

High-Quality Results Withstand the Test of Time

高品質な結果はいつまでも使えます



Radiocarbon Dating
Since 1979
Beta Analytic Inc.

日本総代理店 株式会社 地球科学研究所
www.radiocarbon.jp



RADIOCARBON DATING

Consistent accuracy
Delivered on time

社団法人 日本考古学協会第八三回総会 研究発表要旨

一般
社団法人

日本考古学協会第83回総会

研究発表要旨



2017年5月27・28日

於 大正大学

一般
社団法人 日本考古学協会

(P12) 弥生時代～古代の米飯の食べ方の変化

—米調理方法との関連—

小林 正史

目的と方法

本稿の目的は、東南アジア民族誌との共通性が高い弥生～古墳中期から、「和食」が成立したとされる平安時代半ばまでの食べ方の変化を明らかにすることである。食べ方については、食具（箸か匙か手食か）、食器の所有（銘々器か共有器か）、食器の持ち方（置き食器、底持ち、上下持ち）、配膳方法（飯・オカズ・汁の構成、お櫃からの盛り付け、など）などの要素を検討する。ユネスコ世界無形文化遺産に登録された「日本の伝統的食文化（和食）」は、「1汁○菜」形式の配膳（汁と1～数種類のオカズを伴う）、「手持ち碗に盛った米飯を箸食」、「三角食べと口内調味により、（主食と具の味の複合を重視するというよりは）素材自体の味を味わうことを重視する」という食べ方の特徴を持つ。これらの緒要素がどのように成立したかについて、米品種や米調理方法との関連から検討した結果、以下の変化過程が明らかとなった。

弥生時代の食べ方

弥生時代の深鍋は、主食用と考えられる中型（3ℓ以上）とオカズの主体と考えられる小型に分化していることから、食器も米飯用とオカズ用に分化していた可能性が高い。弥生時代の炊飯方法は、「側面加熱蒸らしを伴う湯取り法」である、「立体的穀物痕」を残すバサバサの炊きあがりだった、などの点で東南アジア民族誌と共通するが（小林2014）、食べ方においても以下のように共通性が高い。

まず、食器については、①『魏志倭人伝』に「豆（木製の高壺）から手食する」という記述がある、②高壺は縄文時代には存在せず、水田稻作の定着に伴って普及した、③弥生中後期の食器の中で、高壺が最も数が多い（小山田1994、内山1997）、などの点で、中・大型高壺が米飯用共有食器だった（小林2015）。共有の置き食器から各自が米飯を手食する点で、東南アジア民族誌と共に車座になり、中央に置かれた共有器から、指で米を団子状に丸め、オカズと共に口に入れる食べ方が想定される。

次に、オカズについては、大豆やイモ類など「多めの水で長時間煮る必要がある食材」も多く食されたことから、東南アジア民族誌（モチ米文化圏を除く）と同様に汁けを多く含む料理が多かったと推定される。

古墳前期における第一の変化

まず、西日本では炊飯の茹で時間の短縮化が起こり、それを達成するために直置きから浮き置きへと転換した。この変化は、東南アジア的な粘り気の弱い米品種の中でも徐々に粘り気度が強まった結果と推定される（小林2014）。

次に、食器の主体を占める高壺において1.2ℓ以上の中型が消失し、小型と特小型に限定されることから、主食用食器が共有器から銘々器に転換した。この変化と対応して、木製食器において椀・鉢類が激減し、曲物が大多数を占めるようになる（伊東・山田2012）。曲物の一部はお櫃だったと推定される。すなわち、お櫃から銘々食器（小型高壺）に盛り付ける方法に転換したといえる。小型高壺に盛れる飯の量は限られているので、お替りすることも多かったと思われる。

さらに、弥生後期末には膳と考えられる木製品も出土することから（長友2013）、弥生時代の車座の配置が、古墳時代になると席順を意識し始めた。以上のように、古墳前期になると、①米品種の粘り気度が徐々に増す、②主食容器が共有器から銘々器に転換する、③身分差を意識した席次配置になる、などの点で東南アジア民族誌との違いが拡大し、和食の特徴に近づく。

古墳中期半ばにおける大変化

須恵器の導入と煙道付き竈による蒸し調理の普及は、以下の点で食べ方の大きな変化を示している。まず、比較的短期間のうちに炊飯が激減し、蒸したウルチ米が主食となる。宮都では小鍋の一部が炊飯に用いられるが、東日本では6世紀になると炊飯痕跡のある鍋が消失することから、比較的短期間のうちに主食が蒸し米に交代したことが明らかである。韓半島では、上述の「古墳前期における湯取り法炊飯の茹で時間短縮化」とほぼ同時期に、直置き加熱から竈での蒸し調

理に転換した。韓半島と西日本の変化は連動している可能性が高いので、韓半島においてより早く起こった「炊飯から米蒸しへの転換」は、「米品種の粘り気度の増加」が背景にあったといえる。すなわち、日本・韓半島ともに稻作普及期以来の硬めの品種と新来のより軟らかめの品種と一緒に調理する頻度が増えた結果、炊飯では水加減を調整できないため、蒸し調理に転換した、と考えられる。

次に、米飯用食器が置き食器（小型高壺）から底持ち食器（壺H）に転換した。この理由として、蒸したウルチ米は炊いた米よりもさらに粘り気が弱いため、口近くまで食器を持ち上げる必要が生じたことがあげられる。壺Hなどの主食用食器が底持ち（内山1997）である理由として、指で米飯を抑えつけるようにして丸めるため、上からの圧力を受け止める食器保持方法を用いたことがあげられる。

第三に、東日本では湯釜を2個並列で竈に粘土で固定することから、米蒸し用（大き目で括れがやや強い、支脚に載る、焚口から見て左側が多い）とオカズ蒸し／茹で用（やや小さめ、括れが弱い、支脚に載らない）に分化していた。湯釜は竈に固定されていたことから、オカズ調理は、入念な洗浄が不要な（すすぐ程度で洗浄できる）「味付けしない茹で／蒸し調理」が主体だったといえる。また、入念な洗浄をしない長胴釜では、茹で汁を食することはなかっただろう。このような「味付けせず、汁気のないオカズ」は、塩や醤などに付けて食したと推定される（宇野1991）。すなわち、主要タンパク源である豆類の利用方法が、弥生時代以来の「長時間茹で、煮汁と一緒に食する」という東南アジア民族誌と共通する方法から、醤などの加工食品に転換したと推定される。初期須恵器の主要器種である甕は、酒や醤などの醸造と貯蔵にも多用されただろう。

最後に、「味付けせず、汁気の少ない茹で・蒸したオカズ料理」が主体となった結果、汁が独立した料理

として成立した、と推定される。当該期に普及する小鍋（1.5ℓ未満）は、下半部にコゲが無いものが大多数を占めることから、主として汁用だったと推定される。

以上のように、5世紀半ばにおける炊飯から蒸し米への転換に伴い、①飯用食器が置き食器から底持ち食器に転換した、②汁物の成立により「1汁○菜」様式が成立した、③素材自体の味を重視する食べ方が増えた、などの点で和食の特徴に近づいていった。なお、醤・酒の醸造用としての須恵器甕や底持ち食器（壺Hなど）は須恵器が重要な役割を果たしたことから、須恵器の普及と調理方法の変化（煙道付き竈による蒸し・茹で調理の普及）は相互に関連するといえる。

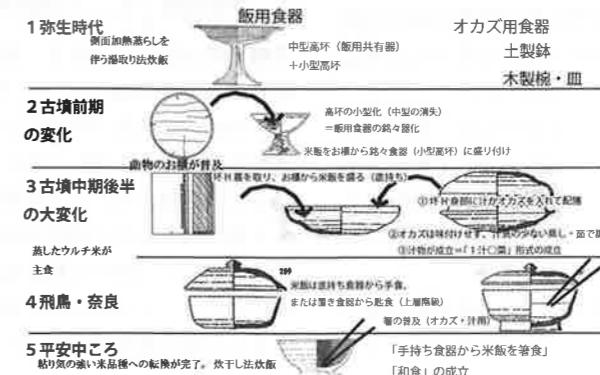
飛鳥・奈良時代の律令期では、①箸食がオカズ用として普及し始める、②上層階級では主食を匙食する、③高台壺（置き食器だが手持ちも可能な壺B）が普及する、などの変化があるが、上述の諸特徴の多くは維持された。

平安時代における和食の成立

近現代に通じる粘り気の強い米品種への転換が完了した平安時代中頃では、東日本も含めて粘り気の強い米飯を手持ち碗から箸食するようになった。和食の基本様式が成立したといえる。

引用参考文献

- 伊東隆夫・山田昌久編 2012『木の考古学』海青社
内山敏行 1997「手持ち食器考」『Hominid』1 : 21-48
宇野隆夫 1991『律令社会の考古学的研究－北陸を舞台として－』桂書房
小林正史 2014「米の調理方法の変遷：米品種の粘り気度の変化との関連」『キューピーニューズ』489 : 1-19
小林正史 2015「弥生・古墳時代の食器の使い分け：高壺の使い方を中心として」『石川考古学研究会会誌』58 : 27-50
長友朋子 2013『弥生時代土器生産の展開』六一書房



(P13) 東日本古代の竈の構造と湯釜・甌の形と大きさからみた米調理方法の移り変わり

妹尾裕介・外山政子

はじめに

本発表の目的は、湯釜・甌の形と大きさの時間的な変化を調べ、東日本古代の竈構造と調理具の対応を追究することである。

これまでに、外山（1991）は、群馬県長根羽田倉・矢田遺跡の竈構造や竈掛け湯釜の観察から「奈良時代から平安時代へと2個掛け（嵌め殺しが主体）から1個掛け（掛け外し頻度がやや高まる）に転換した」ことを明らかにした。一方、杉井健（1998）は東日本においても1個掛けの地域があり、地域色があることを指摘している。また北野博司ら（2008）は、福島県高木遺跡の2個掛け竈出土の湯釜を分析し、「支脚に載る側の湯釜は、載らない側の湯釜に比べて、やや大きめで括れが強い」、「大きめで括れが強い湯釜の方が、内面のヨゴレがより少ない」という違いを見出し、「支脚にのる大きめの湯釜は米蒸し用、より小さめで括れが弱い湯釜はオカズの茹で・蒸し用」という使い分けを想定している。

以上から、東日本の竈構造は釜2個掛けが主流で、①湯釜+甌（米蒸し調理用）と湯釜のみ（オカズ茹で・蒸し用）の2種類同時調理であること、②9世紀になると2個掛け竈から1個掛け竈へと徐々に変化すること（時間差調理）が判明している。これを前提に、湯釜・甌の形と大きさを分析することで時間的な変化を探る。

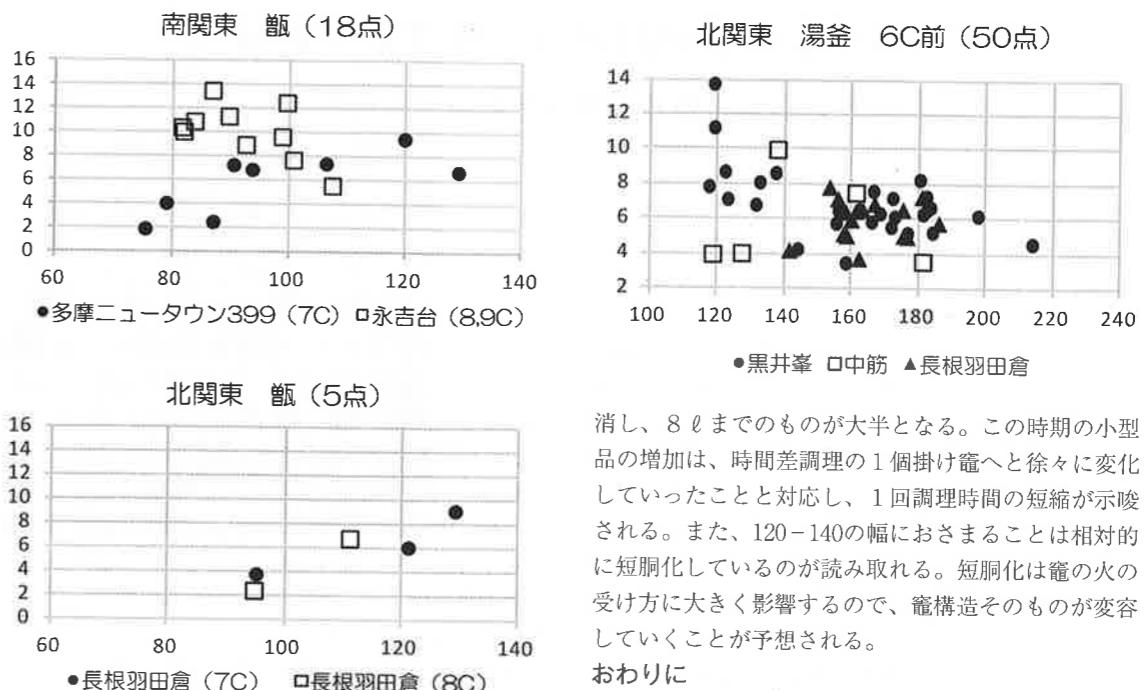
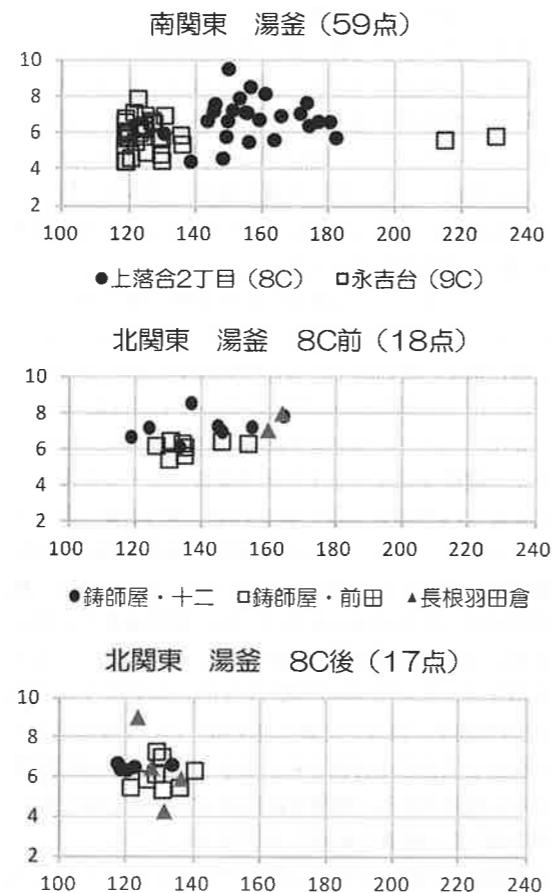
1. 分析視点

分析にあたって、発掘調査報告書に掲載された形態情報が十分得られる実測図を対象として構築してきた米蒸し分科会のデータベースを使用した。

形の指標には、相対的な深さを使用した。相対的な深さは、高さを最大径によって割った比率であらわす。数値が大きくなるほど深い器形となり、低いほど浅い器形となる。大きさの指標には、容量を使用した。

2. 湯釜の分析結果

つぎの三つの散布図は、湯釜の容量と相対的な深さの相関を示した一例である。すべてY軸が容量（ℓ）、X軸が相対的深さ（高さ／最大径）を示す。南関東の8Cと9Cを比較すると、容量が4-10ℓから4-8ℓの幅へと変化（容量減少）し、同時に相対的な深さが140-180から120-140の幅へ変化（短胴化）していることが分かる。一方北関東では、容量の変化はあまり見られないが、相対的な深さの幅が120-170であったものが120-140へと狭まる。関東全域で120-140の幅にそろっていくことは、湯釜の形が規格性を帯びていくことを示唆する。



消し、8ℓまでのものが大半となる。この時期の小型品の増加は、時間差調理の1個掛け竈へと徐々に変化していくことと対応し、1回調理時間の短縮が示唆される。また、120-140の幅におさまることは相対的に短胴化しているのが読み取れる。短胴化は竈の火の受け方に大きく影響するので、竈構造そのものが変容していくことが予想される。

おわりに

これまで日本考古学協会で発表してきた米蒸し分科会を通して、筆者らは古代日本では米は蒸し調理が主体であり、平安以降炊き干し法へと変化していったという仮説を立てている。これを前提とすると、8C～9Cは米調理の変化の過渡期であり、この時期の湯釜・甌の容量と形態の変化は大きな意味をもつ。今後、9世紀にみられる湯釜の小型化、短胴化は10世紀以降、盛行していく羽釜とどのような関係にあるのか追究していきたい。

【謝辞】 本報告の成果は、これまで日本考古学協会で発表してきた米蒸し分科会および小林正史氏による観察方法や研究方法の助言に多くを負っている。記して感謝の意を表す。

〈引用文献〉

- 北野博司・三河風子・小此木真理 2008 「東北地方南部における古代の土鍋調理」『歴史遺産研究』 4 pp.1-26 東北芸術工科大学歴史遺産学科
- 杉井 健 1998 「古代における竈の変質」『古代中世の社会と国家』 pp.21-42 大阪大学文学部日本史研究室
- 外山政子 1991 「三ツ寺II遺跡の竈と煮炊」『三ツ寺II遺跡』 pp.173-204 群馬県埋蔵文化財調査事業団