

# 臼杵市食文化聞き取り調査

## —— 西神野地区 ——

大字 西神野

昔ながらの食と暮らしの記録

## はじめに

本資料は、白杵市野津地区の住民の方々への聞き取り調査をもとに、同地区に受け継がれてきた食文化や食にまつわる風習をまとめたものである。西神野地区は山あいの地域であり、海側の地域とは異なる独自の食文化が育まれてきました。自給自足を基本とし、大豆・麦・小麦・粟などを栽培して、豆腐・味噌・こんにゃくなどを各家庭で手作りしていた暮らしの様子が語られました。



## 一、日常の食事

---

### 朝ごはん

朝ごはんは麦ごはんが基本であった。麦 7 割に対して米 3 割の割合で炊くのが一般的で、炊き上がると米が上のほうに浮き、麦が下のほうにたまった。米だけの白いご飯を食べられるのは盆と正月くらいに限られており、米は大変貴重なものであった。朝は早く、中学生の頃には 6 時過ぎに家を出なければならず、4 時半か 5 時に起きて支度をしていたという。

### 昼食

昼食には「ひやき」を弁当として持っていくことが多かった。小学校の弁当にもひやきを持って行った。ひやきとは小麦粉を水と塩でこねて焼いたもので、かまどでご飯を炊いた後の残り火や灰の中に入れて焼く素朴な食べ物である。牛乳は学校で飲むにもお金が必要で、買えない子どももいた。

### 主な穀物と自給の暮らし

米はなかなか食べられず、日常的には麦、小麦、粟などを食べていた。植林が進む前は畑で麦、大豆、野菜を作っており、各家庭がほぼ自給自足の生活を営んでいた。大豆からは豆腐、味噌、きな粉などを手作りし、各家庭に石臼があって大豆を挽いていた。麴も自分たちで作り、菌だけは買ってきて、各家庭に味噌樽が 2～3 個備えられていた。

### 魚と肉

山間部に位置する西神野地区では、生の海魚はほとんど手に入らなかった。魚屋が売りに来ることはあったが、扱うのは鯖や鰯の塩漬け、干物といった保存のきくものばかりで、生魚は高価で買えなかった。車が普及するまで海の新鮮な魚を口にすることはほとんどなく、たんぱく源としては自家製の豆腐のほか、川で獲れる鰻、鮎、毛ガニなどの川魚を食べていた。鰻は筒状の罟(「か」と呼ばれるもの)を川に仕掛けて獲り、蒲焼きにした。川魚は甘露煮にすることもあった。肉については、各家庭でニワトリを飼っており、卵や鶏肉を得ていた。また猪のすき焼きや、たぬき、うさぎを捕って炊き込みご飯にして食べることもあり、野の獣も貴重なたんぱく源であった。

### 野菜と保存食

野菜も自給自足が基本で、大根、ねぎ、にんにく、ごぼう、にんじん、かぼちゃなどを畑で育てていた。大根は天日で干して切り干し大根にし、保存食として活用した。かぼちゃは卵の代わりにご飯に混ぜて黄色くし、「卵ご飯ができたよ」と子どもに食べさせる知恵もあった。しかし近年は鹿や猪が里に下りてくるようになり、栗、柿、かぼすなどの新芽や実が食害に遭い、かつてのように自由に収穫できなくなっている。

## 二、手作りの食

---

### 袋豆腐

西神野地区の食生活を支えた代表的な手作りの食が袋豆腐である。まず自家栽培した大豆を一日水につけて膨らませ、各家庭に備えてあった石臼でひく。ひいた大豆を大釜のお湯で煮て、沸騰する前に一度取り出し、袋に入れてしっかりと絞る。絞った汁を再び鍋に戻してにがりを加えると豆腐になる。にがりは塩から自分たちで作っていた。できた豆腐を袋に入れ、板の上に置いて重しをし、水を切る。しっか

り絞って固く仕上げるのがこの地区の特徴で、市販の豆腐とはまるで違うしっかりとした食感になる。一度食べたら市販の豆腐では物足りなくなるほどだったという。

食べ方は砂糖醤油で煮つけるほか、醤油をかけてそのままいただくこともあった。固く作るため煮物にしても型崩れしにくく、さまざまな料理に使えた。袋豆腐はお盆とお正月には欠かせないものであり、とりわけ葬儀の際には部落の人々が集まって大釜でみんなで作り、弔問客へのおもてなしとして振る舞った。

## おから料理

袋豆腐を作る過程で大量に出るおからも無駄にはしなかった。ニンニクの葉やほうれん草などの葉物野菜と一緒に油で炒め、砂糖と醤油、あるいは味噌で味付けする。一般的なおからの煮物とは異なり、しつとりしつつもパラパラとした和え物のような食感に仕上げるのが西神野流である。箸でつかめるくらいの程よい加減で、ご飯のおかずとしてよく食べられていた。にんじんなどの根菜は入れず、葉物を中心に使うのが特徴で、季節の青菜を合わせた。

## 味噌づくり

味噌も各家庭で手作りしていた。麴から自分たちで仕込み、麴菌だけは外から買ってきた。大豆は自家栽培のものを使い、各家庭に味噌樽が2~3個置かれていた。味噌は日々の食卓に欠かせない調味料であり、自家製の味噌があることは暮らしの基本であった。

## こんにゃく

こんにゃく芋はかつて畑で自然に大量にできており、植えておけばどんどん増えた。鹿や猪が里に降りてくるようになるまでは豊富に育ち、材料に困ることはなかった。作り方は、まずこんにゃく芋を蒸して皮をむき、すり潰す。そこに水で溶いた石灰を加えて混ぜ合わせ、量が増えてきたら丸く形を整えて湯がく。浮かんできたら引き上げて水につけておけばこんにゃくの完成である。

ただし、こんにゃく作りは豆腐作り以上に難しいとされていた。混ぜ加減の調整が肝で、混ぜすぎると硬くなり、足りないとうまく固まらない。豆腐であればにがり足を足せば調整がきくが、こんにゃくはそうはいかず、何度も経験を重ねて塩梅を覚える必要があった。上手に作れる「こんにゃく名人」と呼ばれる人がおり、その人が作ると市販のものとは違う、歯応えがありながらも柔らかい絶妙な仕上がりになった。手作りのこんにゃくは酢味噌で食べるのが一番おいしかったという。近年はこんにゃく芋も獣害に遭い、作る人もほとんどいなくなった。

## きな粉

きな粉も自家製であった。自分たちで育てた大豆を炒って挽き、粉にした。砂糖が貴重品であった時代、団子にまぶすきな粉はささやかな甘みとして大切にされた。

## 三、郷土料理

### とりめし(ニワトリ飯)

西神野地区では各家庭でニワトリを飼っており、卵を採るだけでなく肉も食べていた。とりめしは3月のシマヨリ(集落の寄り合い)や部落の行事の際に作られた、ごちそうの一つである。

まず切り干し大根を水で戻し、長ねぎ、にんにくの葉、ごぼうを切って油で炒め、醤油・砂糖・塩で濃いめに味付けする。大根は生のものではなく、天日で干した自家製の切り干し大根を使う。生の大根を入れ

ると水っぽくなるため、干し大根を使うことで旨味が凝縮される。ごぼうは自分の畑で育てたものを使い、短冊状に細長く切る。ニンニクは実ではなく葉を使うのがこの地区の特徴で、ネギとニンニクの葉の香りが炊き上がりの味わいを大きく左右した。

鶏肉は骨付きのままぶつ切りにする。デバと呼ばれる出刃包丁で関節ごとに切り分け、細かくしすぎない。炒めた野菜と鶏肉、その煮汁をすべて米と一緒に大釜に入れて炊き込む。炊き上がったら骨を取り除かず、そのまま混ぜて食べる。骨は食べながら口から出す。骨から出汁がしっかり出るため、この食べ方が一番おいしいとされた。大釜の底にできるおこげは格別で、釜の底からおこげが見えた瞬間の喜びは皆が共有する思い出であった。

## こけらすし

山間部で生の魚がなかなか手に入らなかった西神野地区において、こけらすしは酢の力で魚を保存しながら楽しむ知恵から生まれた寿司である。小鰯や鰯を三枚におろし、酢に1~2時間漬ける。大きい魚は半分に切る。大葉を上と下の両面に挟み、酢飯とともに魚の大きさに合わせて握る。普通の寿司屋の握りよりもやや大きめで、大葉一枚くらいの大きさに仕上げる。酢飯の味付けは酢・砂糖・塩を調合したもので、胡麻を入れる家もあった。魚は干物や塩物を売りに来る魚屋から買うか、自分たちで獲った川魚を使い、すべて手作りでまかっていた。

## ばら寿司(ませくり)

ばら寿司は地元で「ませくり」と呼ばれていた混ぜ寿司である。干し大根、しいたけ、ごぼうを甘く炊き、酢飯に混ぜ込んで作る。具材はどれも身近な畑の産物や保存食であり、日常の延長にあるごちそうであった。いなり寿司にすることもあり、特に運動会の時には大きな三角形のいなり寿司に仕立てて弁当に詰めた。子どもたちにとって、運動会のいなり寿司は特別な楽しみであった。

## けんちゃん汁

けんちゃん汁は大根、しいたけ、ねぎを主な具材とし、醤油と砂糖で味付けする汁物である。ただし一般的な汁物とは異なり、まず具材を炒めてから汁を少なめに仕上げるのが特徴で、豆腐も崩して入れる。大根を炒めることで出る水分が自然と煮汁となり、ご飯のおかずとして食べた。たくさん作って2~3日にわたって食べるのが常で、具をいろいろ入れるため日が経つほどに味が馴染んでおいしくなった。

## だんご汁

だんご汁は小麦粉を練って団子にし、手で薄く伸ばして汁に入れる素朴な料理である。年越しの食事としても食べられていた。昔ははったい粉や蕎麦粉を練って醤油をかけて食べたり、ご飯に入れたりもしていたが、だんご汁は小麦粉で作るのが一般的であった。年越しに蕎麦を食べる習慣はあまりなく、うどんを自分たちで打って食べることのほうが多かった。

## やせうま・のべ団子

やせうまは小麦粉の団子を手で薄く伸ばして茹で、砂糖ときな粉をまぶして食べるおやつである。のべ団子も同様に団子を伸ばして茹でるもので、丸く平たくして茹でる「ゆでもち」もあった。砂糖が貴重な時代にあって、きな粉と少しの砂糖をまぶしたやせうまは、子どもたちにとってのごちそうであった。

## 栗餅

栗餅は小麦粉にベーキングパウダー(ふくらし粉)を混ぜた生地で、生の栗をそのまま包んで蒸して作る。発酵や寝かせの時間は不要で、生地をこねたらすぐに蒸し器に入れられる。大きな栗は割って入れ、小さな栗はそのまま入れるため、食べたときにホロツと栗が出てくる。外側は石垣餅のようにゴツゴツとした素朴な見た目に仕上がる。

蒸す際にはバナナの葉、はらんの葉、サトウキビの葉、あるいはサンキレイの葉で包む。これらの葉はくっつきにくく、香りも強くないので蒸し物に適していた。蒸し時間は40分から1時間ほどで、大きさによって加減する。冷凍保存もでき、食べたい時に取り出して食べられる保存食でもあった。かつては栗が豊富に採れたが、近年は猪の食害で栗が採れなくなり、スーパーで買って作ることも増えている。台風の影響で不作の年もあるが、年によっては大きな丹波栗が収穫できることもある。

## ひやき・こうら焼き

ひやきとこうら焼きは、いずれも小麦粉を使ったおやつであり、お菓子のなかった時代の子どもの楽しみであった。

ひやきは小麦粉に塩を入れて水でこね、丸めたものをまず表面だけ素焼きしてから、かまどの残り火や焚き火の灰の中にくべて焼く。表面を先に焼き固めるため、灰の中に入れても炭がつかない。炭酸(ふくらし粉)を入れて少し膨らませることもあった。弁当として学校や炭焼きの仕事場に持っていくこともあり、日常の食事としても重宝された。

こうら焼きは鍋に油をひき、小麦粉に塩や砂糖をこねた生地を薄くつけて両面を焼いたものである。ひやきが灰で焼くのに対し、こうら焼きは鍋で焼く点が異なる。どちらも中に具は入れず、小麦粉と塩と水だけで作る素朴なものであったが、食べるものが限られていた時代にはそれでも十分おいしかった。

## こねはみもち

こねはみもちは、芋を使ったこの地区独特の食べ物である。白い芋(鹿児島焼酎を作るような品種)を蒸して皮をむき、潰してから小麦粉、水、塩と一緒にこねて団子にし、蒸して食べる。芋が入ることで生地が柔らかくなり、芋本来の甘みが加わる。生の芋を使うため黒くならず、ほんのり白っぽい仕上がりになる。塩をほんの少し入れると甘みがいっそう引き立った。砂糖が手に入りにくい時代にあって、芋の自然な甘さは貴重であった。大家族が多かった当時は8人、9人、10人と家族がいたため、蒸し上がったそばからなくなるほどの人気で、焼いて食べる余裕すらなかったという。名前の由来は「こねる」からきており、芋と粉をこね合わせることからこねはみもちと呼ばれた。

## 四、年中行事と食

### 年越し・正月

年越しにはだんご汁を食べるのが習わしであった。蕎麦を食べるようになったのは最近のことで、昔ははったい粉(蕎麦粉)を練って醤油をかけて食べたり、ご飯に混ぜて食べたりしていた。年越し蕎麦ではなく、うどんを自分たちで打って食べていた家もあり、特別なものを食べるというよりも、手元にある材料でその日をしのいでいた。

正月になると餅をつき、よもぎ餅(ぶつもち)も作った。正月は数少ない白い米だけのご飯が食べられる機会でもあった。魚については、鰯を買って刺身や煮つけ、アラ煮にして食べるのがごちそうであった。ただし生の魚は高価でなかなか手が届かず、日常的には塩物の鯖や鰯を魚屋から買って焼いて食べることのほうが多かった。袋豆腐とこんにゃくは正月に欠かせないものとされ、どの家庭でも必ず用意した。初詣は集落の熊野神社に参り、鎖をたどって登る獅子巖の上にある社まで足を運んだ。

## お祭り(神社の祭り)

西神野地区の熊野神社では、毎年8月上旬に祭りが行われ、集落が最もにぎわう日であった。この祭りで奉納されるのが「風流杖踊り(ふりゅうつえおどり)」、地元では「花棒(はなぼう)」と呼ばれる伝統の踊りである。江戸時代から伝わるもので、踊り手は長さ2メートル近い棒を振り回しながら踊る。この踊りは大分県指定無形民俗文化財に指定されており、白杵市弥生町西神野の熊野神社(尺間山登山口)に伝わる観音庵宝薩の奉納芸能として、修験道の信仰と深く結びついている。林尚史氏の研究「豊後の国尺間山の研究」によれば、花棒踊りは修験者によって持ち込まれた棒術に由来するもので、熊野信仰に属するとされる。太鼓の音に合わせて花棒が舞い、集落の人々が一堂に集う祭りの日には、お酒が振る舞われ、袋豆腐やおでん、煮物が並んだ。団子を砂糖ときな粉でまぶしたものや、やせうま、だんご汁なども食べた。ニワトリを潰してとりめしを大釜で炊くこともあり、祭りの食卓は日頃の質素な食事とは別世界であった。盆と正月くらいしか米を食べられなかった暮らしの中で、祭りの日はご飯を存分に味わえる貴重な機会でもあった。



## おせったい(4月4日頃)

おせったいはお釈迦様の生誕を祝う行事で、年に1回、4月4日頃に行われていた。各家庭で赤飯を大釜で炊き、神様のところにお参りした後、集落の人々に配って振る舞った。かつては集落全体で行われていた行事であるが、現在は途絶えている。

## シマヨリ(3月)

シマヨリは集落の寄り合いのことで、3月頃に行われた。この日にはにわとり飯を作って皆で食べるのが慣わしであった。部落のよりごとの際にはニワトリをさばき、骨付きのまま大釜で炊き込むにわとり飯が、集まった人々をもてなす料理となった。

## 金毘羅様(9月10日頃)

金毘羅様の祭りは9月10日頃に行われる実りを祝う行事であった。秋の収穫に感謝を捧げる機会であったが、近年は集落の高齢化が進み、かつてのように行われなくなっている。空き家のお墓の掃除を引き受ける人もおり、祭りの維持そのものが難しくなってきたという。

## いのこ

いのこはわらすぼ(藁すぼ)で地面を叩き、害獣を追い払う行事である。猪などの獣害から田畑を守るための祈りが込められていた。この日にはいのこ餅やつき餅、よもぎ餅(ぶつもち)を作り、おでんなども食べて過ごした。

## お日まち

お日まちは正月に行われる行事で、隣保班の人々が1軒の家に集まって泊まり、翌朝の日の出をみんなで拝むというものであった。各家庭から米を持ち寄り、お酒は日本酒を1斗(約18リットル)買ってきて、集まった者たちで飲み上げた。12人ほどが夫婦で集まり、一晩かけて語り合いながら酒を酌み交わした。飲んでいたのは地元の赤嶺酒造や藤居酒造の酒で、1斗をその夜のうちに飲み切るほどであったという。日頃は質素な暮らしの中であって、お日まちの夜は集落の人々が心おきなく楽しめる数少ないひとときであった。

# 五、食材と暮らし

## 自給自足の暮らし

西神野地区の暮らしは、ほぼすべてを自分たちの手でまかなう自給自足が基本であった。畑では大豆、麦、小麦、粟、野菜を作り、各家庭でにわとりを飼って卵と肉を得ていた。大豆からは豆腐、味噌、きな粉を作り、麦は日々の主食として炊いた。柿や栗、かぼすなども身近に採れ、栗は餅に入れ、柿はそのまま食べた。植林が始まる前は集落の周囲に畑が広がっており、さまざまな作物を自由に育てることができた。しかし植林が進むにつれて畑が減り、さらに近年は鹿や猪が里に降りてくるようになって状況が大きく変わった。こんにゃく芋はかつて畑に植えておけばどんどん増えたが、今では獣に食べられてしまう。栗も猪に先を越され、かぼすは鹿が新芽を食べてしまって木そのものが育たない。梅の木も新芽をすべて食べられ、葉が一枚もつかなくなったという話もある。かつては家の近所に何を植えてもよくできたが、今ではほとんど何も育てられないと、住民たちは口をそろえる。

## 川の恵み

集落を流れる川はかつて豊かな食の源であった。鰻、鮎、毛ガニなどが獲れ、川魚は日常的な食材であった。鰻を獲るには「か」と呼ばれる竹で作った筒状の罟を川に仕掛けた。竹の皮をきれいに取ると中に鰻が入っており、それを蒲焼きにして食べた。鮎や小さな川魚は甘露煮にした。山間部で海の魚が手に入りにくかった時代、川の魚は貴重なたんぱく源であった。しかし現在では川で鰻を獲る人もいなくなり、魚の量も減って、かつてのような川漁の風景は見られなくなっている。

## 山の恵み

山に囲まれた西神野地区では、野の獣もまた食材であった。猪はすき焼きにして食べた。猟師が獲ってきたものを分けてもらうことが多く、もらって食べた猪のすき焼きがおいしかったという記憶は多くの住民に共通している。うさぎも食べており、一度味付けしてから米と一緒に炊き込むと大変おいしかったという。戦国時代からうさぎを食べる習慣があったとも言われ、滋味深い肉として好まれていた。ためきを食べたという話もあるが、獣肉を日常的に食べていたわけではなく、猟をする人がいて、分けてもらえた時のごちそうであった。

## 魚の流通

山あい位置する西神野地区では、生の海魚はほとんど手に入らなかった。魚屋が売りに来ることはあったが、扱うのは鯖や鰯の塩漬け、干物といった保存のきくものばかりであった。生魚は高価で、日常的に買えるものではなかった。町まで出るにも歩いて行かなければならず、距離の問題も大きかった。新鮮な海の魚が食べられるようになったのは、車が普及してからのことである。それまでは川魚と塩物の魚、そして自家製の豆腐が主なたんぱく源であり、肉や魚を自由に食べられる暮らしとは無縁であった。

## 暮らしの知恵

限られた資源の中で暮らしていくために、西神野の人々はさまざまな知恵を生み出していた。灰の汁は洗濯に使っていた。にがり塩は塩から自分たちで作り、豆腐作りに用いた。こんにゃくを固めるための石灰も身近な材料から調達した。大豆一つとっても、豆腐、おから、味噌、きな粉と余すところなく使い切り、捨てるものは何もなかった。砂糖は貴重品で、甘みが欲しい時には芋の自然な甘さや、きな粉にわずかな砂糖をまぶす程度で工夫した。かぼちゃを潰してご飯に混ぜ、黄色くなったご飯を「卵ご飯ができたよ」と子どもに食べさせる祖母の知恵もあった。何もないからこそ生まれた工夫の一つ一つが、この地区の食文化の根底を支えていた。

## おわりに

西神野地区の皆さまからは、山あいの暮らしの中で育まれた豊かな食文化について、たくさんの貴重なお話をお聞きすることができました。大豆から豆腐・味噌・おからを作り、こんにゃく芋からこんにゃくを作り、自家栽培の穀物や野菜、飼っていたにわとり、川で獲れる魚など、身近な食材を余すことなく活かす知恵と工夫が語られました。

これらの食の記憶を次世代に伝え、地域の宝として残していくことが、この調査の目的です。ご協力いただいた西神野地区の皆さまに心より感謝申し上げます。

### 西神野地区の食文化 聞き取り調査報告書

発行：白杵食文化創造都市推進協議会

調査協力：株式会社たべごとカンパニー

対象地区：西神野地区（上西神野・下西神野）

# 【参考写真】風流杖踊りに関する祭具





