

〈ふるさとの食卓〉

## みんな「食べて」大きくなった③4

和歌山大学  
産学連携・研究支援センター  
湯崎 真梨子教授

土地から生まれた地元食。地域に百の家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。

## さんまと豆まき

節分には、豆やいわし、恵方巻とスーパリーなどで宣伝されるが、熊野の各家では独特の風習を今に伝えている。

節分とは立春の前晩、大寒の最後の夜で冬と春を分ける日。季節の変わり目には邪気(鬼)が入りやすいと考えられ、宮中の鬼払いの儀式がルーツといわれる。

節分に玄関に飾る「鬼の目突き」は焼きいわしとヒイラギが一般的で、焼きいわしの臭気と煙で鬼を近づけず、ヒイラギの葉の棘で鬼の目を刺すとするが、熊野ではさんまとアリドオシを用いることが多い。各所で聞いた鬼の目突きはこうだ。

さんまの干物の頭をアリドオシにつけて玄関に飾る(太地)。

## 鬼の目突き

は枝から鋭い針をたくさん持っためいずれも鬼の目を刺すのにはうってつけだ。

大豆が持つ精霊の力で邪気をはらうとされる豆まきも独特だ。串本の子どもは節分の日に学校から帰ると母から「浜に鬼の目を拾いに行け」と言われた。串本の上浦海岸は平らな磯が広がっておりそこで黒い大豆の小石を拾った。

太地でもやはり学校から帰ると母から「フクダマ」を拾いに行くように言われ、浜や岩の間で小さな巻貝の殻を拾った。磯の食べられる小さな貝で縁起物として福玉(フクダマ)と呼んだのだろうか。

那智勝浦では川原で拾った美しい小石を鬼石といい、いずれもこれらを煎り大豆と一緒に柀に入れ、まくのである。

串本で聞いたことでは、拾った小

あじ、いわし、さんまなどの干物一種をヒイラギにつけて玄関に飾る(串本)。



鬼の目突き

石は洗って床の間に置く。煎り豆を入れたおひねりをふたつ作り、お宮さんを持って行きお参りをする。一つは神様にささげ、持ち帰った一つは床の間の鬼の目(小石)と混ぜてまくのだ。

なぜ小石や貝を混ぜ

たのかは筆者には調べ切れていない。しかし「福は内、福は内」と戸を閉めた家に向かって豆をまく時、小石混じりの豆は戸板に当たりバラバラと大きな音を立て、本当に鬼がやって来たような気がしたという。鬼退治の儀式は子どもにはとても興奮的だった。最後に大声で門口から「鬼は外」と叫ぶと玄関を閉めた。そしてその夜は外に出なかった。

白紙に包んだ煎り大豆は氏神に供えるが、「那智勝浦に住む父は那智大社まで下駄履きで歩いて参った」との思い出も。厳寒の節分に長路のお参りはどんな気持ちだったのだろうか。

豆まきが終わると、串本の岡村家では鬼の目突きをはずし、やぐらコタツの火の回りに家族が集まり、年長の者が干物を焼いた。焼く傍で母が「皆が健康であるように、賢くなるように」と唱えたという。焼いた干物はまた鬼の目突きとして飾られた。煎り大豆は年輪の一つ足した数を数えながら食べた。

何れも昭和30年代頃の思い出だが、今もその風習を守る家もある。地域や家々により伝承は異なるが、季節の変わり目に、厄をはらい家族の無病息災を願った母や父の祈りが感じられる風習だ。

## 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。専門は、農村社会学、地域再生学。内発的発展、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

## さんまの甘辛煮

(中谷和志)

さんまがたくさん入った時にまとめて作り置き。ごはんによく合う常備菜です。

## 【材料】

- ・さんま 9尾
- ・酒 100cc
- ・水 700cc
- ・しょうが 1片
- (調味料) 砂糖50g、みりん80cc、しょう油80cc

## 【作り方】

- ①さんまのうろこを取り、頭を落とし、4等分の筒切りにする。
- ②さんまの腹の中を箸などでつつくように取り出し、流水できれいに洗い流す。
- ③しょうがを薄切りにする。
- ④さんまを圧力鍋に入れ、さんまがヒタヒタになる量の水と酒、しょうがの薄切りを入れ、圧力鍋が沸騰してから30分程煮て10分ほど蒸らす。
- ⑤さんまが煮上がったら、普通の鍋に煮汁ごと移し調味料(砂糖、しょう油、みりん)を入れ、煮汁がなくなるまで40〜50分程度煮詰めれば完成。



## \*ポイント

- ・さんまの尾は切り離さない。切り離すと尾の方から身がまわって見栄えが悪くなる。
- ・圧力鍋の代わりに、普通の鍋で落とし蓋をして2時間程度弱火でコトコトと骨が柔らかくなるまで煮る。水をつぎ足しながら最終的にヒタヒタ程度の水が残っていればOK。
- ・盛り付けにはしょうがの千切りを天盛りに。しょうがをすく使わない時は、千切り後に少量の日本酒を振りかけておくと変色が少ない。

(レシピは、Kumano 食と農の学校レシピ集)  
(湯崎真梨子代表 湯崎より提供、加筆修正)  
※次回(2月20日)土曜掲載予定