

令和3年度 第64回 岡山県学校給食研究協議大会

# 岡山県の郷土料理

— 古記録にみる食材と調理法 —

岡山食文化史研究会

岡嶋隆司

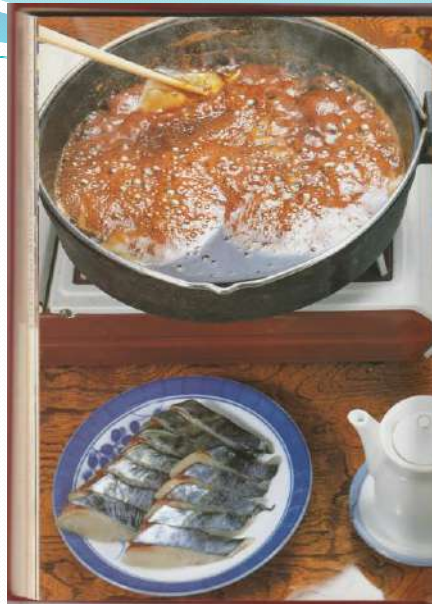
## 目次

- |             |               |
|-------------|---------------|
| ① 鯖(サワラ)    | ④ 米烏賊(ベカ=ベイカ) |
| ② 鱒(ヒラ)     | ⑤ 苗蝦(アミ)      |
| ③ 飯借的(ママカリ) | ⑥ ちらし寿司       |

① 鯖の郷土料理

【さわらの炒り焼】

上身にした新鮮な鯖を皮付きのまま刺身より大きめに包丁して大皿に広げ盛る。鍋に醤油、味醂、酒、砂糖を入れ、ぐつぐつと煮立ったところで先の鯖を箸でつまんで鍋の中を一回して引き上げて賞味する。特に備前市日生町で食される。



『おかやまの味』1984岡山県郷土文化財団より 一部改変

炒り焼き(煎焼・熬焼)は、熬物とも呼ばれ、その料理法は、江戸時代の<sup>1643年</sup>『料理物語』、<sup>1674年</sup>『江戸料理集』、<sup>1696年</sup>『茶湯献立指南』、<sup>1771年</sup>『新撰会席しっぽく趣向帳』、<sup>1745年</sup>『伝演味玄集』、<sup>1746年</sup>『黑白精味集』、<sup>1771~1792年</sup>『料理秘伝記』などの古典料理書に記載されているが、鴨や雁などの鳥類や鯛、鮭、鱈、鯉などの名だけで鯖の名は見られない。また、現代の郷土料理「鯖の炒り焼き」は軽く火を通すだけのシャブシャブ状態だが当時の炒り焼きは完全に火を通しており、岡山の炒り焼きは、独自の料理法と言える。

したがって、この料理は、江戸時代まで遡らない可能性がある。



はまち鋤焼きの図

### はまち鋤焼き

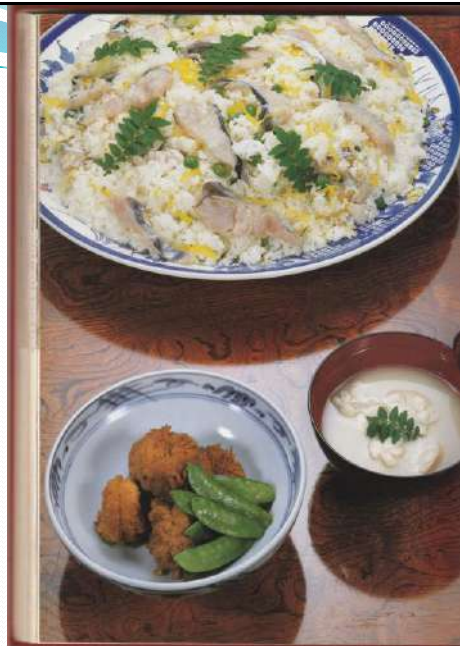
「常のごとく三枚におろし小口より二分ほど  
に作り 唐すきを火にかけよく焼けし時油  
にてぬぐひ その上へ右の作りたる身をな  
らべて焼くなり あまり火通りすぎでは悪し  
大こんおろし しゃらゆ とがらしなどにて  
席上にて焼くべし からすきなき時は薄鍋  
いたら貝の殻にてもよし」

醍醐山人著 『料理早指南』初篇 享和元年(1801)より



### 【さわらのこうご寿司】

上身にした鯖を皮付きのまま厚めの  
造り身にする。塩を当てて締めた後、  
酢で締める。身を引き上げた後の酢に  
砂糖と塩を加え炊きたてのご飯と合わ  
せ冷まし鮓飯を作る。沢庵漬けを細く  
刻み鮓飯と合わせ混ぜ上に締めた鯖  
の造り身と青身を飾り盛る。紅生姜を  
散らすこともある。散らし寿司の一種。



『おかやまの味』1984岡山県郷土文化財団より 一部改変

酢締めした魚身と香物を使用した寿司は、江戸時代からある。残念ながら鯖を使った記載は見られないが『鯛百珍料理秘密箱』<sup>1785年</sup>の中に「鯛の香物鮓」がある。

以下、記載内容を紹介する。

#### 鯛の香物鮓の仕方

「一 鯛を三枚におろし 血合と皮をとりて <sup>すてぶり</sup>捨作にして しばらく酢につけをき 上々の冬漬の大根の香のものの上皮をとり うすく小口切にして一二度水に洗ひ めしは常のごとくして右魚のすてつくりしほり 香物にまぜ合 又めしをまぜ おし 石をきつとかけ 出し候節に掘出し申候て小皿に入れて出す 風味一だんのすしなり」

記載によれば、この寿司は押し石を掛ける「柿鮓」の一種であるが、「鯖」が「鯛」に変わるだけで、その他は、ほぼ同じ料理法である。

#### 【さわら刺身】

最も岡山らしい鯖の食べ方であるが、室町時代の献立にはすでに記載がある。

『吉備津宮舊記』文明十四年とら(1482)卯月廿八日

吉備津神社の神官が吉備津彦神社の神官を饗応した献立で現存する岡山県最古の献立。

献立の構成は、「初献」、「朝飯」、「二の膳」、「三の膳」、「四の膳」、「五の膳」、「二献」、「三献」、「四献」、「五献」、「六献」、「七献」、「八献」からなる物で鯖の記載は「三の膳」に見られる。

三の膳

むしり物 なます あゆしる

さわらさしみ

ひしきあへさかいて きひ麥いゝ

鯖の刺身は、江戸時代の料理書にも記載がある。

1643年  
『料理物語』寛永二十年版 △第一 海の魚之部 「鯖 (中略) さしみ」  
△第十一 指身の部 「さわら いりさけ しゃうがず」

推定1700年代後半  
『四季料理献立』 「鯖(中略) 肴差躬 <sup>さしみ</sup> さわら 岩たけ からし酢」

1733年  
『料理集』 「さわら 鱈 さし身 やきみそ 酢にて能候(以下略)」

1746年  
『黑白精味集』 「肴差躬 さわら 岩茸 からし酢」

刊年不記  
『古今料理集』 「一 さはら 賞翫也(中略) 一 <sup>さしみ</sup> 指身(以下略)」

現代と違い造り醤油ではなく、煎り酒、生姜酢、からし酢、焼き味噌、酢などで供している。

### 岡山の古記録に見る「鯖」

- ①『社中御酒注文』永正十三(1516)卯月廿四日 さはら小やき物取て
- ②『安永二年(1773)宿方御休泊留』安永三年三月十三日 平 わらひ 切干 さわら切身
- ③『寛彰院茶会記』文政十三庚寅年(1830)十一月六日夕献立 向 さわら 岩たけ 干大根 煎酒
- ④『寛彰院茶会記』天保八年(1837)西ノ十月廿七日 御重引 さわら塩焼 なら漬け香物
- ⑤『御巡見様御止宿記録』天保九年(1838) 御向 鯖塩焼 御香物添ル
- ⑥『西爽亭茶事』弘化三年(1846)十一月十六日 八寸 鯖ほら子角切 橙皮味噌漬 土筆甘煮
- ⑦『天城藩主池田政徳・政昭・政和関係茶会記』(嘉永六年(1853)か?)三月廿八日 盆鉢 鯖 からしす ひら いり酒
- ⑧『大庄屋日記』安政二年(1855)四月朔日 皿盛 からし酢 鯖作り 白髪大根 狸々のり
- ⑨『大庄屋日記』安政三年(1856)四月十一日 御肴 鯖子つけ 鯛作り身 からしす 御焼物 鯖切焼

② <sup>ひら</sup> 鱈の郷土料理

【現代のヒラ料理】

ヒラは、小骨の多い魚であり、調理には、骨切りをして用いる。今日に伝わるヒラの料理は、水洗いした後、三枚に卸して腹骨をすき取り、皮付きのまま細く庖丁し、山葵や生姜を添えて刺身で食したり、酢の物にしたりする。また、丸のまま骨切りして筒切りし、焼き物や煮物、蒸し物などにも用いる。

その他、岡山の郷土料理「岡山ばらずし」に用いる鱈が産卵の為に味が落ちている初夏の時期に鱈の代りとして用いられる。



煮物と酢物

『おかやまの味』1984岡山県郷土文化財団より 一部改変

【古記録にみる鱈】

『社中御酒注文』合永十三年(1516)卯月廿四日  
岡山県最古(室町時代)のひら料理の記載

「(前略)二のせん <sup>鱈</sup> ひらなます 鳥ノやきもの 鳥のしる しく  
ちさしみ からすみ 酒ひん むしりもの 鯛入る(後略)」

『御後園諸事留帳』享保十七年(1732)～明治五年(1872)

【天保十一年(1840)六月八日】

御田植御祝儀被下 判形中へ出分  
「酒 鉢盛 鯰 鱈 茄子 焼とふ婦 木瓜 鉢ニひら鱈  
(後略)」

【天保十四年(1843)五月廿日】

指出  
「(前略)膳 猪口 ひらかき和丞 汁 海老こ口 わかめ  
(後略)①『社中御酒注文』合永十三年(1516)卯月廿四日  
「(前略)二のせん ひらなます 鳥ノやきもの 鳥のしる しく  
ちさしみ からすみ 酒ひん むしりもの 鯛入る(後略)」

【弘化四年(1847)五月十五日】

御献立(中略)御田植御祝儀御兼合ニ而御酒被下  
「鉢盛り 鱈骨切 鯰 巻鮓 焼豆腐 枇杷 葱通り 鯰・ひら・  
蛸・竹の子・木瓜・枇杷・こんぶ 右所々見合盛り」



『備前備中国之内領内産物帳』  
岡山県郷土文化財団復刻より 一部改変



【弘化四年(1847)五月十五日】

御献立(中略)御田植御祝儀御兼合ニ而御酒被下

「鉢盛り 鱧骨切 鯰 巻鮓 焼豆腐 枇杷 惣通り 鯰・ひら・蛸・竹の子・  
木瓜・枇杷・こんぶ 右所々見合盛ル」

【弘化五年(1848)五月七日】

差上御献立左之通(中略)御次分奥廻り

「鉢盛 いか ひら 筍」(後略)

【嘉永二年(1849)閏四月七日】

御場所より指上御献立

「(前略)晩飯 鉢盛 鯰・いか・ふき 鉢 作り身 鱈・ひら」(後略)

### 古典料理書にみる「ヒラ」

①『新撰庖丁梯』享和三年(1803) 杉野駁華著

ひの部

「ひら このしろの一種にして性味もほゞ同じ 病人食へからず」  
「ひら ほそ作り ひしき穂 めうか竹」  
「ひら てんかく」

②『素人庖丁』二編文化二年(1805) 松本屋平四郎著

○魚類之部 雑魚仕様 ○ひら

「○骨切 此魚此しろに似て大きく小骨多き魚なり 先魚の大小にかぎらずみずあらひよくし 両表より中骨まではものほね切するごとく切込程よく切て串にさし焼べし 付やき 田楽心まかせなり 又三枚におろし両肉とも肉の方より皮の所まで前のごとく切込み串にさし焼くもよし きのめ さんせう とからし 右の中にて醤油敷に和して遣ふへし」

「○鉄砲和 是も水洗よくし三枚におろし腹骨をすきとり皮もとり背越に薄々作り塩すこしふり置て けずり大こんなどにて鉄ほうあへにすべし 尤よし」

「○ぬた鱈 是も前のごとく背越二つくり塩すこしふり当 木くらけ あけとうふせり 椎たけ とからし 右の品ども加へぬた鱈二すべし」

「○小串 是も三枚におろして肉を小さく角に切て小串にさし さんせう醤油 同みそ とがらし醤油 同みそ 右の品にて付焼田楽心まかせにして出すべし」

以上が古典料理書に記載された「ヒラ」の料理である。現代と同じ手順で調理されていることから、江戸時代には完成されていたことが分かる。

●

### ③ ママカリの郷土料理

#### 【酢漬け】

鱧と頭、内臓を取り除き、塩と酢で締めた料理。好みにより酢に砂糖を加えたり、生姜を入れる。

#### 【焼き漬け】

鱧を付けたまま素焼きにして、熱いうちに二杯酢、三杯酢に漬ける。

#### 【糠漬け】

米糠に塩を加え漬け込み、焼いて食す。保存食の一つ。

#### 【鮓】

頭と中骨を取り除き、尾付きのまま開いて、締めて握り鮓にする。

#### 【丸ずし】

姿鮓のこと。秋祭りの時によく作られていた。

#### 【塩漬け】

保存食、塩抜きして使う。おもに焼き物。

#### 【焼き物】

素焼きにして醤油を付けたり、味噌を塗り魚田にする。もともとシンプルな料理である。

#### 【南蛮漬け】

水洗いして打ち粉をし、油で揚げて合わせた南蛮酢に葱と一緒に漬ける。

以上が現代に伝わるおもなママかり料理であるが、今日の家庭では、【焼き漬け】や【焼き物】が一般的である。



酢漬・焼漬



にぎり寿司

『おかやまの味』1984  
岡山県郷土文化財団より 一部改変

### 江戸時代岡山の献立にみる飯借的

#### ①『岩藤林弥茶』文化十四年(1817)十一月廿日正午

向平 鯛切身 車海老 ぜんまい

汁 ちさ 長いも 飯

引肴 ままかり酢付 はじかみ

菓子 きびだんご 青粉 砂糖

以上、引肴に「ままかり酢付け」がある。この献立は、「ままかり」が現時点で確認されている最古の献立である。

#### ②『口切り茶事』文政二年(1819)十月廿五日夜 人見宗古口切 会せき覚

しる 細大根 しめしたけ 向 ままかりからしす めし

平 やきどうふ かも 吸物 のり ちよろぎ 取肴 さいい

したし 水菜 菓子 栗むし 白さとう 酒三献

以上、向に「ままかりからしす」がある。向とは、膳の手前に汁(右)、飯(左)を置く為、膳の向こう側に置く事から付いた名称で主に刺身や鮓を盛り付ける。この献立の場合は、刺身であるが当時の刺身は、醤油を用いず主に酢味噌、辛子酢、生姜酢、煎り酒などで供していた。



③『御後園諸事留帳』天保七年(1836)十月四日

指上御献立 女中二十八人 家内方十一人 御締り内御役人拾人御慰物九人

御昼 大平 平目館掛 わさび  
 御菓子 餡ころ  
 御煮染 車海老 唐芋 袖みそ  
 御夜食 御作り身 鱸 ちさ  
 豆腐田楽

女中

御昼汁 海老 豆腐  
 鉢盛 せい 芋 人参  
 菓子 饅頭  
 晩 飯酒 鉢盛 竹輪 芋 人参  
 ままかりからすし 蜜柑

御慰物 昼 鉢盛飯 晩 汁上之通 平 せい 芋 水菜  
 夜ル四時過飯・香物

以上、寛彰院お就きの女中へ晩に出された鉢盛の中に「ままかりからすし」がみられる。「からすし」とは、雪花菜を酢煎りして鮓飯のように味付けをし、作った鮓である。頭を付けたまま姿鮓にする場合もあるが、おそらくは、女中が食すので頭を取り除いた今日の「ままかりの握り」と同じであろう。また、雪花菜を水囊などで漉し、きめ細かくしたものを「卵の花」と言い、これを用いけば「卵の花鮓」となる。

※寛彰院は、京都の一条忠良の娘、知姫。池田家第八代藩主斎政公の長男斎輝公の正室であったが斎輝は藩主になることなく江戸屋敷にて死去(文政二年)。知姫は寛彰院と称し天保五年に岡山へ帰着。当時、薩摩藩島津家より養子入りし、藩主となっていた斎敏公は、家臣に対し、寛彰院を大名待遇でもてなすようになど色々配慮をした。

④『御後園諸事留帳』天保九年(1838)十月九日

御献立

御間の物へ

御菓子 羊羹 栗つまみ 御煮染 車海老 ちよろぎ 九年甫

御夜食

御鉢 平目煮付 筆生姜 大平 大根ふろふき 黒胡麻入

御鉢 唐芋 飯霜ふり

女中支度 女中貳拾五人 御役介都合五人 〆三十人

菓子 もんと餅 せんべい

飯 汁 大根摘入 但御酒者、先日の通り壺計り  
 御本段より相廻り直に  
 御内所へ、入此方無構イ

鉢盛 飯里芋 焼とふ婦

鮓 飯こけら蓮根入 ままかりきらず巻

以上、女中支度の鮓中に「ままかりきらず巻」がみられる。「きらず」とは、「雪花菜」のことで「雪花菜」と書いて「きらず」とも読む。この料理も先に紹介した天保七年の献立中の「ままかりからすし」と基本的に同じものであるが、「ままかり」で酢煎りした雪花菜を巻いたものであろう。また、周りに雪花菜を塗し和えた「からまぶし」という料理もある。

⑤『御後園諸事留帳』天保十一年(1840)九月十四日

御献立

御昼 鱈塩焼き

御間物御菓子 栗かん 焼餅

御煮染 穴子 松茸 蓮根

御夜食

大平 蠣玉子とじ 鮎色付たてす

御鉢二 細魚塩蒸 唐芋 さや豆

女中支度 女子五十一人、御役人八人、御慰物共メ六十二人

昼汁 こえひ かひわり 鉢二鮎煮付

菓子焼水主餅・江戸せんへい

晩鉢 鯉骨切 芋 牛蒡 さや豆一鉢 鮎 つなし ままかり

御慰物両度支度被下

以上、女中支度中、晩に出された鮎に「ままかり」がある。この場合も食するのは、女性が多い為、姿鮎で無く頭を取り除き、腹開きした現代の「ままかりの握り」と同じものであろう。

魚名ままかりについて

成島柳北の『航微日記』(明治二年)の中から妹尾の友人宅へ滞在時として「二十六日、雨晴る。柳菌をだす、味美なり。午飯に魚供す。其かたち鯛に似て小なり。其名を借飯的と言ふ。冠堂いふに、此魚、往年始めて漁船に上る、漁人これを食べに味美なり、その船の飯を喫し尽し、ついに隣船より飯を借りて食ふ。この味美なる因るなり。故に名づけしと。この魚盛んに海に来る時は、数十艘の船に盈ると言ふ……」

一般的には、隣船ではなく、隣の家と伝わるが、双方とも文献上の記録は無く、伝承からきている。

ままかりの魚名記載は、『備前備中国之内領内産物帳』享保二十年(1735)～元文元年(1736)が一番古い。

『備陽記』は、享保六年(1721)に岡山藩士 石丸定良により書かれた地誌で、漁村名・漁場・季節・漁法・魚種など詳細に記録されている。

両書は、15年の開きしか無く、ほぼ同時期の成立である。

しかし、『備陽記』には、ままかりの記載が無い。

### 両書の違い

『備前備中国之内領内産物帳』は、『日本歴史大辞典』編纂の為に江戸幕府が諸藩に対して領内の産物を調査し委細に書き出すようにとの公達に岡山藩が答えたもので価値の有無や食べられるもの食べられないもの関係なく記載されている。

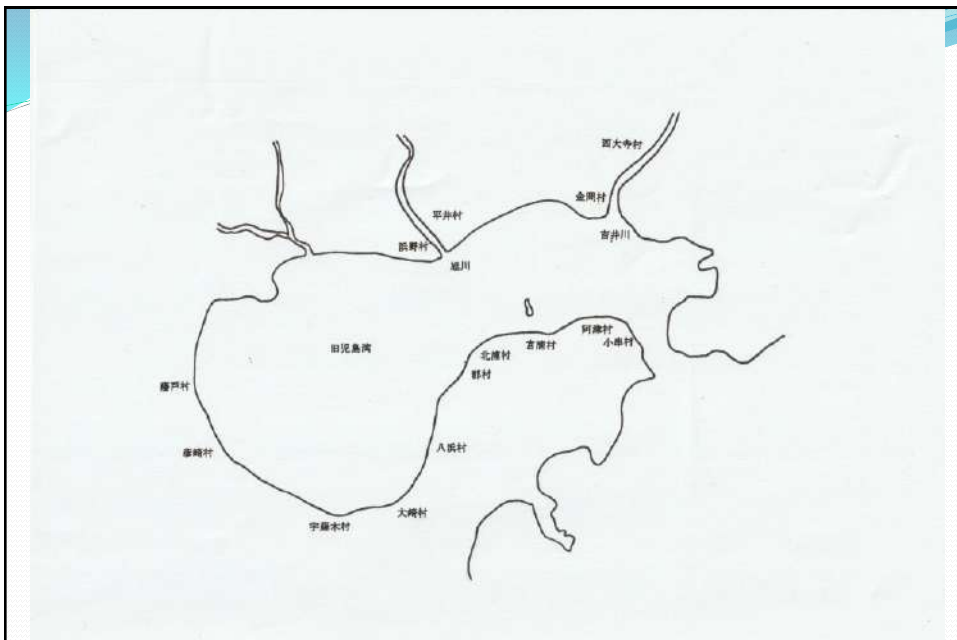
『備陽記』は、石丸定良により書かれた地誌で武士が知り得ない記述内容であることから今で言う「取材」的活動をしていたと考えられる。対象としたのは、各漁村の漁師達と考えられるが、この中に飯借的の記載は無い。

船で沖に出ればより良い価値のあるものが捕れるので、ままかりのような小魚を漁の対象としていなかった可能性がある。

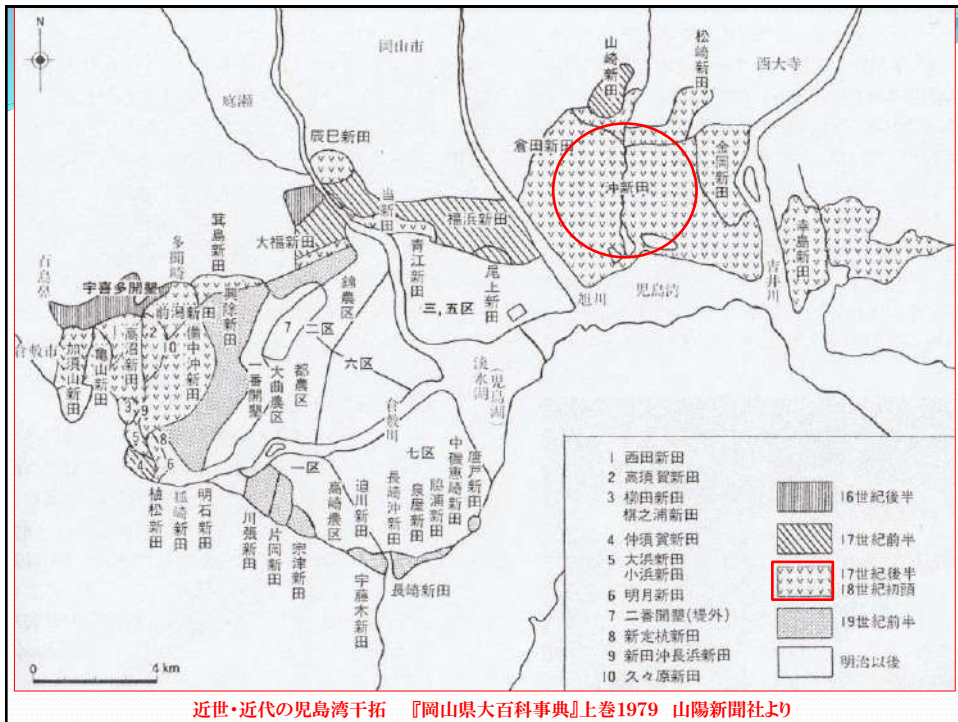
『備前備中国之内領内産物帳』に「可食」と記載されているが、  
では捕って食していたのは、誰だったのであろうか？



『備前備中国之内領内産物帳』  
岡山県郷土文化財団復刻より一部改変



18世紀前半旧児島湾内漁村分布図 『備陽記』享保六年(1721)より作成



『備陽記』・『備中国之内領内産物帳』が成立した18世紀前半に沖田新田などで農業入植開始。

農家でも漁撈の習慣がある。それを裏付けるように政田地区などでは、ナマズやフナなどの淡水魚を使用した郷土料理が近代まで伝わっていた。

主に干拓地での用水路や調整池での漁獵で獲たものであるが、資源的にも限界がある。

また、児島湾での漁撈活動は、漁業権が無いために舟で沖に出ることは出来ない。

しかし、民俗学的見解から沿岸からの漁撈に対しては「不文律」であつたらしい。

『備前備中国之内領内産物帳』に記載された「可食」を行なっていたのは干拓地への

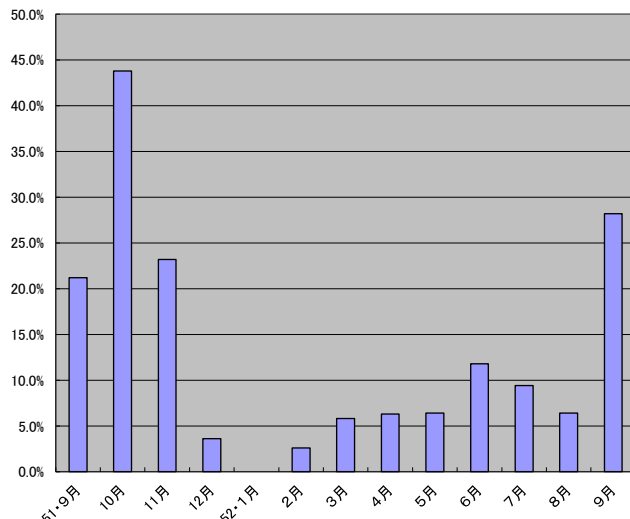
「農業入植者」ではないだろうか？

どの食材にも旬がある。

食材にもよるが、中には年に2回あるものがある。

それは、美味しい時期と沢山捕れる時期である。

ママカリの美味しい旬は、4月中・下旬から5月である。



児島湾内でのママカリ月別漁獲量

■系列1

『児島湾漁業実態調査報告書』 広島大学水産学科児島湾漁業調査会 1978年より作製

①ママカりは、10月が一番水揚げ量が多い。

②理由は、小型の甲殻類アミが湧き、接岸するのを追いかけてくるのが主に10月。

③現代でもママカりは、岸壁から簡単に釣れる魚。

④この地域の児島湾に並ぶ四つ手網は、昔は海側では無く、防波堤の内側、用水路側に設置されていた。この漁法の考案者は漁業者ではなく、農業者であった可能性が高い。

⑤農家にとって10月は、重要な農作業のある時期。

10月の農作業で重要なものは

『稲刈り』

ママカリの沢山捕れるのも10月

ママカリの語源は、稲刈りの時期に沢山捕れる意味では？

つまり

稲刈り＝ママカリ

ではないだろうか。

④ 米烏賊の郷土料理

【べかの下処理】

水で洗った後、骨抜きを使い墨を取り除く。  
(茹でた後でも良い)

鍋で湯を沸かし、塩を適量入れ、茹がく。

茹で上がったら冷まして、骨抜きを使い剣と眼球、

口器を取り除く。

【郷土料理】

木の芽掛けや酢味噌掛け・煮物・天麩羅など

【古典料理書の米烏賊】

『料理綱目調味抄』享保十五年(1730)

「米烏賊 茹て墨を去 羹 吸物

あへもの 俗 べかと云」



煮物と木の芽味噌掛け

『おかやまの味』1984

岡山県郷土文化財団より 一部改変



『備前備中国之内領内産物帳』

岡山県郷土文化財団復刻より一部改変

## ⑤アミの郷土料理

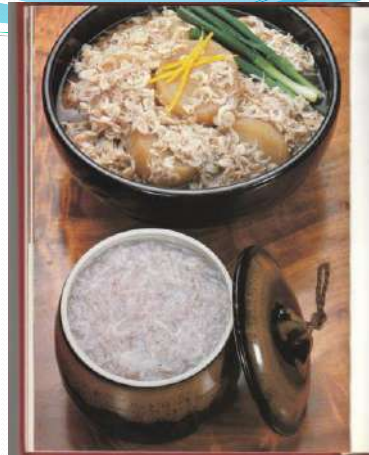
### 【塩辛】

『備陽記』には、「献上ノ時モ塩ツケノ餅也」とあり、塩辛であったと考えられる。そのまま食すれば塩辛、調味料として使えば魚醬となり、その場合は、蝦醬と書く事もある。

### 【古典料理書記載のアミ】

『料理綱目調味抄』享保十五年(1730)

「蝦醬 備前の産 なまハ汁 <sup>は</sup>あみ汁と云」



アミ塩辛とアミ大根  
『おかやまの味』1984  
岡山県郷土文化財団より 一部改変

### 【あみ大根】

#### 作り方

- ①生あみは、水で軽く洗い余分なものを取り除く。
- ②大根は、庖丁した後、米の磨ぎ汁や糠を加えボイルする。火が通ったら水で晒してもう一度ボイルをして糠抜きをする。
- ③出汁に酒・醤油・味醂合わせ煮立ったら用意した生アミ半分とボイルした大根を入れ煮る。
- ④上がりに残り半分の生アミを加え味を調整する。
- ⑤器に姿形良く盛付け、好みで七味唐辛子・柚子を添える。



生アミ



人参大根之図

『備前備中国之内領内産物帳』  
岡山県郷土文化財団復刻より 一部改変

※あみ大根＝古典料理書に記載なし



【岡山寿司の起源伝承】

《要約》

⑥ちらし寿司

岡山県の東西南北で地域差があり、各家庭毎に独自性のある郷土料理の代表。



『おかやまの味』1984  
岡山県郷土文化財団より 一部改変

鎌倉時代、現在の瀬戸内市長船町福岡の宿の茶店で主人が五目めしを炊いた。主人は、五目めしを「どどめし」と言っていたが、それが訛って「どどめせ」となったという。後から三人の旅人が入って来て酒を飲み、良い匂いにつられて「五目めしをくれ」と言ったが主人が「他の客の注文だから」と断った。断られた旅人は、腹いせに濁り酒の古酒を飯釜に入れて立ち去った。それと知らずに後で五目めしを食べたら酸味があり、大変美味しかったという話である。

古典料理書に見る五日飯

『名飯部類』享和二年(1802) 杉野権右衛門著

骨董飯

「飯を常のごとく炊き飯水沸溢て後 <sup>ふきこぼれ</sup> 鯪魚 <sup>あわび</sup> 燻麩 <sup>あけふ</sup> 焼玉子 椎茸 <sup>まつな</sup> 鹹蓬 三葉 芹の類様好に随ひ飯上に置炊熟す 達失汁 加料を点て食ふ 尤松な 芹の類青色愛人人には余品を飯上におき 菜類は飯を器に写し入て後に和すべし △右の骨董飯を浪花江北堂島製炊しき貨食する家にくひ飯と呼べり 是堂島は諸国米穀の交易価定の地にして売買利運をすくふといふ故に壽賀して名とす別製なし」

『素人庖丁』二編文化二年(1805) 幽閑齋著

〇ごもく飯

「飯は前のごとく焚て木を引時に加益 〇赤貝 かうたけくりこほう 鯛 みつは 〇薄焼玉子 石茸 かまほこ 〇しんせう 岩たけ 玉子 小しそ ゆりね せり 〇しめし みつは きんこ 〇白魚 岩たけ せり 〇あわび 椎茸 きんなん 焼玉子 かれ(い) みつば 〇松茸 栗 きくらげ 〇いか 焼くり 車 糸ひ 椎茸 みつば 〇蒲鉾 木くらげ きんこ 烏くし貝 せり しめし 〇たいらぎ 石茸 せり 〇赤貝 ゆり根 まつな 〇伊せ糸ひくわんしそ 椎茸 玉子 こほう みつば 右之中見合心まかせに組合 木を引前上に置 焚をはりてよく交合し かつを出し醤油かげんして出すべし」

※五日飯の初現は、19世紀以降、現代のように炊き込み御飯ではなく、汁掛け飯であった。

### 【ちらし寿司の伝承】

池田光政公による質素儉約令、(庶民は一汁一菜)により、  
お咎めがないように一つの料理として考案したもので、  
庶民の知恵と伝わる。

### 【岡山藩の儉約令】

池田光政 慶長十四年～天和二年(1609～1682)  
藩主在位期間 寛永九年～寛文十二年(1632～1672)40年

- ①『備前国史類編』承応三年(1654)  
光政日常一汁二菜 内一つ焼物  
家臣(城内)一汁一菜 香物
- ②『市政提要』寛文八年(1668)  
振舞一汁二菜 酒三反 菓子一種盛合停止 汁煮物色々交ぜ  
入用魚一種に精進又は鳥一色に精進は不苦(ふぐ) 濃茶無用
- ③『藩法集』寛文八年(1668)六月  
振舞停止 一汁二菜の内一色精進物 菜之盛合仕間敷事  
酒三反杯事三獻内  
食後之菓子無用 鴨の類、青鷺、雲雀、鶉、鴨、鶺鴒、鰯、  
鱈生、鱈(かじぎ・ふか?)、鯉、鱸、鱒生、鮭生 その他高価な肴は不可
- ④『市政提要』宝暦十年(1760)  
仲間寄合一汁一菜 祝儀は一汁二菜 酒盛り禁止
- ⑤『市政提要』寛政八年(1796)  
町人に祝儀でも一汁一菜と猪口鱈のみ

『御後園諸事留帳』

天保六年(1835)一月十五日 御夜食之節(岡山最古の散らし鮓記録)

鮓 鯛 椎茸 生姜

池田光政候没年 天和二年(1682)

岡山最古の散らし鮓の記録 天保六年(1835)

153年の開きがある。

以降、散らし鮓は、幕末頃から良く作られるようになる。

我が国の食品自給率

39%

G8先進国中最低

他の先進国はすべて農業国

岡山県の食品自給率37%

農林水産省2018年度

**世界の年間平均降水量 780mm**

**日本の年間平均降水量 1150mm**

(晴れの国)  
**岡山県の年間平均降水量 1150mm**

**(過去30年平均)**

**岡山県蒜山地域の年間**

**降水量2100mm**

**これにより高梁川・旭川・吉井川の水量が  
年間を通して安定している。**

お米とは？

田植え時の1株=3~4本の苗



20~30本の稲穂になる。

稲穂1本から → 米約70粒

粃1粒から → 米約500粒

粃6粒分からお茶碗1杯分の米が収穫される。

米は、収穫率が高く、味も良く、栄養価も高い。さらに保存が利く。

以上の事から最も優れた穀物である。

岡山県は、日本国内で  
最も農業に適した場所である。





**ご静聴ありがとうございました。**