



第2章 人々の暮らしと自然

しよくせい かつ

食生活のうつりかわり



佐渡島に住む人々は、どんなものを食べて生活してきたのでしょうか。そして、食べることや食事をつくることに、どんな思いを込めてきたのでしょうか。

ここでは、大正時代の終わりごろから昭和の初めごろを中心に、人々の暮らしと食生活のうつりかわりをみてみましょう。

ふだんの暮らしと食生活

昔の人々は、季節のうつりかわりとともに、自然からあたえられる材料を大切にして、食事をつくっていました。昔は、魚や肉だけでなく、お米や野菜もとても貴重だったので、人々は材料をむだづかいしないように、そして少しでも長い間味わえるように、くふうしていたのです。

まだ電気もガスもふきゆうしていないころ、ご飯を炊いたり、野菜をゆでたりするためには、火をおこし、かまどに薪をくべて準備しなければなりません。おいしく料理するために、薪を節約し、火力を一定にする技術が求められていました。

材料が限られ、不便なことも多かったのですが、材料をくふうして食事をつくることは楽しみでもあり、食べ物に季節を感じることも多かったのです。そして、人間に食べ物をあたえてくれる自然に、感謝する心を忘れませんでした。



およめさんのお膳がいちばん背が高いね。なんだか意外だな…。



ふだんの食事に使ったお膳 1953 (昭和28) 年ごろ

旧両津市食生活改善推進協議会編『両津のお膳—伝えたい味—』より



おしゅうとさん

おしゅうとめさん

およめさん

むかしはこういうふうに決まっていたんだって。



農家のふだんの食事

今では、朝・昼・晩の三食で、晩ご飯をいちばんしっかり食べる家が多いのではないのでしょうか。しかし、昔の家では、朝ご飯をしっかりと食べていました。昼ご飯は朝の残りを食べ、晩ご飯も軽くすませていました。また、白米がとても貴重だったので、一度にたくさんのお米を使うことがないように、じゃがいもや大根などの野菜や海藻を入れていました。

お味噌汁のダシをとるときには、昆布や煮干しはあまり使わず、大豆を加工してつくった「打ち豆」を使うことが多かったようです。佐渡島は海に囲まれていて、魚や海藻は昔からたくさんとれますが、それでも魚も貴重なものでした。お刺身など、生の魚を食べることができるのは、一年に何回かしかありませんでした。

いろいろな年中行事と食事

■ 大晦日とお正月の食事

ふだんの食事は、節約して材料を大切にしながら、くふうしてつくっていましたが、お正月のようなお祝いのときには、一年に何回かの“ぜいたく”をすることができました。大晦日や元旦のお膳には、おかしらつきの魚や茶わん蒸し、煮しめなどが出て、三が日には白いご飯もたくさん食べました。



大晦日のお膳

お正月（元旦）のお膳

ごまめ

おかしらつきの
生の魚

大晦日やお正月には、お膳にのり料理の数も多く、お刺身や煮しめなどもついてたんじゃ。今では当たり前にも食べているものでも、昔はたいへんごちそうだったんじゃ。

黒豆

こはく
紅白のなます
(魚の子入り)

きんぴらごぼう

煮しめ

あんもち

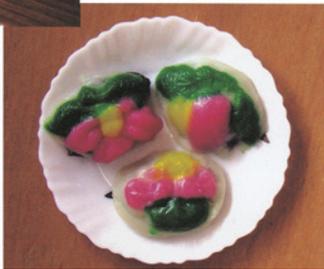


旧両津市食生活改善推進協議会編『両津のお膳—伝えたい味—』より

■ お祭り・お彼岸・節句の食べ物



◀しゃかだんご



かただんご▶

旧 両津市食生活改善推進協議会編
『両津のお膳—伝えたい味—』より

たおだんごで、色やかざりをつけたあとに「型」に押しつけて模様をつけるものです。

このほか、お彼岸には白い小さなおだんごを仏さまに供え、また端午の節句にはカヤで巻いた草だんごをつくって食べていました。

お祭りやお彼岸、3月3日や5月5日の節句のときには、それぞれのおうちでおだんごをつくっていました。子どもたちは、こうした行事のときにはおだんごが食べられるので楽しみにしていました。

「しゃかだんご」は、地域によって「やせごま」とか「しんこ」などによび方がちがいますが、名前のとおり「お釈迦さま」のお祭りで供えるためにつくっていました。おだんごに色をつけて、蒸したあとに小さく切ると、中からおめでたい模様や文字があらわれる、カラフルでとても美しいおだんごです。

また、ひな祭りや村のお祭りのときには「かただんご」をつくっていました。これはあんこが入

■ 田植えのときの「庄屋さんの食事」

むかし、農村の庄屋さんのおうちでは、田植えのときに近所の人を手伝いをするならわしがありました。手伝いをした近所の人には、庄屋さんから食事がふるまわれました。農家の人たちは、それを楽しみに手伝いをしていました。ふだんから節約につとめて、つましい生活をしていた人たちにとって、この食事はとてもぜいたくなものでした。

この庄屋さんの食事や、お祝いごとで近所の人を招いてもてなす食事のお膳には、「つと」というわらを編んだ入れものがつきました。これは、食事をいただいた人がお膳の料理をすべて食べず、焼き魚や煮しめなどをこの「つと」に入れて持ち帰り、うちで待っている家族に食べさせてあげるためのものでした。ごちそうは家族で分けて食べようという、むかしの人々のささやかな暮らしぶりや、家族を大切に作る気持ちが伝わってくるお話です。



▲お祝いごとのお膳 ▼「つと」



旧 両津市食生活改善推進協議会編
『両津のお膳—伝えたい味—』より