

長野県諏訪郡下諏訪町高木における食文化の変化 昭和16（1941）年と平成17（2005）年の聞き取り調査の比較から Changes in the dietary culture in Takaki, Simosuwa town, Suwa-gun, Nagano: A comparison of interviews conducted in 1941 and 2005

中澤 弥子 Hiroko NAKAZAWA

Abstract: The present study aims to reveal changes in the dietary culture of the farmers in Takaki, Simosuwa town, Suwa-gun, Nagano, since the early Showa era. Two men and two women, who had lived in the area for more than thirty years, were interviewed in 2005. During the early Showa period, residents' main occupations were rice cultivation, sericulture and fishery in Lake Suwa. After World War II, the main occupations changed for manufacturing industry, where higher wages could be obtained. Along with a change of occupation, a lot of fields of Takaki sold highly as residential land and Lake Suwa was polluted by contamination water drained from home and many factories and a lot of hot springs hotels. Previously self-sufficient eating habits changed to consumption-dependent eating habits, which allowed residents to purchase a larger variety of foods. Some people continued to grow their own vegetables and make pickles for a hobby, but because they did not have to be self-sufficient, the quantity decreased. In addition, collaboration of a village through festivals and events changed and decreased, resulting in fewer opportunities to cook together. However, it is wished that the value of local food culture is understood to local young people by local events such as Onbashira, and that their relationships with each other are deepened.

Key Words: culture of dietary habits, interview, food education, local dishes, Nagano Prefecture

1. はじめに

本研究は、昭和16年に行われた民俗学的調査『日本の食文化』^{1),2)}を基礎資料として、ほぼ同様の聞き取り調査を長野県内の同一地域で行い、現在に至るまでの食文化の変化を把握するために実施している一連の研究^{3~6)}の一部を構成する。本研究は、基礎資料と時系列に行った聞き取り調査の結果を比較し、食文化の中で残されたもの、失われたものを確認し記録すること、また、文献調査により社会全体からの影響、当該地域の状況を裏付けることで、食文化の変化の時期や原因について明らかにし、食文化の伝承や食教育の資料とすることを目的とする。

基礎資料の調査が行われた昭和16年は、戦時体制のもと食糧難が深刻になり始めていた時ではあるが、調査地区では伝統的な食事習俗が保存されていたと考えられる¹⁾。よって、基礎資料には、地域の

伝承が十分に記録されていることが期待され、食文化の変化を把握するための比較資料として適切であると考えられる。なお、基礎資料^{1),2)}に記載されている長野県内の調査地域は6カ所であるが、本報告では、諏訪郡下諏訪町高木について報告する。

2. 調査対象者および方法

(1) 調査対象者と調査項目

下諏訪町立諏訪湖博物館・赤彦記念館の館長を通して調査依頼を行った。基礎資料に記載された1名の話者名（松倉喜三治）および採集者名（田中純一郎）については、調査対象者らの話によると、松倉喜三治氏は高木に実在した人物であり、田中純一郎氏は松倉喜三治氏の娘婿であるということだった。田中純一郎氏は、終戦後、一時、高木に引き揚げたことがあり、昭和22年、23年には高木の公民館の役員を務めたが、その後、東京へ移った。喜三治氏が生きている間は、高木には松倉マキのご先祖祭りに毎年遊びにきていたとのことだった。なお、田中

純一郎氏は、日本を代表する映画史研究家であり、『日本映画発達史』（中央公論社）の著者である。松倉喜三治氏の子孫は現在、高木に居住していないということから、調査対象者を高木出身または高木地区に居住して30年以上の専業または兼業で農業を営む60～70代の4名（男性2名、女性2名）とした。なお、調査対象者には、下諏訪町誌などの編纂に携わり、郷土の民俗に詳しい高木地区在住の小口明氏が含まれている。また、下諏訪町立諏訪湖博物館・赤彦記念館の館長および下諏訪町立歴史民俗資料館の研究者からも調査地域の様子などの情報収集を行った。

聞き取り調査の調査項目は、先行研究^{3~6)}と同様、紙幅の制限のため質問項目1~5、8について報告する。

(2) 聞き取り調査の方法

聞き取り調査は農閑期である平成17年3月に調査対象者の自宅で行った。聞き取り調査の方法は、先行研究^{3~6)}と同様に行った。なお、プライバシーに配慮し、回答には実名を付さないことにした。また、調査対象者の語る方言については、そのままでは意味が通じないと思われる部分については括弧書きで補足説明を挿入または表現を訂正した。

3. 結果および考察

(1) 地域の特徴

下諏訪町は、長野県のほぼ中央に位置し、南は諏訪湖に面し、北には和田峠、鷲ヶ峰があり、これらの山から流れ下る川の扇状地に発達した町で、西は岡谷市、東は諏訪市、さらに北は松本市・長和町に接している（図1）⁷⁾。標高は諏訪湖の759mから三峰山の1887mにわたり、南北12.1km、東西9.7kmの範囲で、面積は66.9km²である。町域は北から東にかけて広がる山林原野が49.9km²と町域の75%を占め、宅地は2.8km²、耕地は1.8km²で、あわせてもわずか7%にすぎない（平成15年）。気候は内陸性気候で、年平均気温は11.8℃、最高気温は33.7℃、最低気温は-10.3℃、年間降水量は1504.0mm（平成22年）である。

町の発祥は古く、石器・縄文時代にさかのぼり、多くの遺跡から狩猟用の鎌や土器などが出土している。弥生時代には、出雲の国から^{たけみなかたのみこと}建御名方命が稲作の技術を携えて入り、諏訪湖のほとりに稲作、漁労の文化が栄えたといわれている。鎌倉時代には、諏訪神社の大祝、^{かなさしもりずみ}金刺盛澄・^{てづかたろうみつもり}手塚太郎光盛兄弟が木曾

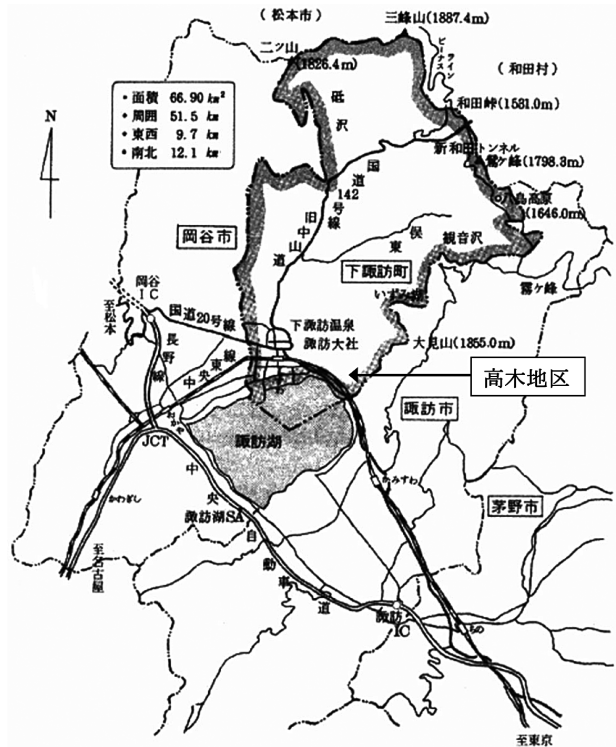


図1 調査地区（下諏訪町高木）位置図

義仲や鎌倉幕府に仕えて活躍、また鎌倉五山建長寺の住職が慈雲寺を開山、御射山祭に全国の武将が集まるなど政治・文化的にも信濃の中心として発展した。江戸時代になると、中山道、甲州街道が合流する交通の要衝で、中山道唯一の温泉宿場町として旅客で賑わった。また、諏訪神社の総本社としても栄えた。

明治7年に7ヵ村が合併し下諏訪村となり、明治9年に筑摩県が廃止されて長野県の所管に入り、明治26年に町制を布いて下諏訪町と改称した。次第に宿場町としての機能は消えたが交通の要衝であることには変わりなく、各旅館には温泉がひかれ、今までの宿場町や秋宮付近が町の中心地として発展していった。新甲州路の開通、和田峠道の改修など交通路が整備され、中央線の開通により下諏訪駅の営業が開始され、人や物資の交流も盛んになった。諏訪湖漁業は明治になって一般に解放され、調査地区の高木や富部、友之町、赤砂の人々はその漁業権を得て湖水の恩恵を受けた。そして協同組合を結成、魚介類の放流や養殖をして保護につとめた。こうして新しい生産活動による生業の変換などもあって、駅前や大社付近に商店街ができ、町の経済的中心地は駅や国道沿いへと移っていった。

昭和33年には隣接の岡谷市の一部、東町と東山田を編入し、今日の下諏訪町を形成している。下諏

訪町の人口（表1）は、昭和40年代までは増加傾向にあったが、50年代以降、減少傾向を示し、少子高齢化と核家族化の進行により世帯数は増加傾向にある。現在では、農林漁業などの従事者は僅かで、商業や大社、湖、温泉、高原など豊富な資源を生かした観光産業と、電気、機械器具の製造業を中心とする内陸の産業都市である。

調査地区の高木は、山麓の扇状地上、下諏訪町の東部に位置し諏訪市と面している（図1）。高木は東に山を負い西面しているので、下諏訪町中1番日当たりが良く気温も比較的高い⁸⁾。そのため、宅地として田畑が高く売れた（参考：耕地の宅地としての反当売買価格1960年：下諏訪町150～200万円、長野県全体30～50万円；1970年：下諏訪町200～240万円、長野県全体67～74万円）^{9,10)}また、戦後、戦地からの引揚者や製造業に携わる人口増の影響などにより下諏訪町で宅地や工場用地が必要とされたこともあり⁸⁾、高木では田畑を宅地として売り、農業・漁業から製造業に携わる勤め人が増加した。下

諏訪町においても農業センサス^{9～16)}の結果から、昭和25年には2割近くを占めた下諏訪町の農家率が平成12年にはわずか2%前後に減少し（表1）、経営耕地総面積が昭和35年の358haから平成22年には17haに減少している（表2）ことから、生業や景観の大きな変化が推察される。しかしながら御柱祭りなどの旧来の伝統的な行事は現在も継承されている。また、高木には大正14年以降、利用者は以前より減ったというが、無料で区有温泉が存在する（平成17年）。そして平成22年10月1日の高木地区の世帯数は総数670、人口は1,417人である（住民基本台帳⁷⁾）。

田畑が工場用地や宅地化し生業が農業・漁業から製造業や観光業などの会社勤めに変化した下諏訪町高木は、高原野菜で高額の農業所得を誇る川上村川端³⁾や、温暖な寡雨乾燥の気候区で稲作と果樹栽培を行う上田市小井田⁴⁾、都市化した安曇野市豊科南穂高⁵⁾および自然災害の多い豪雪地帯で人口減少と高齢化の進む北小谷⁶⁾と比べ、地理的かつ生業の

表1 下諏訪町の総世帯数、人口、高齢化率、産業別就業人口、総農家数、総農家人口、農家率、専業・兼業別農家数、販売農家数

	昭和15 1940	昭和25 1950	昭和35 1960	昭和45 1970	昭和55 1980	平成2 1990	平成7 1995	平成12*1 2000	平成17*1 2005	平成22*1 2010
総世帯数(戸)	3,944 (3,651)	4,433 (4,075)	5,409	7,507	8,228	8,425	8,549	8,644	8,662	8,357
人口(人)	19,505 (17,619)	20,486 (18,798)	22,602	26,932	26,575	25,520	24,534	23,930	22,987	21,540
高齢化率(%)	・	・	・	・	・	・	18.8	23.1	26.7	31.9
第一次産業(人)					372	270	299	186	257	...
(%)	・	・	・	・	2.6	1.9	2.2	1.4	2.2	...
第二次産業(人)					7,888	7,284	6,663	6,192	4,960	...
(%)	・	・	・	・	56.1	52.2	48.9	48.2	42.7	...
第三次産業(人)					5,779	6,388	6,659	6,471	6,325	...
(%)	・	・	・	・	41.2	45.8	48.8	50.3	54.5	...
総農家数(戸)			804	686	528	294	224	171	190	179
	・	(733)	(638)	(538)	(394)	(213)	(157)	(118)	(118)	
総農家人口(人)		(4,215)	(3,408)	(2,501)	(1,778)	(950)	(675)	(496)	(414)	111*2
農家率%	・	(18.0)	15.1	9.5	6.7	3.4	2.6	1.9	2.2	2.1
専業農家(戸)		(277)	151	49	36	38	37	14	11	11
第一種兼業農家(戸)		(240)	263	81	37	14	15	7	3	5
	・	(240)	(188)	(65)	(31)	(12)	(11)	(5)	(3)	
第二種兼業農家(戸)		(216)	390	556	455	242	172	39	31	16
	・	(216)	(335)	(434)	(332)	(168)	(121)	(27)	(20)	
販売農家数(戸)						90	81	60	45	32
	・	・	・	・	・	(69)	(57)	(44)	(31)	

注：高木地区の総世帯数・人口は、明治5年87戸、昭和25年172戸、昭和37年321戸、昭和40年496戸、平成12年644戸・1,697人、平成22年670戸・1,417人。

注：()内は、昭和33年岡谷市の東町地籍及び東山田地籍を編入する前のデータ。

*1：平成12年～22年の専業・兼業別データは販売農家について、その他は総農家についてのデータ。

*2：平成22年の総農家人口は販売農家の人口。

・：その年度の資料に該当する項目がないことを示す。

…：その年度の資料に該当する項目がまだ公表されていないことを示す。

資料：総世帯数、人口、産業別就業者数は『国勢調査報告書』。その他は『農業センサス』、『農林業センサス』、一部、下諏訪町統計資料を参照。

変化において対照的な地域である。

(2) 昭和 16 年 (1941) 頃の暮らしと食

基礎資料²⁾と聞き取り調査の結果を、1) 食材となる動植物や調理法、2) 食品の貯蔵や加工、3) 食品の購入の 3 つの観点に整理して記す。下諏訪町高木の基礎資料²⁾は、100 の質問項目のうち 1 から 33 までの結果しか残されていないので、不足の部分については下諏訪町誌民俗編⁸⁾の関連部分を引用した。なお、聞き取り調査の話では、話者の松倉喜三治氏について、家には田んぼはなく養蚕一本で、石垣をつむとか畑の石がくずれると頼まれるなど力仕事得意で、石垣の職人のようにそれで日当をとっていたということだった。

下諏訪町では古くから稲作が行われており (表 2)、高木でも稲作が行われた。昭和 20 年代までは、湖水近くの平地や湖水線 (中央線) や国道の周辺には一面に田んぼが広がり、傾斜地は山際まで桑畑が広がっていたという。高木地区は、傾斜地のため農

家 1 戸当たりの耕地面積は狭く、小規模な農業経営だったという。

1) 食材となる動植物や調理法

昭和 16 年から昭和 30 年代頃までの下諏訪町高木の主食料について、基礎資料の記述と聞き取り調査の結果を表 3 に示す。基礎資料には、米を主食料とし、米に混ぜ合わせた食物はないと記されている。聞き取り調査では、戦時中や戦後 30 年頃までは、農家では米を作っても、米を節約するために麦飯や大根や大根の葉をいれたご飯を食べたという話も聞かれた。昭和 20 年代から 30 年代前半位までは、戦後の食糧難の影響から、農家で米を収穫していても、麦飯や大根や大根の葉の入ったカテ飯を食し米を節約する家もあった様子がうかがわれた。なお、戦前、高木地区は世帯数 60~70 戸がずっと続き、養蚕などの現金収入もあって自給自足が可能だった。耕地に限られるため小作に出て、また、農家では難しくなると、次男、三男が東京へ出て、本家では自給自足が可能だったという。ただし、戦時中から疎

表 2 下諏訪町の総農家数、経営耕地規模別農家数、1 戸当たり経営耕地、経営耕地の総面積

	昭和 25* ¹ 1950	昭和 35* ¹ 1960	昭和 45 1970	昭和 55 1980	平成 2 1990	平成 7 1995	平成 12* ³ 2000	平成 17* ³ 2005	平成 22* ³ 2010
総農家数 (戸)	(733)	804 (638)	686 (538)	528 (394)	294 (213)	224 (157)	171 (118)	190 (110)	32
経営耕地規模別農家数 (戸)		294	344	343	204	143	111	12	6
5~30 (a)	(327)	(255)	(266)	(256)	(144)	(100)	(74)	(10)	
30~50 (a)	(185)	208 (157)	171 (133)	103 (77)	53 (40)	48 (30)	31 (23)	19 (11)	14
50~1 (ha)	(191)	250 (184)	142 (115)	70 (50)	18 (11)	13 (10)	11 (7)	10 (6)	9
1~1.5 (ha)	(26)	38 (29)	28 (23)	10 (9)	8 (8)	6 (6)	4 (4)	2 (2)	2
1.5 (ha 以上)	(2)	7 (6)	1 (1)	2 (2)	1 (1)	3 (2)	2 (2)	2 (-)	1
例外規定	(2)	7 (7)	- (-)	- (-)	10 (9)	11 (9)	12 (8)	. (.)	. (.)
1 戸当たり経営耕地 (a)	(39)	36	37	29 (30)	27 (28)	29 (29)	30 (31)	47 (50)	52
経営耕地の総面積 (ha)	(289)	358 (276)	253 (202)	153 (116)	79 (60)	64 (46)	51 (37)	22 (16)	17
田 (ha)	(178)	226 (176)	166 (131)	87 (65)	44 (32)	31 (21)	24 (16)	7 (3)	6
畑 (ha)	(744)	76 (54)	51 (38)	39 (27)	17 (10)	20 (12)	16 (10)	5 (3)	4
樹園地 (ha)	(373)	56 (46)	37 (34)	26 (24)	18 (18)	14 (13)	11 (11)	10 (9)	7
内果樹園 (ha)	(179)	28 (24)	24 (22)	22 (21)	17 (16)	14 (13)	. (.)	. (.)	. (.)
内桑園 (ha)	(193)	28 (21)	13 (12)	2 (1)	- (-)	- (-)	. (.)	. (.)	. (.)

注：() 内は、昭和 33 年岡谷市の東町地籍及び東山田地籍を編入する前のデータ。

1：平成 2 年~平成 17 年の経営規模別農家数は販売農家について、その他は総農家についてのデータ。

また、平成 2 年~平成 12 年の 5~30 (a) の経営規模別農家数は自給的農家数。

平成 22 年の総農家数および総農家人口は販売農家についてのデータ。

-：事実のないもの。

・：その年度の資料に該当する項目がないことを示す。

開による人口が増え、昭和18年に180戸位に増加した。疎開した家の食生活は大変だったという話が得られた。昭和15年の下諏訪町の総世帯数(3,944戸)、人口(19,505人)が、昭和25年には4,433戸、20,486人に増加しており、当時の状況がデータからも、裏づけられる(表1)。

基礎資料には、米以外の穀物については記載がなく、代用食料についても、米以外の代用食はないと記されている(表3)。聞き取り調査の話をまとめると、最も多く作られた穀物は米であり、高木地区は標高が高く二毛作ができなかったという。畑は養蚕のための桑畑がほとんどで、小麦や大麦を自給用に少量作ったが、麦畑は山の上の方にあったという。小麦はメリケン粉にして団子などにし、大麦は自家で引き割って麦ご飯にしたという。雑穀では、そばを作ることはなく、戦争中、粟・黍を栽培したという。サツマイモは、戦時中から昭和30年にかけて食糧難の時に栽培され食されたが、農家では主食になることはなかったという。基礎資料では、麺類の種類と用いられる時について乾燥麺を買ってゆで、仏事の日が多いと記されていた。聞き取り調査でも、麺を買ってゆでて食べた話が得られたが、仏事に食べた話は得られなかった。

副食物について、基礎資料の記述と聞き取り調査の結果を表4に示す。日常食べるおさい(おさいる)の種類について基礎資料には、漬物だけの日が1年の3分の1はあると記載されており、聞き取り調査においても、そのとおりだったという話で、副食品における漬物の重要性がうかがわれた。なお、

漬物については、次節の食品の貯蔵や加工で詳述する。

また、汁について基礎資料には、オツヨ、オスイモノが記されている。聞き取り調査でも、味噌汁のことをオツヨと呼んだという。

畑作野菜については、基礎資料には表4に示す種類が記載されており、他から求める野菜は甘藷と記されている。今回の聞き取り調査でも野菜の種類について同様の話が得られた。基礎資料の他に、聞き取り調査では、キャベツ、春菊、二十日大根、小松菜、トマト、山東菜を栽培したという話が得られた。甘藷(サツマイモ)については、前述のとおり、聞き取り調査では戦時中に栽培したという話が得られたが、基礎資料の昭和16年当時は、甘藷を購入する農家が多かったことがうかがわれた。また、昔はほとんどの畑が桑畑であり、自家用の畑作野菜は桑畑の回りや家の近くの畑に栽培し、自給自足だったという。野菜の種類は多く、野沢菜など余剰に収穫されたものは、市場に売りに行ったという話が聞かれた。

山菜について基礎資料では、ゼンマイ・蕨・ミネバ・アヅキツパ・ナズナ・芹・落をゆでて食すと記され、聞き取り調査でも記載された山菜については食べた記憶があるという話が得られた。茸類についても、基礎資料で記載された種類を聞き取り調査でも食べたという話が得られ、自家用に山へ採りに行って食べたという話が得られた。

多く食べた魚介類の種類について基礎資料では、諏訪湖で獲れる魚介類とよそから来る鮭などの海の

表3 昭和16年から昭和30年代頃までの下諏訪町高木の食材となる動植物や調理法
—主食料についての基礎資料の記述と平成17年の聞き取り調査のまとめ—

	基礎資料の記述	平成17年の聞き取り調査結果
米	米を主食料とし、ごはん、またはめしという。米に混ぜ合わせた食物はない。平素でも米ばかりの飯を食う。雑炊をオジャといい、大根の葉などを入れる。粥は病人だけ。	米が主食。米だけで食べた。戦時中だけ、米に混ぜあわせた。米は傾斜地だったので、ほんとに少なかった。大根や大根葉を入れたり、芋を食ったりした。自分の家で(大)麦をとってきて、たたいて米に混ぜて食べた。(十分に)食べられなかったの、いやだったけど米を増やして食べた。食料はぞんぶんになかったが、町の人がきて芋やカボチャを盗んだってという話はなかった。米と交換したという話も聞かなかった。自給自足だった。
麦・ソバ	米以外の代用食はない。乾燥麺を買ってゆでる。仏事の日が多い。	ほとんどが小麦、メリケン粉にした。自給自足だった。養蚕が主だったので、小麦は山の上に植えた。いいところはみんな桑だった。そばをとる人は少ない。そばなんて知らなかった。見たことなかった。黍、粟を戦争中はみんな作ったが、その前にはなかった。黍粉にして黍餅を作った。粟はご飯に入れた。作る人は少なかった。雑穀を金にする家はなかった。自家用だった。ホウトウとは言わない。味噌汁の中に小麦粉を溶いたのを落として食べた。ご飯が足りないとき食べた。ツミレとも言った。違う言い方もあった。主食を麺にすることはなかった。子ども達がウドンを食べたって言えばこたえることはあったけど、麺は買ってくるのが常だった。ご飯が中心で、たまにウドンヤスイトンにした。
芋類	畑作野菜：長芋(とろろ芋)・里芋・馬鈴薯	食糧難のとき百姓をやっていない人たちが芋を食べた位で、芋を主食にすることはなかった。米のかわりにイモ類を食べることはなかった。サツマイモは戦争中に始まって18年頃から自分の家で苗床作って、30年頃まで作った。

魚が記されている。聞き取り調査によると、高木では、当時、諏訪湖で漁を行っているものが多く、投網やヤツカ漁が行われていた。漁を行っていない家では買って利用した。貝類については、季節になると諏訪湖畔に採りに行ったという。一方、よそから来る魚として、海の魚を行商や魚屋から養蚕の現金収入で購入した話を得られたが、日常ではなく、特別な日に限られたという。なお、諏訪湖では、昔は水がきれい、寒かったので厚く氷がはり、大正月が過ぎると採氷業が行われ、高木の人も氷切りを行ったという。

海藻についての記載は、基礎資料になく、聞き取り調査でも特に話は得られなかった。

獣肉類について基礎資料では、さくら肉（馬）と

鶏は自家で屠殺することがあると記載された。聞き取り調査では、狩猟による肉の利用は少なかったという。馬肉について買って食べたという話は得られなかった。鶏は3~5羽位飼われ、卵は日に2、3個位採れたが客用だったという。基礎資料では、盆・仏事の日はずっと肉をせずと記されていたが、聞き取り調査では、法事に鶏をしめて、吸い物のだしにしたという話を得られた。なお、基礎資料には一般に滋養にする食物として肉汁（鶏の肉をしぼって飲ませる）が記されていたが、そのような話は得られなかった。

基礎資料では、木の実については栗、クルミ、果物では、カリン、柿の記載があった。聞き取り調査では、栗、クルミ、カリン、柿に加え、梅、ナツメ、

表4 昭和16年から昭和30年代頃までの下諏訪町高木の食材となる動植物や調理法—副食物についての基礎資料の記述と平成17年の聞き取り調査結果のまとめ—

	基礎資料の記述	平成17年の聞き取り調査結果
おかず	漬物だけの日が1年の3分の1はある。オツヨの実には菜の葉・葱・大根・シジミ。オスイモノには豆腐・鯉・シジミ。	おかずは、漬物だけが3分の1、そのとおりだと思う。昔は、ももたらうというふりかけがあり、ふりかけだけでも、おご馳走だった。味噌汁のこをオツヨといった。実には大根を入れたり、お葉を入れた。弁当といえば、蕪を煮るとか、大根を煮るとか、そんなようなもの。魚はあまり買わなかった。
畑作野菜	漬瓜・漬菜・キュウリ・茄子・大根・人参・牛蒡・長芋（とろろ芋）・ホウレン草・葱・インゲン・夕顔・カボチャ・トウモロコシ・里芋・馬鈴薯。	昭和18年頃土地の草を食った。昭和30年頃までは食も大変で、野菜は自給自足だった。自家用の野菜は、桑畑の回りや家の近くに植えた。桑畑には茂るので植えない。家の前や上の方にも畑があった。畑作野菜の種類は多かった。キャベツ、モロコシ、人参、牛蒡、ホウレン草、春菊、二十日大根、小松菜、キュウリ、トマト、長芋、ジャガイモ、山東菜等、ありとあらゆる野菜を作った。普通に八百屋で売っている物はみんな作った。草や落ち葉を肥料にして使った。余った物は市場にリアカーで売ったり、朝出せば諏訪市から青物屋が来て買って行った。
山菜・茸	ゼンマイ・蕨・ミネバ・アツキッパ・ナズナ・芹・蒨。全てゆでて食う。茸には芝茸・ジコボウ・栗茸。芝茸が最も多い。	ゼンマイは野辺山や霧が峰の方へみんな遊びながら採りに行って干して使った。ミネバは乳が出る。アツキッパを採ってお浸しにして食べた。ナズナは風味があっておいしかった。ここに書いてある以外のものは記憶にない。茸採りが楽しみで、芝茸・リコボウ、栗茸とか、山へ採りに行って食べていた。雑茸を採った量は自分の家で食べる位で売るのはなかった。
魚介類	諏訪湖から次の魚が獲れ、食用とする。鯉・鮎・ワカサギ・ハヤ・鰻・エビ・シジミ貝。よそから来る魚は、鮭・鯛・サンマ・鱈・塩イカ等。	高木では3分の1位は漁師をやっていた。漁業をのきなみやっていた。ヤツカ漁や投網で捕った。漁業と農業と両方やっていた。諏訪湖でワカサギ、鯉、鮎、ウナギが獲れた。湖で捕れるものを加工することはない。一年中捕れた。養蚕やらないで、一年中漁をやる人もいて頼んで買った。シジミかきと言って自分でシジミを採りに行けた。大きいドロ貝（ドブ貝）も採れた。嫁いだ時、川魚は絶対いやだった。イカ以外、食べることができなかった。海の魚なんて、干したようなものだけ。塩イカは高級じゃないけど珍しかった。よく食べたのは鯉や干し鯉。鯖が最高みたいなものだった。鯖が大好物でみんな喜んで食べていた。海の魚は珍しかった。
肉類	さくら肉（馬）。鶏は自家で屠殺することがある。盆・仏事の日はずっと肉食はせず、鯉節さえ忌むことがある。	高木では豚は少なかった。鉄砲うちが趣味でいくらか山鳥を捕った。山も深くない。昔からたくさん獲れるほどにはいなかった。鶏は3羽か5羽位飼った。卵は1日に2つか3つ位。専門に売る程はやらない。お客用だった。法事には鶏をしめた。骨までたいて玉にして、吸い物のだしにした。
果物類	木の実には、栗・クルミ。クルミの実を搗鉢ですって、砂糖と豆腐を和えて、コンニャクを細く切ったものにまぶして食う。仏事の時に多い。	木の実には自給するのには困らない程あった。この集落で大事なものは柿で、昔からどの家も1、2本は柿が植えてある。『柿の村人』という島木赤彦の本がある位。この諏訪湖畔でも高木が一番柿が多い。柿渋はとにかく甘い。おやつ代わりに。柿の熟したのを砂糖の足にした、おもちに入れた。みんな接木で増やした。接木の名人がいて、小柿（こがき）にハチヤをつぐ。畑のはじめに植える。柿は自家用。青物屋が買いに来たことはあるけど、市場に持って行くことはなかった。時期になると山栗を食べた。クルミは木がありすり鉢ですって砂糖と醬油を入れてクルミと和えにした。白和えを仏事に作った。梅、ナツメは庭先にあった。リンゴもカリンも大正時代に植えた。高木にはリンゴを作っている家が何軒あった。昭和10年代にはカリンの果樹園があった。この記録の頃がカリンの最後。昭和20年にリンゴに変えた。

リンゴの話が得られた。高木地区では島木赤彦の関
 係からも柿が有名であり、柿はどの家にも庭に植え
 てあり、柿をいろいろに利用した話が複数得られた。
 また、下諏訪町誌⁸⁾によると、柿渋〔(小柿)の汁
 (熟す前のまだ青い実のうちにもぎとり、臼で潰し
 たものの汁)からとる渋〕は、網を丈夫にし、長持

表5 昭和16年から昭和30年代頃までの下諏訪町高木の食品の貯蔵や加工
 —基礎資料の記述と平成17年の聞き取り調査結果のまとめ—

	基礎資料の記述	平成17年の聞き取り調査結果
貯蔵	〔根菜類は、土ムロ(モロ)や外ムロに保存。母屋に近い畑や庭の南側に穴を掘り野菜を立てて並べ土を盛り上げ、藁束を積み、ニョウブタ(藁)をかぶせて貯蔵。クラダシの内ムロに貯蔵。ネギは乾燥させて、内ムロやムシロに包み縁の下で貯蔵。〕	野菜は、土室で貯蔵した。畑にわらで屋根をこしらえて白菜などかこった。大根は土を掘って保存した。日のあたる庭に穴を掘ってみんないけとく。カコイ、カコウ、ムロ(モロ)とも言った。ネギは、いくらか干して、のき下に置いておく。屋内、一坪位の広さの台所の縁側をほったムロ、あるいは畑の中や庭先にムロを作って野菜を保管した。イモ類、ネギは外に保存。3月頃までに使う分は屋内のムロに保存。
乾燥野菜	夕顔から干瓢を作る。大根から切干を作る。赤蕪の根を薄く刻んで干しておく。これをカンボシという。これを冬期、干鰯などととも煮て食べる。女の子が蕪の根を切る役目をよく仰せ付かる。	夕顔を作り俎板の上にさんをこしらえてくるくるむく。天気の良い時、干瓢を作った。大根を薄く、または、細く切って干した。野沢菜を日陰干してカケナを作った。手がかからないように、切っておいてお湯で戻して汁の実に入れた。おからを煮るのに、カケナを入れると甘くておいしかった。赤蕪を作った家はない。野沢菜か稲コキ菜の蕪を切って、からからになるまで干す。それをふやかして山椒味噌で和えるとか、煮物にして食べた。それが甘くておいしかった。これもなつかしい。
漬物	オハヅケ：赤蕪の葉を漬物にする。高菜を9月に蒔き、11月末に取り入れ、ただちに塩や味噌または味つけのために柿を薄く切って干して甘味のついたのを入れ混ぜて漬けておき、1ヵ月位おいて出して食べる。漬菜に使う高菜特有のスジが菌にこたえて、信州のオハヅケといえは特有の食物のように賞味される。そのくせ漬け方は平凡で普通の農家でなんの苦もなく漬け込んでいる。奈良漬：漬瓜を酒粕で漬ける。夏に漬けて正月頃から夏までの間に食べる。デエコノツケモノ：大根を小糠で漬ける。塩と粉とを混ぜる。夏に漬けて正月頃食べる。	漬物をたくさん、5斗の樽に漬けた。オハヅケ、奈良漬、大根の漬物を作った。奈良漬は昔からやっていた。奈良漬は正月や客用だった。大根は丸のまま干して、かた大根と呼んで2月末から3月末頃までに食べた。信州では高菜とは呼ばない。稲コキも野沢菜と呼んでいた。野沢菜の種類の中に稲コキがあった。稲コキとは葉がこわく蕪が大きい。売るときは目方がないので稲コキは作らなくなった。野沢菜は蕪が小さいので、野沢菜を作って売った。ずっと前は稲コキ菜だった。種がなくなった。稲コキ菜の方がしんが短く葉が多い。野沢菜漬は、オハヅケと呼んだ。オハヅケは早く漬かる。2週間もすれば食べられる。春まで食べた。いくらか味が変わると、煮たりして食べた。昔はオハヅケがなきゃいられない。ほんとにオハヅケでご飯を食べた。みんな節約で、田植えの頃までオハヅケがあった。道普請の時に、甘酒を飲んで酸っぱくなったオハヅケを食べた。塩と味噌で漬けた。鼈甲色で寒かったので味も変わらず、とてもおいしかった。昔は、削り節もかけないでも、結構おいしかった。一緒に蕪も漬けた。蕪のところは嫁が食べることに決まっていた。だから、捨てることはなかった。嫁と姑とのしきたりだった。嫁は、そんな感じだった。
味噌・醤油	味噌は自宅で豆を煮て、藁靴でつぶして直径3寸位の味噌玉にして、家内に吊しておき、水気を去った後、臼の中へ入れて杵でつぶし、麴と塩を入れて味噌桶へ仕込む。醤油は他から買う。	味噌はどんな家でも自家で作った。みんなで大騒ぎして味噌炊きをやった。玉にして吊るす家もあった。味噌は、釜を準備してゆで、味噌玉を作って、2週間位ねかした。臼でつぶして麴と一緒に漬けて、桶へ入れて半年はねかせた。麴は上諏訪の方の麴屋さんで買った。醤油は買った。醤油は、たまりをたたらした。醤油絞りはやらなかった。昭和18年には醤油も塩も配給だった。
豆腐・凍り豆腐	オスイモノの具として記載。〔マチに豆腐屋があり、ラッパを吹いて売って廻った。〕	売りに来るから、昔から買って使った。凍り豆腐とかもね。凍り豆腐はほとんど自家用ではやらなかった。茅野市あたりは専門。凍って連になったのを売りにきた。ぶら下げてあった。
果物の加工品	カリンを前には砂糖漬にしたが、今はできない。オハヅケを漬けるととき柿の甘味を混ぜて漬けておく。	カリンは一般の家にはなく商売用に植えられていた。カリンを買ってきて砂糖漬を作ることはあった。冬場に塩へくぐらせて砂糖で漬ける。それを1週間位おいて漬けた蜜を火にかけて煮た。砂糖を加えて漬けておく。3回位繰り返す。秋頃まで黄色い。オハヅケの甘味のために柿を丸ごと入れる。甘柿がないので共同温泉で甘くする。ハチヤの干し柿を作った。梅漬を作った。干さないでかたいのを漬けた。こりこり食べる。実を出してちょっと刻んで、甘味をつけてご飯にのせて食べた。ナツメは、焼酎漬や蜜に漬けた。そのまま食べても赤くなっておいしい。
その他	蕨：春の初めに蕨をとって、塩漬にして翌年の正月ごろ御飯のおかずにする。キナコ：大豆を炒って石臼でひく。この粉をキナコという。凍り餅：基礎資料には記載がない。甘酒：基礎資料には記載がない。	蕨：塩漬にして翌年の正月ごろ御飯のおかずにする。キナコ：石臼でキナコを作った。キナコご飯がけっこうお馳走だった。凍り餅：豆や食紅を入れうんと作った。田植えの時まであった。暮れにつく餅をお蚕の棚で乾かした。わらで(しばって干すこと)やらなく。ご飯が残るとその中に餅を入れて形にして切って乾かして紙で包んだ。さいころ位に切った。ほうろくでいって砂糖醤油で味付けたのはごちそうだった。5月の忙しい田植えのときには、凍り餅が主食だった。お菓子の様にそれだけで食べられた。凍り餅は諏訪、高木の食べ物。寒いとこじゃないとできない。病人があったら、凍り餅をお湯でといて食べさせるとかおやつに食べた。甘酒：4月20日頃、道普請の日に公民館で甘酒を飲んだ。みんなの家からお米を集めて当番で大勢の人で作った。甘酒は、貴重な甘味料だった。甘酒で村の団結を図ったのではないか。(基礎資料に記載がないのは)18年頃には、米を使ってとは書けなかったのか。

注：下諏訪町誌民俗編の記述をまとめたものは〔 〕で示す。

ちさせるため、養蚕の蚕網や漁師の魚捕りの網に「洪をかう」（洪の汁に浸す）のに使われていたという。その当時、柿は高木地区で食べ物としても、柿洪の原材料としても重要であったことが推察された。カリンとリンゴは、高木地区内に栽培する農家があり、そこから購入して食べたという。

2) 食品の貯蔵や加工

食品の貯蔵と加工に関する基礎資料の記述と聞き取り調査の結果を表5に示す。基礎資料には野菜の貯蔵についての記載はないので、下諏訪町誌⁸⁾を参照する。民俗編では貯蔵に関して諏訪地方は、冬期間が長くて凍みが強いいため、秋の収穫物の貯蔵には特に注意し神経を使ったと記されている。根菜類は母屋に近い畑や庭の南側の室に貯蔵した。根菜類やジャガイモ等は、土蔵の屋根の下の内ムロに入れ、ねぎは収穫後乾燥させ、束ねて内ムロやムシロつちむろに包んで縁の下で貯蔵した。聞き取り調査では、土室、ムロ、カコイという言葉が得られ、下諏訪町誌⁸⁾の記述と同様の貯蔵の話が得られた。

食品の加工については、乾燥野菜、漬物、味噌・醤油、豆腐、果物、その他の順にまとめる。まず、乾燥野菜については、基礎資料では干瓢、切干、カンボシについて記されている。聞き取り調査においても、干瓢、大根の切干、カンボシの話が語られ、その他、野沢菜のカケナついで話が得られた。基礎資料では赤蕪と記されていたが、聞き取り調査の結果、赤蕪と称するものを栽培していた農家はなく、また、下諏訪町誌⁸⁾にも、野沢菜または稲コキ菜の蕪の大きいものをカンボシにしたと記されており、基礎資料の赤蕪とは、野沢菜または稲コキ菜の根であることが推察された。下諏訪町誌⁸⁾では大根の乾燥品としては凍み大根も記されているが、聞き取り調査では話が得られなかった。

漬物に関して基礎資料には、副食物の主なる材料としてオハヅケ、奈良漬、デエコノツケモノ（大根の漬物）が記され、また、塩の主要な用途についてもまず漬物と記されている。また、地方独特の食物としてオハヅケが記されている。聞き取り調査の結果、漬物については基礎資料と同様、オハヅケ、奈良漬、大根の漬物の話が挙がった。聞き取り調査の話から、基礎資料ではオハヅケを高菜の漬物と記していたが、高菜ではなく野沢菜または稲コキ菜の漬物であり、記載の誤りであることが確認された。また、オハヅケは、野沢菜と稲コキ菜で作られており、蕪の大きさや茎の長さ、葉の量やかたさ等に違いがあったという。長野県松本市で80年余り野菜種苗の専門店を営んでいる高木農園のホームページ¹⁷⁾

によると、稲コキ菜は飛騨地方から伝播したかつて県内三大漬け菜の一つといわれた漬け菜で、葉は繊維質が強く硬めだがうま味があると記されている。なお、嫁は、野沢菜漬の葉先を食べることになっており、捨てるところはなかった等の話得られ、嫁のつとめとして、食べ物を大切に食していた様子うかがわれた。

味噌・醤油については、基礎資料においても、聞き取り調査においても、味噌は自家で作り、醤油は購入したという。味噌は、豆を煮て、味噌玉を作りねかした後、麴と一緒にして半年以上ねかせて作ったという。また、聞き取り調査によると、醤油の代わりに味噌のたまりを利用したり、戦時中の一時期、醤油も塩も配給だった時があったという。

基礎資料で豆腐については、オスイモノの具として記載されているだけであり、作ったとの記載はなかった。下諏訪町誌⁸⁾では、地元のマチに豆腐屋があり、売って廻ったことが記されている。聞き取り調査でも豆腐は豆腐屋から買い、作った話は得られなかった。凍り豆腐についても多くは買って使ったようである。

果物類の加工品については、基礎資料では前にはカリンを砂糖漬にしたが、今はできないという記載があるのみである。聞き取り調査では、カリンの砂糖漬、吊るし柿、梅漬、ナツメの焼酎漬の話が得られた。柿を砂糖代わりに甘味に使用した話は、基礎資料でも記載があり、聞き取り調査でも話が得られた。自給自足の食生活においては、砂糖は購入しなければならぬ貴重品であり、その砂糖代わりに使用できた柿は重要な食品であったことがうかがわれた。また、基礎資料でカリンの砂糖漬が今はできないと記載された理由は、戦時中の物資不足のため砂糖を大量に手に入れることが難しくなったためと考えられた。

その他、基礎資料には蕨について、塩漬にして翌年の正月ごろ御飯のおかずに食べると記されており、聞き取り調査でも同様の話が得られた。また、大豆を炒って石臼でひく、この粉をキナコというあり、聞き取り調査でも話が得られ、キナコを作り、キナコご飯がお御馳走だったという話が得られた。基礎資料には記載されていないが、諏訪地方の厳しい冬の寒さを利用した凍り餅の話が聞き取り調査では得られた。凍り餅は、保存性に優れ、寒中に作って5月の田植えの頃まで食したという。病人に与えたという話も得られた。

なお、基礎資料には一般に滋養とする食物として糯米の粉に熱湯を注ぎ、重湯のようにして飲ませる

という記載があるが、聞き取り調査では、糯米の粉の話は得られなかった。

また、基礎資料には記載がなかったが、高木地区では春の共同作業である道普請の日に皆で甘酒を飲む、甘酒祭りというものがあり、当番で甘酒を作ったという話が聞き取り調査で得られた。なお、基礎資料に凍り餅や甘酒の記載がないのは、昭和16年の調査時に米を使ってとは書けなかった状況にあったためだろうと推察する調査対象者の意見があった。

3) 食品の購入

基礎資料には、食品の購入に関して、甘藷、鮭・鰯などの海産物、鰹節、酢、塩、醤油、胡麻の油を買うと記されている。聞き取り調査の結果でも同様の話が得られ、その当時、農家の現金収入は養蚕による収入が中心で、食関係はできるだけ自給自足でやり繰りしていた。なお、海魚については、魚屋が自転車ですりに来たり、行商が諏訪地方から来たという話が得られており、塩、酢、食用油、砂糖などの調味料やハレの日には海産の魚介類を町の専門店で買いに出かけたり、行商から購入する程度だった。戦後、25年頃までは品物がなく、塩、醤油の配給や隣近所で不足の物等を融通しあって助け合って生活していた。なお、基礎資料では砂糖について平常でも用いる、種類はハナミ（中白）を使うと記されていたが、聞き取り調査の結果、高木地区ではハナミとはいわず、チュウジロと呼んだという。嫁ぐ前に東京で暮らしていた調査対象者の話では、ハナミとは、当時東京で中白を称した言葉であるとのことだった。採集者の田中純一郎氏は東京で暮らしていたため、ハナミと誤記したと推察された。

(3) 現在に至る暮らしと食の変化

昭和30年代頃から現在に至るまでの暮らしと食についての聞き取り調査の結果を、前節と同じ3つの観点について整理する。他調査地区^{3~6)}と同様、以前食べていたものがどうなったかという点を中心に調査結果をまとめる(表6、表7)。

1) 食材となる動植物や調理法の変化

高木地区には戦地からの引き揚げ者が大勢おり、昭和30年代にはその帰国者や製糸業の女工、戦後生まれの若者が、近くの工場に勤めにできるようになった。また、高木地区は、日当たりのよい傾斜地にあり、寒さの厳しい諏訪地方において冬暖かく温泉がある住環境に恵まれた地区であるため、戦後、田畑の多くが宅地として売られ、同時に農業をやめて勤めに出る人が増加した(表1、表2)。こうして、昭和30年代頃から会社勤めが始まり、田んぼが宅

地に変化したため、現在はほとんどの世帯で米を購入して食べている。若い世代では朝食などパン食が増え、米の消費量は減っているが、他調査地区^{3~6)}と同様、調査対象の世代では、米のご飯が中心であるという話が得られた(表6)。

桑畑や自給自足のため多種類の畑作物が栽培されていた畑も、昭和40年代以降、土地の良いところは宅地化され、わずかに趣味的に作る程に変化した(表2)。現在では大麦、小麦、雑穀類はほとんど作られておらず、購入して食されている。芋類も、一部でジャガイモ、サツマイモなど作る場所もあるようだが、ほとんどが購入しているという。

副食物についても、現在ではほとんどを購入して食している。ここでは、聞き取り調査から得られた現在でも残る食の営みを中心に変化の様子を記す。

ほとんど自給自足だった自家用の畑作野菜は、今では一部が趣味的に各自の考えで作るように変化した(表6)。他調査地区^{3~6)}と同様、以前には作られなかった野菜も試みで作られているが、定着するものは少ないという話が得られた。山菜については、一部は畑で採れる芹、露のとうやナズナを食べ続けている。茸類は、現在ではもらう、または欲しいときに購入して食べている。

諏訪湖の魚介類については、昭和35年頃から工業化が急速に始まり、さらに諏訪湖周辺の宅地化も進み、その生活廃水や工業排水により諏訪湖が汚染され、川魚や貝類が激減した。また、下諏訪町誌⁸⁾には昭和40年代に護岸工事などで漁場が失われ、漁業が行われなくなったと記載されている。以前、大勢いた高木の漁師はいなくなり、ヤツカ漁も貝類の採取もほとんど行われなくなった。現在は、周辺の住人が趣味で釣りしている程度である。それでも、高木では正月や祭りを中心に川魚料理を購入して食べるという話が得られた。また、諏訪湖漁協が壊滅状態のシジミの復活を目指して県が水辺整備で造成した浜で、増殖させる試み(平成23年)や、伝統の味の復活への取り組みとして諏訪湖産のフナと米を発酵させて作るフナ鮎の本漬を平成20年より行うなど、地元漁協では諏訪湖の復活の努力が行われている。

肉類については、聞き取り調査で話は得られず、現在は全て購入して食していると思われる。また、高木に数軒あったリンゴとカリンの栽培農家は、現在では1戸にまで減少したという。現在ではほとんど全ての果物類を店で購入して食べており、自家用では梅、柿、ナツメの話が得られた。なお、果物類の加工は、次節で詳述する。

2) 食品の貯蔵や加工の変化

次いで食材の貯蔵や加工の変化について取り上げる(表7)。稲作もほとんどやらなくなり、畑作も一部でしか行われていない。そもそも畑がわずかになってしまい、以前の形での野菜の貯蔵や加工は行われなくなっている。

貯蔵については、室内のムロ(モロ)がなくなり、畑作野菜は主に小屋やハウスで発砲スチロールに入れて貯蔵するが、一部では量を減らして庭先に囲って保存することは続いているという。また、漬物や生の野菜を冷凍庫で保存するようになった話も得られた。

食品の加工については、前節と同様、乾燥野菜、漬物、味噌・醤油、豆腐、果物の加工品、その他の順にまとめる。

乾燥野菜については、以前作られていたカケナ、カンボシはほとんどやらなくなり、一部で作られているものとしては、干瓢、切干大根の話が得られた。

漬物は高木地区の食生活に重要な食べ物であったが、冬場の保存食が不要になった現在では、漬物を食べる量も人も少なくなり、作る家庭も減っている。現在でもかろうじて作っている人が多いのがオハヅケという。調査対象の世代では、これまでずっと作り続けてきたので食べなくても作らないと寂しいので、作り続けている人が多いという話が得られた。一部の人はオハヅケや大根の小糠漬、奈良漬、ラッキョウ漬など、量や味は時代に合わせて変化させながら作り続けている様子が見られた。

醤油については、現在でも購入されている。味噌は、趣味的に大豆を作って味噌を手作りにする人は

表6 昭和30年代頃から平成17年に至る下諏訪町高木の暮らしと食の変化
—暮らしと食材となる動植物や調理法の変化—

	平成17年の聞き取り調査結果
農業	子供が学校へ行く頃(昭和30年代)は、ずっと田んぼで夜には辺りは真っ暗だった。田んぼが宅地に変わった。今でも田んぼはいくらかあるが、高木にはほとんど田んぼはなくなった。グレース(高層マンション)辺りも以前は全部畑だったが、上の方も新しく家が建ってずいぶん変わった。今では畑は山の上部でいい畑はない。家のすぐ近くに畑があるという家は少なくなった。高木は坂のため、耕地が狭く、農地改革や道を作ることが少なかった。日当たりがよいので、比較的暖かく、少々坂でも、車があるので宅地として土地が高く売れた。町場と違って、田んぼや畑がつぶれる前に、買い手があり売った人が多い。今では米を作っているところは5件。それも趣味でやっているようなもの。田んぼは、宅地にしたり、駐車場にしたり、その方がよほど実入りがいい。(稲作は)手間ばかりで、あわない。諏訪の平らは1アールに2~3俵工夫して米を作るか、一毛作。八ヶ岳山麓では早くから工夫して(高原野菜を)作って、給料が1千万近く。(諏訪では農業を)ばからしくてやっつけられない。農業をやめたのでカモシカとか家のそばまで来るようになった。
漁業	昔は漁師が大勢いたが、亡くなったりして、今は専門にやっている人は1人位。投網が中心、ウナギ針を流してウナギを獲る。ヤツカ漁は昔あったが今は少ない。ワカサギと鮎は、頼まれて獲っている。商売にならない。自給自足のために捕りに行くことはなくなり、店で買ってこなきゃいけないなくなった。昭和35年頃から工業化が急速に始まり、(諏訪湖の汚染を)それほど大事に考えなくて、みてる間にだめになった。タケヤ味噌が、井戸も富栄養化するようなものをどんどん入れちゃった。バカ貝はいなくなった。以前に比べればきれいになったが(諏訪湖は)ため池。温泉や工業化による廃棄物で土壌が汚染された。ウナギは獲れないことはないがシジミはだめ。貝が重金属におかされているから(採らない)。地元でなく観光客でもなくて、自転車や車で来て趣味で時季にワカサギを釣ったり、投網でエビや鮎を獲っている。諏訪湖が汚れて、氷切りをやる人はいなくなった。
主食料	年寄りには米が尊いだよ。私ら生まれるころからずっと、三食ご飯、米中心。米の方が栄養になるような気がする。田んぼがつぶれたのでお米は買って食べる人が多くなった。(米を)作る人が少なくなったから米ばかり食べる人は少なくなった。朝パンだとか、お昼はあるもので(済ませる)。お米があんまりいらなくなった。パン食にしたり、暖かくなるとソーメンやソバとかたまに麺類にしたり外食にしたり。体のために、健康のために、麦を買ってきて麦ご飯を食べている人も結構いる。サツマイモは、最近では作らない。今は、種屋で苗を売っているが、暮れまでしかもたないので、ほとんど少ししか作らない。
畑作野菜・豆・芋	庭先にいくらか植えている人はいるけど家の周りで畑を作る人は少ない。近所では、ズッキーニを作っている人がいる。ゴーヤなど、もらっても食べない。ブロッコリーやアスパラも作ったけど、今は作っていない。(周りの人が)作っているから、私も作ってみようかと思うが、ずっと作るものはない。今は金肥で作る。消毒が多い。昔は野菜に今ほど消毒はしなかった。今の方が虫がつきやすいつことだね。
山菜・茸	芹、蒨のとう、ナズナは、今も食べている。今でも高木にあるので続いている。(茸類は)スーパーとかで売っているので買って食べる。好きで採りに行く人がいるので、もらうことがある。
魚介類	川魚屋はあるが、(地物の)ワカサギ、鮎は時季でないといけない。あるのはバックで木崎湖のワカサギ。諏訪湖以外のものを食べる人が多いと思う。日常の食事のとき食べる。ワカサギの煮物、マリネ。諏訪名物として、鮎などをみやげにする。そういうものが一番売れるのは、祭りや正月や客呼びの時。普段は、好きな人が買ったり、もらって食べる。客用が多い。食べ方は変わっていない。ワカサギのマリネ、揚げ物だって昔からやっている。蒸しイカは刺身や酢の物にして食べる。
果物類	今は、山栗も買う。クルミは、虫がたかるので家の木は切って、買ってきて使う。クルミ和えは、仏事ではなく食べたい時に作る。リンゴや梨を和えるとおいしい。リンゴ農家が何軒かあったが今は1軒残るだけ。リンゴもおいしいときもあったけど、今はやめようかと言っている。フジを専門に作っている。カリンも5、6本ある。梅、柿、ナツメは、家にある。今年、ナツメを切ったが強いので芽が出てくる。

いるが、ほとんどが買い味噌に変化している。この理由としては、美味しい農協の味噌が容易に購入できるようになり、大豆を作る畑も少なくなったことが推察される。なお、御柱祭の折に出す豚汁には、地域で味噌を手作りにしているという。作り方は、糶を混ぜてすぐに仕込む即席のやり方に変化している。

豆腐は、以前は近所の豆腐屋で購入していたが、豆腐屋が廃業したことから、車で出かけてスーパーマーケットなどで購入するように変化しているという。

果物の加工については、庭に柿や梅の木がある家は、吊るし柿や梅漬などの加工品を作り続けている。梅漬の方法が増え、味付けが変わるなど、以前にはなかった加工品もあるが、趣味的に一部の家だけで作られているものにすぎない。このように変化した

主な理由としては、漬物でも話が得られた通り、他に美味しいものがあるから若い衆が食べないという嗜好の変化が考えられた。

その他、かつては諏訪地方特有の加工食品であり多量に作られていた凍り餅であるが、現在では米を作る農家も減り、凍り餅を作る人もわずかになったという話が得られた。また、甘酒については、かつては手作りしていたが、自家で味噌作りを行う家も少なくなり、甘酒祭りの時も、購入品で行っているという。

3) 食品の購入の変化

田畑を手放し会社勤めによる現金収入が中心の生活に変化してからは、前述したとおり食生活はほとんどの食材を購入して食べるという形態へと変化した。下諏訪町誌⁸⁾によると、昭和40年代になると次第に自家用車が普及し、昭和50年代にはムラ中

表7 昭和30年代頃から平成17年に至る下諏訪町高木の貯蔵や加工の変化

平成17年の聞き取り調査の結果	
貯蔵	屋内のムロ（モロ）はなくなってしまった。今は、小屋をつくって発砲スチロールで保存。庭先にかこうか、ハウスで貯蔵。漬物等袋に入れて冷凍庫で保存。（干瓢を）皮をむいて種を外し拍子切りにして生で冷凍。一年中もつ。味噌汁や煮物、とうがん汁にする。友達にあげたりする。
乾燥野菜	干瓢を今でも作る人はいるが、数は少ない。やるズクがなくなってカケナは作らない。カンボシは珍しいから少しだけ作る。生のまま、刻んで干す。
漬物	このごろは漬物を食べなくなってきたので量は少なくなった。食生活が変わって若い人は食べない。かろうじて続いているのはオハヅケ。今は、葉っぱもかぶも捨てる。ぜいたくになって、ほんとにいいところだけを食べるようになった。市場でも好みがあって、（稲コキ菜ではなく）ほとんどが野沢菜に変わった。（オハヅケを）もち出すことが多いので少し余計（20把位）に漬ける。畑で野沢菜を作っている人少ない。八百屋に時期になると野沢菜が出てくる。たとえ一把でも野沢菜を買って漬ける。売っているのは違うので自分で漬けたい。野沢菜漬は、漬け方が違ってきている。今はとにかく砂糖を使う。醤油やたまりなどいろいろなものを入れる。今も柿を入れる。だから、わりあい早くすゆくなる。食べる、食べないは関係なく少しは野沢菜漬を漬ける。これだけはやらなきゃ。大根漬も少しは漬ける。奈良漬もやる。ウリも作って漬ける。旅行でも漬物は持って行く。ラッキョウ漬や奈良漬は、漬けている人は少ない。食べないからだんだん漬けなくなってきている。昔から漬けている人は『ないときさみしい』と言う。人にも出せて、持ってもいいけるので、食べなくても漬けている。会合があるときは、それぞれの家で得意な漬物が確実に出る。漬物は小糠の大根漬、奈良漬、野沢菜漬。同じようにオハヅケやっても、それぞれ味が違う。30代は漬物を食べない。子供（世代）に漬物を作らせてみてもできないだろう。（店には）野沢菜も一年中ある。一方、『塩分はとっちゃいけない』と言われる。奈良漬を作ることは作るけど、子供があんまり食べない。祖母が作っていたから、大根を畑で作って今でも（大根漬を）小糠とザラメを入れて漬けている。カビが出ないようにするため、タクアン漬の素と混ぜて漬ける。干した大根を砂糖と醤油で漬物にする。福神漬みたいになっておいしい。オハヅケの前には、やわらかい大根を酢と砂糖などで漬けて食べる。大根漬もだんだん減ってきている。
味噌・醤油	味噌は自宅で作ったが、買い味噌が変わった。40年頃まで（味噌）作った。今は農協の味噌をとればいい（おいしい）って感じだから（味噌を）買っている人がほとんど。豆を自家で作って手作りしている人もいる。今の味噌の作り方は、臼でついて麴をまぜて即席で作る。一俵位作る家がある。もう祖母がいないので（40年代前半から）やらなくなった。御柱で豚汁をやるために味噌を作る。麴屋が無料で釜を貸して、麴を売る。
豆腐	今は、豆腐屋の主人が亡くなって、店もなくなったので、ジャスコ辺りで買う。子供がご飯にのせて食べるとおいしいと言って食べるので、たまに（おから料理を）作る。
果物の加工品	カリンの砂糖漬は今でも作る。カリンを煮る。赤くなってとてもおいしい。お茶請けみたいにして使う。なにかお茶の子がなしと。毎年絶やしたことがなかったが、今年はカリンがなくて漬けれないのでさみしいと思う。木のある家は干し柿を作っている。甘柿がある家はない。お湯で漬けたり、焼酎で渋抜きをする。発砲スチロールに入れて人肌加減の温泉に一昼夜漬ける。洗いと思ったら、半日位お湯を換えて入れておく。熱いと煮え柿になってしまう。ハチヤの渋を抜いたものは、普通の柿と違って甘くておいしい。（干し柿を）ビニールへ入れて冷凍しておく。干し柿も食べないから、作らないでもいいと思うが、作らないときさみしいから毎年作っている。木があるので梅がなると漬ける。赤く漬けて硬い梅を漬ける。塩漬、砂糖漬（割って赤くして氷砂糖入れて甘くする漬け方）を作る。（漬物と）同じように（梅を）買って漬ける人は少ない。木があるので漬けるが、町場では買って漬ける。ナツメは、身体のためがいいと思うので今でも漬ける。
その他	凍り餅は40年頃までおやつにした。私は東京育ちでめんどくさいので作らない。作っている人はいる。餅を水に漬けて凍らかして包んで干す。甘酒は、（今は）買って来る。昔、甘酒祭りがあったことを知らせるようなもの。俺たちが知っている位で、戦後（生まれ）は知らない。

の道や農道は次第に舗装され下諏訪町では2軒に1台の割で自家用車が普及したと記されている。また、都市計画により新田中線の道路が開通し、昭和52年に大型店のジャスコ諏訪店が近くに駐車場を設置して開店し、一時は諏訪湖周辺のお客が殺到したという。その後、沿線に大型専門店やチェーン店などが次々と立ち並び、通勤帰りやまた家から自家用車で出かけ、買い物をするようになったと記されている。聞き取り調査の話とあわせて考えると、食品の購入場所は、昭和40年の中頃までは高木地区内の雑貨店、または下諏訪駅近くの商店街へ自転車や徒歩で出かけ、その後、自家用車の普及に従い、自家用車で大型スーパーマーケットへ買い物に出かけるようになったことが推察された。

なお、食の変化に大きい影響をもたらした生活の変化や関連する生活の様相について、聞き取り調査の話を以下に紹介する。

昔は冷蔵庫もガスもなかったが、今では電気釜があり、タイマーでご飯が炊ける。食生活がぜいたくになり、献立を考えることは大変だと思うが、食べることは便利になった。また、今では、餅は一白だけ、やり方を教えるためにつく。ついても食べない。昔は、集落内の人が見せて欲しいと風呂で頼んで見に来たが、今はマチ場のほうが餅つきを見に来る。どうにかして（地域の文化を）つなげようと思って年寄りが言っても、つなげることが難しい。集落の中学生を集めて山の神様について話そうとしても、中学生の父親も山の神様の話を知らない。中間の衆がつなげてくれればいいが、前向きな衆でさえも知らない。同じマキでも、なぜか知らないが興味がない者がいる。基礎資料にあるようなことは、ちょっと前まではあったが、これからは急激に変わっていく。マスコミの影響で言葉が急激に変わる。（店で売られている）オヤキは当然知っているが、（店では売られていない）ウスヤキなんかは消えていく。見ている間に消えていく。諏訪の言葉（漢音化して使う）がなくなっている。オメエ、オツヨなどこのごろ言わない。東京へ近いので標準語に変わった。変わった原因は、情報。一番がテレビ。みのもんたの番組で聞いたことが多い。どんどん変わってきている。50代以上でないといけない。何を食べるかということ、親がある時期教えなかったから。聞いてもわからない。親が知らない、教えない。町の記録を作っているが、今の30、40代は高度経済成長で早くから共働きが盛ん。おふくろの味ではなく、袋の味で育てられた。そんな古いこと言っちゃダメじゃないかね。今の30代、40代がどうい

嗜好で育てられたか。即席ラーメン、野菜が年中ある。本当の野菜の味がわからない。季節感がなくなってしまう。子供の時からそうになってしまうと、匂がわからない。我慢強さもなくなる。耐えるってことがないなどの話が得られた。

4. まとめ

以上のことから、昭和16年当時、そして昭和20年代から30年代前半頃までの高木地区の農家の暮らしは、自家用の稲作と畑作、現金収入のための養蚕を生業の中心とし、長く寒さ厳しい冬期の気候を生かした保存食と諏訪湖の川魚や貝類を利用した自給自足に努める食生活を送っていたことが明らかとなった。主食は米のご飯または麦飯やカテ飯、普段のおかずは漬物、自家でとれた野菜の味噌汁が中心で、諏訪湖から魚介類を獲って食用とした。海産の魚介類は田植えや祭り、年取りや正月などハレの日に食べるご馳走であった。高木地区に特徴的な食べ物としては渋柿があり、温泉に漬けて甘くして砂糖の代用や、吊るし柿にして食用にされた。また、長い冬場の野菜不足を補う保存食として、漬物は副食物の中心であり、大量に作られ大切に食されていた様子がうかがわれた。オハツケがなきゃいけないという話からうかがわれるとおり、特に野沢菜漬が好まれ、よく漬かった鼈甲色のオハツケをどんぶりに山盛りにして出してお茶を飲んだという。また、高木地区の暮らしで特徴的なこととしては集落内に共同温泉があったことが挙げられる。この温泉は大正15年にみんなが金を出し合ってできたそうで、この共同温泉が集落の人々のつき合いの中心の場所で、風呂に入りに来れば村のことがわかり、あらゆる情報が得られたという。生活の規制、教育の場でもあり、早く風呂に行くと町人様と言われ、おめえはどこの子供だい、あいさつをしろ、肩くらい流してやれ、きちんとしないとよめの貰い手がないよ、なんて言われた等、懐かしむ話が語られた。また、御柱の祭りが集落で協力して行われている。高木地区では共同温泉や御柱の祭りなどを通し人々が親睦を深め合ってきた様子が、聞き取り調査の話から推察された。

そして、昭和16年頃、高木地区において行われていた現金収入のための養蚕や自給自足のための農業、諏訪湖での漁業など多様な生業は、現在に至るまでに会社勤めと自家用に趣味で作る程度の畑作に変化した。そして、食生活も自ら栽培して食べるという自給自足の形態から、ほとんどの食材を購入し

て食べるという形態へと変化した。

田んぼも畑も宅地化し、外部から高木地区に移住した住民が旧住民の人口より多いほどに様変わりした中、現在では米も買って食べるように変化し、ほとんど自給自足だった野菜類もそのほとんどを買って食べるように変化した（表1、表2）。調査対象の世代では、一部の野菜を趣味的に作っている人がいるが、自給自足の必要がないためその量は減り、貯蔵や漬物や吊るし柿などの食品の加工も一部に趣味的に行われるだけとなった。なお、高木地区の暮らしに大きな影響を与えていた共同風呂については、今もあるが平成前後になって自家風呂を持つようになり、利用者が少なくなったという。昭和40年代、50年代には共同風呂が利用され、通知がなくても地区内のあらゆる情報を得ることができたが、それがいやで共同風呂にいかなくなりあらゆることが変わってきたという話が得られた。

また、下諏訪町誌⁸⁾には、昭和30年代の経済成長期を迎える頃には、社会全般にわたって労力の軽減化・作業の能率化などによるスピードアップが要求され、戦前には予想もしなかった好景気により、生活様式から風習・生業までも変わった。各家庭にはテレビや冷蔵庫など電化製品が入り、一番遅れていると言われた農村でも農機具の機械化、農作業の合理化が行われ、若者は手軽に現金収入の得られる企業に就職するようになったと記されている。高木地区でも現在の食生活は、ガスや冷蔵庫、電気釜などの電化製品により便利になり、ぜいたくになった。また、共働きのため、母親の手料理ではなく、インスタント食品や調理済み食品が利用されるようになり、また、スーパーで季節に関係なく野菜を購入するため、季節感がなく、調査対象者の子供世代である親世代でも旬がわからない状況にある。地区の子供達に伝えるために餅つきを行うが、地区内では関心を持って見に来る人が少なく、餅をついても食べないという。昔、ハレ食であった餅を好まないという嗜好の変化が今の親世代と子世代には、推察された。また、集落内で手作りしていた道普請の甘酒も、現在では、甘酒を行事で飲むことを伝えるために購入して振舞うということで、調査対象世代は、地域の文化を伝えるために集落の祭りや行事の折に、話や行事食を子供たちに伝えようと努めている。しかし、親世代が地域の文化について知らない、関心が薄いので、次の世代に伝えきれないで消えてしまうのではないかと、また、食文化については、マスコミが食生活に大きな影響を及ぼし、地域の食文化についての関心が薄れ、地域の特徴的な食に関わる営み

が失われてしまうのではないかと危惧された。

高木地区でのこれらの暮らしと食の変化の要因について主なものを列挙すると、まずは生業の変化により現金収入が得られるようになり、かつ、交通網の発達や商品経済の浸透などにより、自家用車を使って容易に食品を購入できるようになったことである。一方、勤めが忙しいという理由から、従来のように手間をかけ、狭い耕地で農業を続けるような余裕がなくなったこと、また、観光や工業化による諏訪湖の汚染や、田畑が宅地として高く売れるなど、自給自足を可能にしていた自然環境が失われたことが挙げられる。

そして、前報告⁵⁾で指摘した通り、高木においても、《労働が自給自足を目的とすることから、現金収入を得ることへと変容した》という農村の変化の流れの中にあつた。他調査地区^{3~6)}でも共通に認められた、食生活が全てを自給自足するスタイルから、現金収入により様々な食品を購入するというスタイルに変化し、また、社会の状況がその変化を容易に進める環境にあつたことが確認された。

一方、やる人、やらない人に二極化する傾向も認められ、自家用の畑作野菜や漬物作り、吊るし柿や梅漬を作る楽しみのため一部で続けている点も他調査地区^{3~6)}と共通に認められた。

他調査地区と異なる特徴的な変化としては、高木地区では、諏訪湖の汚染や田畑の宅地化のため、地域食文化を育んできた自然環境が失われ、また、人々の暮らしのよりどころであった共同風呂が利用されなくなり、集落の人々のつながりが以前より希薄になるという変化が挙げられる。そしてその結果、地域食文化の継承の機会が激減したことが推察される。

しかしながら、高木地区には御柱祭を中心とする地域の行事を通して次の世代に地域の文化を伝えていこうと思う人々が存在し、伝統的な行事が地区内で形を変化させながらも継承されている。そして甘酒などの行事食を買ってでも次世代に体験させる試みが行われている。また、諏訪湖漁協で諏訪湖でのシジミの養殖や鮎の販売など諏訪湖復活の努力が行われており、下諏訪町でも郷土の味体験日として、食生活改善推進員が手作りの家庭料理の良さを感じてもらうため、子育て世代を手作り料理でもてなし、レシピを紹介する試みなどが行われている（平成23年1回目の郷土の味体験日のテーマは「秋野菜と保存食」：サツマイモのきんとんや諏訪地域特産のワカサギのマリネ、五平もちや味噌パンなど10品の手作り料理。長期保存が可能な「梅の酢づけ」

のレシピを配布)¹⁸⁾。

戦後、生業や生活環境が大きく変化し、また、地区の共同風呂の利用が少なくなり地域文化の継承の機会が減少した高木地区において、諏訪地域に特徴的な食の文化が継承されることは容易ではないことが予想される。しかしながら、今後も、御柱祭を中心とする地域の行事や地域の食に関する取り組みを通して、旬の食材や地域の産品、伝統的な調理法や食に関する決まりごとの価値や意義が理解され、その伝承が行われ、地域の人々の交流や結びつきが深まり、地域の食文化が真に豊になることを望みたい。

謝 辞

本調査の実施にあたり、多大なるご協力をいただきました下諏訪町立諏訪湖博物館・赤彦記念館の館長様、井口明様をはじめ下諏訪町高木地区の調査対象の皆様には、心より厚くお礼申し上げます。本研究は科研費（15500564）の助成を受けたものである。

参考文献

- 1) 成城大学民俗学研究所編：『日本の食文化』、岩崎美術社、東京、247-281, 634-635, 648, 653（1990）
- 2) 成城大学民俗学研究所編：『日本の食文化（補遺編）』、岩崎美術社、東京、112-127, 262（1995）
- 3) 中澤弥子：「長野県川上村川端下における食文化の変化—昭和16年（1941）と平成14年（2002）の聞き取り調査の比較から—」、『会誌 食文化研究』、No.5, 東京、1-11（2009）
- 4) 中澤弥子：「長野県上田市小井田における食文化の変化—昭和16年（1941）と平成13年（2001）の聞き取り調査の比較から—」、『会誌 食文化研究』、No.6, 東京、1-12（2010）
- 5) 中澤弥子：「長野県安曇野市豊科南穂高における食文化の変化—昭和16年（1941）と平成13年（2001）の聞き取り調査の比較から—」、『長野県短期大学紀要』、No.65, 長野、37-49（2010）
- 6) 中澤弥子：「長野県北安曇郡小谷村北小谷における食文化の変化—昭和16年（1941）と平成17（2005）の聞き取り調査の比較から—」、『会誌 食文化研究』、No.7, 東京、1-12（2011）
- 7) 下諏訪町企画財政課編：『平成22年統計要覧下諏訪町』、下諏訪町、長野、3-5（2011）
- 8) 下諏訪町誌民俗編纂委員会編：『下諏訪町誌 民俗編』、下諏訪町、長野、93-95（2000）
- 9) 農林省統計調査部：『1960年世界農林業センサス市町村別統計書 20 長野県』、農林統計協会、東京（1961）
- 10) 農林省統計調査部：『1970年世界農林業センサス長野県統計書』、(財)農林統計協会、東京（1971）
- 11) 農林水産省経済局統計情報部：『1980年世界農林業センサス長野県統計書』、(財)農林統計協会、東京（1981）
- 12) 農林水産省経済局統計情報部：『1900年世界農林業センサス第1巻長野県統計書（農業編）』、(財)農林統計協会、東京（1991）
- 13) 農林水産省大臣官房統計情報部：『1995年農業センサス第1巻長野県統計書』、(財)農林統計協会、東京（2006）
- 14) 農林水産省大臣官房統計情報部：『2000年世界農林業センサス第1巻長野県統計書（農業編）』、(財)農林統計協会、東京（2001）
- 15) 農林水産省統計部編：『2005年農林業センサス 第1巻長野県統計書』、(財)農林統計協会、東京（2007）
- 16) 長野県のホームページ：2010年世界農林業センサス農林業経営体調査結果（企画部情報統計課）〔URL:<http://www3.pref.nagano.jp/toukei3/nousen2010/top.htm>〕
- 17) 高木農園のホームページ：〔URL:<http://takaginouen.com/>〕
- 18) 下諏訪町のホームページ：イベント情報・最近の話題・ニュース〔URL:<http://www.town.shimosuwa.lg.jp/news/photo/010f3aa5be5313e1be1188e780f2365b.html>〕