町、足利時代から作られ落雁の名前は、唐菓子の軟落甘(なんらくかん)がなまったようである。いろいろの言い伝えも残されている。地方独自の御所落雁、越乃雪、長生殿など銘菓として数多く知られている。小豆落雁、芋落雁、黄粉落雁、そら豆落雁、麦落雁、栗落雁など原料を表した多くの加工製品が見られる。

両手で折って、口に入れ噛むと同時にスーッと溶け出すが種類によって風味、硬さ、口に入れた触感、味覚が異なっている。加工技術の粋を結集した打ち菓子と言える。

左の写真は紅白の落雁で行事の祝日の引き出物に用意された。

きび団子



もも太郎の童話の中に鬼の征伐の為に「御腰につけたきび団子 一つ私にくださいな」と唄われている。伝説の浦島太郎の物語通り京都には浦島神社がある。秋、黍の収穫に合わせてきび餅、黍団子を作ってお供えし、正月の餅にはつきものである。

もも太郎

作曲 岡野貞一

もも太郎さん もも太郎さん お腰につけたきび団子 一つわたしに下さいな

やりましょう やりましょう これから鬼のせいばつに ついて行くならやりましょう

豆餅



山梨県の歌

作詞 矢沢千里 作曲 岡本敏明

—

光(ひかり)すがしい朝風(あさかぜ)に

めぐる山(やま)なみ色(いろ)映(は)えて

のぞみ溢(あふ)れる山梨(やまなし)に
伸(の)びゆく明日(あす)のよろこびを
心(こころ)あかるく語(かた)ろうよ

二

富士(ふじ)もきよらな湖(みずうみ)に
実(みの)る葡萄(ぶどう)の野(の)は晴(は)れて
めぐみ豊(ゆた)かな山梨(やまなし)に
文化(ぶんか)を興(おこ)すたのしさを
共(とも)に讃(たた)えて進(すす)もうよ

三

ゆうべまどいの灯(ともしび)に
力(ちから)新(あらた)に湧(わ)きいでて
ゆくてかがやく山梨(やまなし)に
手(て)をとりいきるしあわせを
胸(むね)の底(そこ)から歌(うた)おうよ

暮れの正月用の餅と言え、白の角餅が定番であるが「豆餅」も好評で合わせて搗いている。作り方は曙大豆を軽く炒って熱湯でふやかし水きり、青のり、くるみ、落花生、香りに柚子皮も入れたりもする。青のり、落花生、くるみも炒ってから混ぜ込む。糯米に一割から二割の粳米を加え搗くのに力を要する。更に副材料が沢山入ると短時間に搗く、伸す作業を手早くしないと上図に奇麗には出来ない。ナマコ形に整え一時間もすると型が落ち着くので横約2cmに包丁で力を入れ切り揃える。餅の中に副材料が沢山入るので各種の餅中でもでき不出来に高度の熟練の技術を要する。

しろかきとやこめ



夏は来ぬ

作詞 佐々木信綱
作曲 小山作之助

1) 卯の花の匂う 垣根に
ほととぎす 早も来鳴きて
忍び音もらす 夏は来ぬ

2) さみだれの そそぐ山田に
早乙女が 裳裾濡らして
玉苗ううる 夏は来ぬ

水田耕作の一つに「しろかき」がある。田植え前の1週間位に行われる作業で土と水が捏ね合って地面を均一化する仕事である。以前は田植えと言わず丁寧に「お田植え」と呼び家によっては、田の神様にお供えもした。昭和50年頃までは、馬や牛が登場し「声かけ」が水田に響き渡ったものである。水田が小さく機械が入らなかった当時では重労働な水田作業となる。出来具合の内容によるところが大きいから、「〇〇さんのしろかきは、上手にできた。」、「でこぼこしていたので、〇〇さんのしろかきはヘタで田植えに時間がかかった」と休息の時に話題になる。しかしトラクターやコンバインでしろかき、田植え、稲刈り等重機で水田作業をするようになると寂しいことに一件この話題は死語となって消えていく。

今も街道筋には、ひっそりと役目を終了した多くの馬頭観音が見守っている。

中国や東南アジアにいったときにこのような「しろかき作業」の風景を目のあたりにし懐かしくて何とも言えない気持であった。

この農繁期、峡南地域は主食の水田作業の食に「やこめ」が登場する。

南アルプス市西南湖にみる安藤家の婚礼献立



山梨県南アルプス市西南湖 4302 番地に広大な敷地をもつ安藤家は、今から 300 年前に健立された。茅葺きの民家では、江戸時代、西南湖村の名主を務めた安藤家は西南湖村の旧家の屋敷である。現在は建物・敷地を含めて昭和 51 年 5 月 20 日、「重要文化財安藤家住宅（国指定文化財）」に指定されている。祖先は小尾由行と言われ、かつては武田家の家臣であった。

母屋からは宝永 5 年（1708）の棟札が発見され、江戸後期から続く豪農の住居・生活を知るうえで非常に貴重である。母屋は茅葺き入母屋造り、表門、土蔵、茶室、中門、板塀全てが国重要文化財に指定された。当代、西南湖村の名主であった旧家は、現在まで一度も火災に合うことなく、往時のまま保存されている。

2010 年 7 月山梨県立博物館学芸員植月学氏、宮澤富美恵氏より「安藤家婚礼献立」の貴重な資料の提供を受けた。当時の名主の婚礼には、両家の縁組を地域・親類に披露し豪華なものとして多額の財産を消費し重要な意義をもつ。料理形式、料理特徴、食材などを見ると松茸、葡萄、栗・栗きんとん、初たけ、蓮根などが出現し秋季であり、4 回の汁物、魚類は鯛尾頭付き、鮪、鰯、さわら、うなぎ、大海老、するめ、熨斗鮑、数子など多彩に出現し花勝男、結昆布、子持小鯛、唐草い嘉、花た子などの文字を使用し、尚一層めでたくするよう図られている。口取の甘露製葡萄、賀満宝子、鳴門巻鶏卵、作身の鮪長手作、鰯薄かさね、鉢肴の鯛船盛など料理屋、仕出し屋に前もって注文した会席膳の形式と推察される。婚礼献立の特徴としては、海なし県の山梨にあって鯛、鮪の刺身、蒲鉾、海老などの魚介類を多く用いることで、海への郷愁や限りない「おごっそう」を振るまう。婚礼の史料、おしながきから一層の懇親をこめた安藤家の一大行事である食事形態の内容を伺い知ることができるが残念なことに年月日が示されていない。

安藤家の婚礼献立

一鉢肴

鯛船盛
附合重
あられ

香こ

一島台 高砂

坪
火取魚

飯

一三寶三組

菊 くり
ら り
け

一米熨斗

唐草い嘉
花た子

二之瀬

一卷寿留女

平 半へん

二之汁

子知
白髮昆布
口胡麻

一吸物 長素麵

一茶碗むし

燒物
但シ鯛尾頭附籠引

千代子
甘煮

色直し御燗酒

酢取生姜

後段
以上
月日

一吸物 子持小鯛

一 寿茂し

上等五ツ盛

—

一口取 甘露製葡萄

小串

白髮大根

汁
つ
ミ
入

一作身

鮪長手作

紅九り

青美

富士山のお山開き



富士山を信仰の対象とする「富士講」にとって、6月30日の「富士山開山前夜祭」と7月1日に行われる「富士山開山祭」は、また御師（富士講を受け入れるための宿坊）をはじめとする富士山と生活を共にしてきた富士吉田市・富士河口湖町の人々にとり大切な年中行事である。北口本宮富士浅間神社では、6月30日に茅の輪くぐりの神事後、「お道開き」が行われ夏の到来を告げる節目の大きな年中行事の一つである。日本神話に登場する手力男命（たちからおのみこと）にふんした太々神楽講長が、しめ縄を木づちで切り落とし、登山道が開かれる、言い伝えによって厳かに開催されている。富士吉田市・富士河口湖町では6月30日新じゃが芋とさや豆やひじき・干椎茸・人参の合わさった炒め煮が調理され皆で食される。海のもの・山の物・畑の物を取り入れた栄養バランスが比較的整った料理である。

しかし、昭和39年の富士スバルライン開通により富士登山のスタイルは大きく変化し、富士吉田駅と北口本宮富士浅間神社を基点とした吉田口登山道の利用の富士講は衰退している。少ないながらも伝統を継承する「富士講」の方々によって守り継がれてきた富士登山スタイルは、富士山文化遺産暫定登録もあり、レジャーとしての富士登山と一線を画した信仰を原点とする山登りのスタイルとし脈わしている。富士講の歴史と吉田口登山道のPRのために、平成2年より「富士山開山前夜祭」の中で「富士講パレード」を実施している。パレード終了後神社では富士登山の安全祈願の神事が行われ、「お道開き」の儀式、茅の輪を潜ったりと富士登山の開始を告げる。

大塚人参のおこわ



11月下旬から大塚人参の収穫が始まっている。大塚人参は、約1mと長く色彩鮮やかな人参色でこの季節しかないのどこぞで道の駅他で買い求めている。大塚人参の特徴を生かしておこわにしたので紹介する。材料は、大塚人参・油揚げ・鶏肉・干し椎茸などを合わせて薄い調味料で下煮して、おこわに炊き上げる。色よいので特に行事、祭日、人生儀礼の祝日等に作りすすめると喜ばれる。

防災訓練・おにぎり（炊き出し）



平成 22 年から 23 年は世界的に自然災害に見舞われている。大規模災害では、地域力の活動により秩序の維持もおおいに期待される。治安が回復していないと行われない活動であり、訓練には特に温かい食事は精神的ダメージを軽減させる効果があり、相互扶助という形で地域コミュニティの楽しみでもある。これらは被災地域周辺の人々や、被災地域そのものにいる人によって行われるケースも多いことから、公的な支援が行われるまでの繋ぎとして、人々の餓えや渇きに早急に対処する上で重要な地域活動でもある。

1 月 16 日（日）2 時から消防団員による身延町常葉地区、栃代川の川下で防災訓練や放水訓練などが執り行われた。「火事場のくそ力」とはよく言ったもの協力的にスムーズに訓練が行われた。「本当に災害がきたら慌てると思うが訓練したので安心」と話していた。

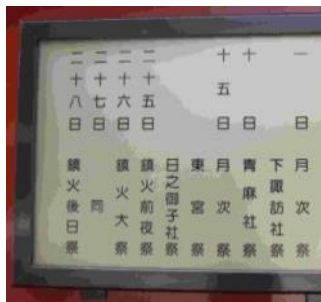
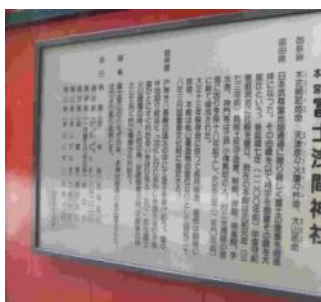
1 月 27 日（木）には峡南消防本部の中部消防署が中心となり身延町西嶋の青原院で防災訓練を行った。同院は身延町指定の文化財として、鴟吻頭竜他 3 点が安置されている。檀家や地域の方々など約 50 人が参加し消火訓練を実施した。参加者はバケツリレーで水を運び、消防団が駆けつけるまでの初期消火を敏速に行い、消火器の使い方や、消火栓の位置を確認したりした。

一連の消火訓練では、おにぎりや味飯、豚汁、甘酒などの炊き出しが振舞われている。今回の情報について身延町常葉の依田千央氏にご提供頂いた。

写真は上段左から 3 枚 1 月 16 日、下段左から 3 枚 1 月 27 日。

火祭りとすすき祭り

吉田のうどん



平成 23 年 8 月 26・27 日、北口本宮富士浅間神社にて火祭りとすすき祭りが開催された。
 この祭りは神社の秋祭りであると共に「富士山のお山じまいの祭り」でもある。
 26 日に行われたのが火祭りである。午後 4 時頃、大神輿と御影（赤富士を模した 1.5 トンもの重さがある「おやまん」と呼ばれる神輿）が威勢よく浅間神社を出発。上宿を練り歩いた後、御旅所に奉安される。この時、大松明と氏子各戸の玄関先に組まれたたいまつに一斉に点火され、火の海が広がった。

祭りを盛り上げるのは担ぎ手で、総勢約 500 人とも言われる。担ぎ手グループは法被を羽おり背中には「富士山」を連想する文字が光り輝いていた。一連行事の中心は「御師」である。江戸時代の最盛期には、上吉田に約 100 軒の御師の家が居住していた。その時代、宿泊所として、登拝の信者を受け入れ重要な任務を担っていたのである。写真には、8 月 26 日の旧戸川家を示した。(3 行目)

27 日に行われるのはすすき祭りだ。初秋の高原の特徴でもあるすすき。安全な登山シーズンが終わったことに感謝する富士山閉山の祭りにその真心の表れとしてすすきを用いる。午後 6 時 30 分、暗闇にかがり火が灯された神社境内の高天原という場所をすすきの穂を持った氏子に従えて御影を七廻りし、御影は 3 回地面に打ち落されて祭りは終焉となる。

さて、吉田と言えば「吉田のうどん」が筆頭に挙げられる。吉田のうどんは、コシのある麺が一番の特徴。スープは 3 つの系統に分かれ、①醤油と味噌の合わせ ②醤油ベース ③味噌ベース よく使われる具材は茹でキャベツである。肉は馬肉を入れることもある。一般的な薬味として、七味唐辛子が置かれる店が殆どであるが、これとは別に唐辛子をごま油で炒めたような辛い薬味も特徴的である。

元来、吉田のうどんは正月や結婚式など晴れの日には供される特別な食べ物であり、日常食ではなかった。それが交通網の発達により増加した登山客や織物を買付けに来る人々に対して、食事を提供するようになり次第にうどん屋が軒を連ねるようになった。

2007 年、農林水産省が「農山漁村の郷土料理百選」に選定した。家庭の様な店で、異なる「吉田のうどん」を提供している。

2011 年 7 月、世界遺産登録に向け富士山は推薦書原案を文化庁に提出した。「信仰」と「芸術」の日本と日本の文化を象徴する名山として、国連教育科学文化機関（ユネスコ）に早ければ 2013 年夏に遺産登録される。

甘酒と白酒



日本の伝統食品の中で味噌・醤油は勿論、甘酒・白酒を調理するのにかかせないのが麴。その麴は麦麴と米麴に分かれる。

その製造に甲府市若松町の「おかめ麴」店は評判よく約 120 年以上も前の明治 27 年から製造している。麴製造販売の「おかめ麴」として創業以来の手作りにこだわり、昔ながらの麴室・むろ蓋等、すべてが歴史を物語っている。また、職人の技術・心意気も受け継がれ、誠心誠意を尽くした最上級の麴を造り上げている。(写真参照)

「おかめ麴」の味噌は原料を厳選し、すべて国内産(地物)を使用した最上級の麴を用い、創業から木の樽により、1 年間という四季を経過しでき上がるため、手間暇がかかっている。甲州ならではの独特の風味豊かな田舎味噌、味のまろやかな麴味噌が時をかけでき上がる。

店舗を訪ねると香り高い麴の漂いが店中にしている。「大寒に味噌作り」と言い、年間では 1 月・2 月頃が 1 番忙しいとおかめ麴の奥様、鶴田徳子氏が話してくれた。

写真には甘酒と白酒を示した。昔、甘酒は夏の飲み物だったようである。白酒はひな祭りの飲み物である。

小麦の収穫・雑穀





山梨県はかつて、小麦粉の収穫量が高かった。周りを 3000 メートル級の山々で、囲まれ約 80%は山林で占められている。冬はほうとう、夏場はおざらが以前から主食とし小麦粉料理が用いられてきた。おやつも蒸しまんじゅう、薄焼き他小麦粉製品が多いのも特徴的である。

さて、2012 年 11 月に小麦の種を捲き、今年の 2013 年 6 月上旬にたわわに実った小麦はカマで根本を刈り入れ藁でくぶり 2 週間ほど天日でしっかり乾す。更に晴れた日、雑穀となる。一家総出で、麦扱きを行う。

七草粥



お正月関連の行事も宴たけなわ、7 日には「七草粥」を頂く日である。前もって、6 日には食材であるなずな、ごぎょう、はこべ、ほとけのざ、すずな、すずしろ、せりを用意する。四季の移ろいと先人の知恵が生み出した伝統行事を執り行い折々の旬の食べ物は大切にしたいものである。後世に伝えたい、理にかなった昔の人の知恵を見直す良い機会といえる。

節分と恵方巻き



節分は、「季節を分ける」季節が変わる節日といい、立春・立夏・立秋・立冬の前日に1年に4回あった。しかし、日本では年の始まりとし春が特に尊ばれ、次第に春に節分のみを指すようになったと考えられている。節分の日に「豆まき」をす太巻きは、江戸から明治にかけ大阪の花街で節分を祝う行事として食べられた。

現在の恵方巻ではなく「太巻きずし」と呼ばれ七福神にちなんで、七つの食材を入れ食べられていた。「恵方巻」と言われるのは、1989年頃からコンビニエンスストアで太巻きを売り出す際、「恵方巻」と名前を付けて販売したのが始まりの有力な説である。その後、瞬く間に全国へ広がり、コンビニエンスストアに限らずスーパーマーケットでも取り扱われるようになった。太巻き（恵方巻）の食べ方として、縁を切らないように包丁などで切らず丸ごと1本、その年の恵方を向いて、願い事を唱えながら最後まで食べる。また、具沢山の巻き寿司を切って大皿に盛り合わせる。これらの要因として、「恵方」とはその年の幸福・祝福を司る年神様のいる方角の事のようにもある。

恵方巻は食品業界によって全国へ広められ、節分に恵方巻が食べられるようになった。恵方巻は手軽に食べられ家族で恵方巻を一緒に作ったり食べたり楽しく過ごしてほしい。

諏訪神社夏祭り 焼きそば





平成 28 年 7 月 16・17 日身延町常葉「諏訪神社夏祭り」が盛大に開催された。天候に恵まれ、穏やかな 2 日間、宵祭りと例大祭で大盛況であった。今年は特に 10 年ぶりに子供神輿が 2 基加わったことで一層賑やかであった。神輿を子供のうちから担ぐ経験させてあげたいと氏子らが手作りで仕上げた。「子どもみこし 10 年ぶり復活」として平成 28 年 7 月 16 日山梨日日新聞に掲載された。

祭りに付きものの定番メニューに焼きそばがある。キャベツをたっぷり入れた焼きそばが列をなして盛況だった。

団子



団子は、うるち米の粉にぬるま湯を入れ良く捏ね成形し蒸した円形の食品である。

仏教伝来と共に、遣唐使によって伝わったと言われ、唐菓子八種の中にある。団喜は「一名歓喜団子」とも呼ばれ、丸い餡入りのもので仏前への供え物として伝承した。

中国では、春節に「元宵」（ユワンシャオ）として必ず円卓に登場する。

また、江戸後期の『滝沢馬琴日記』（1826～1849 年）には米粉の食品である団子、大福、白玉汁粉、

餡入り餅、黍餅など頻繁に行事食・通過儀礼食に作り神仏の供え物としても顕著に示されている。

例年、四月の第二日曜日には甲府市帯那地区の脚石神社の祭典である。(写真参照)

その上帯那中原地区の子安地蔵を祭って3月18日と、8月28日に直径3cmの「団子」を作って氏神様に供えている。昭和40年頃まで山梨県下の氏神様、道祖神など多くの山・川・道などの神様や行事に決まって、団子をお供えしたものだだったと長老が話してくれた。懐かしい限りである。平成26年第28回国民文化祭が山梨県で開催される。山梨の食文化をもう一度見つめなおす機会と捉えたい。

盆の施餓餓行事(水田の旗)



施餓鬼は、仏教における法会の名称である。餓鬼道で苦しむ衆生に食事を施して供養することで、またそのような法会を指す。特定の先祖への供養ではなく、広く一切の諸精霊に対して修される。施餓鬼は特定の月日に行う行事ではなく、僧院では毎日修される事もある。

さて、山梨県の寺では7・8月盆前後に施餓餓行事が開催されるところもある。その場合には写真のように色紙を貼った旗を水田にたて、豊作・五耕豊穰を祈願する。施餓餓行事には先祖の供養も合わせ住職はじめ参加者一同、会食もされる。

資料提供：山梨学院短期大学食物栄養科 教授 依田萬代先生