

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—

Changes in the Dietary Culture in Minamihotaka Toyoshina Azuminino, Nagano: A Comparison of Interviews Conducted in 1941 and 2001

中澤 弥子 Hiroko NAKAZAWA

Abstract: The present study aims to reveal changes in the dietary culture of the farmers in Minamihotaka Toyoshina Azuminino, Nagano, since the early Showa era (1926–1988). Eleven households to run agriculture who lived in the area for more than forty years were interviewed in December, 2001. In Minamihotaka, rice cultivation and sericulture used to be the main occupations. After World War II, the main occupation turned into only rice cultivation. In the later half of the 1960s, the number of part-time farmers had begun to rise and the cash income from a company work increased. They who were previously self-sufficient in their eating habits began eating purchased rather than homegrown foods. On the other hand, the production of vegetables for private use was continued because it was considered “a pleasure” and “a safty.”

Key words: culture of dietary habits, interview, Nagano Prefecture, Minamihotaka, farmer

1. はじめに

近年、社会の情報化や工業の大規模な発展、全国展開の商業ネットワークなどによって、全国規模で食文化が画一化される傾向にある。このように食文化の地域性や多様性が失われつつある現状の中で、残されている食文化とここ数十年の間に失われた食文化を確認し記録することは社会的、文化的な要請である。

そこで本研究では、昭和16年に全国的に行われた食文化に関する民俗学的調査(成城大学民俗学研究所編、『日本の食文化』正編¹⁾、補遺編²⁾、以下、基礎資料と記す)と同様の聞き取り調査を長野県農村部において行い、両者を比較することで食文化の中で残されたもの、失われたものを確認し、失われたものについては、いつ頃失われたのか、なぜ失われたかについても聞き取り調査を行い、さらに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も明らかにすることを目的とした。

基礎資料^{1,2)}に記載されている長野県内の調査地域は全部で6カ所であるが、本報告では、先の報告、川上村川端下³⁾、上田市小井田⁴⁾と比較検討する地域として、安曇野市豊科南穂高(旧南安曇郡南穂高村)を取り上げた。理由は、以下の3点である。

①南穂高の基礎資料¹⁾における回答内容が充実している(質問項目100に対し97に回答があり、9頁の記載がある)。

②冷涼な気候のため稲作に適さなかった貧しい寒村から、現在は高原野菜の一大産地となり、専業農家の割合が高く大規模経営が営まれる豊かな農村となった川上村川端下³⁾、県内では温暖な寡雨乾燥の気候区にあり、稲作、麦作、養蚕を主な生業とした純農村地帯から、現在は兼業農家が増加し自給的または副業的に稲作または果樹栽培を行う農家の多い上田市小井田⁴⁾と地理的かつ生業の変化において対照的な、早い段階から兼業化が進行し、現在はサラリーマン世帯の多い「都市化」した地域である。

③『長野県史 民俗編』⁵⁾『豊科町誌』⁶⁻⁸⁾の編纂など、民俗学的な調査資料が豊富に残され、研究に活用しうる資料が多い。

2. 調査対象および方法

(1) 調査対象

基礎資料に記載された2人の話者の氏名(飯沼源子、清沢 徳雄)から調査地が特定できると思われたが、該当する人物がみつからず、記載された氏名は匿名と考えられた。話者の氏名から調査地を特定することができなかったため、南穂高在住の調査協力者を通して、南穂高を構成する4地区(細萱、重柳、踏入、寺所)に暮らして40年以上を経てお

り、現在も専業または兼業で農業を営む11世帯を対象に平成13年12月に世帯単位で聞き取り調査を行った。調査対象のうち、8世帯は世帯主が自営または勤めに出た兼業農家であり、兼業農家が増加した南穂高において戦後における食文化の変化を調査するには適切な調査対象者であると考えられる。また、残り3世帯は専業農家であった世帯であり、兼業化が食文化に与えた影響を検討するための対照群として扱うことができると思われる。

(2) 調査方法

聞き取り調査では、調査対象者の許可を得てカセットテープでの同時記録を行い、後で記録内容を確認した。調査場所は各調査対象者の自宅とし、1対象者あたり約3~4時間の調査を行い、後日、不足の点については電話による補足調査を行った。

(3) 調査項目

聞き取り調査の質問項目は、先の報告^{3,4)}、『長野県史 民俗編』⁵⁾、『豊科町誌 歴史編 民俗編 水利編』⁶⁾、『豊科町誌 近現代編』⁷⁾および『豊科町誌別冊 (民俗Ⅱ)』⁸⁾などの記述を参考に、11項目^{3,4)}とした。本報告では、紙幅の制限のため、5つの質問項目について報告する。

3. 結果および考察

(1) 地域の特徴

南穂高の地理的特色としては、北アルプスの稜線を見晴らす標高約550mの梓川扇状地の扇端に位置し、気候は典型的な内陸性気候で、降水量は年間1,000mm前後、気温の年較差および日較差も大きい(気象庁⁹⁾「地域気象観測所(アメダス)穂高」：平成13年、年平均気温11.6℃、最高36.6℃、最低-14.7℃)。

歴史的には、南穂高村(面積6.79km²、昭和15年人口3,237人、635戸)は明治7年に寺所・踏入・重柳・細萱の四か村を合併して成立し、昭和30年には、豊科町、高家村および東筑摩郡上川手村大半と合併して豊科町となった(面積39.11km²)⁷⁾。昭和14年には旧豊科町に呉羽紡績工場が誘致されるなど、農家の兼業しうる仕事が増加し、また工場の賃金労働者人口の増加、さらには松本市のベッドタウンとして宅地化も進み、農家人口は減少する中、非農業人口が増加して町全体の人口は年々増加した(豊科地区人口⁹⁾：昭和15年15,702人、昭和45年20,046人、平成13年27,244人、平成21年27,639

人、南穂高地区農家人口^{10~13)}：昭和25年3,461人、昭和45年2,743人、平成12年1,959人、平成17年1,734人)。平成17年には、豊科町・穂高町・三郷村・堀金村・明科町の5町村が合併して安曇野市が誕生した(面積331.82km²)⁹⁾。

農業の特色としては、かつて南穂高は稲作に加え養蚕が盛んであり、蚕種業を営む農家もあったが、昭和の初めに養蚕業は衰退した。戦後、南穂高では米作り中心の農業に変わり、米の生産が最も多く(豊科地区：平成12年米の粗生産額構成比65.4%¹⁴⁾)、水田率(水田面積/総耕地面積)も高率を占めている(南穂高：平成12年95.3%¹²⁾、平成17年96.9%¹³⁾)。しかしながら、昭和45年以降、工場敷地への転換、宅地化などにより、経営耕地総面積は漸次減少しており(南穂高：昭和45年459ha、平成12年365ha、平成17年322ha)^{11~13)}、第二種兼業農家の割合が高くなり(南穂高：昭和25年13.1%、昭和45年60.7%、平成12年81.2%)^{10~13)}、現在多くの住民がサラリーマン化している。

(2) 昭和16年頃の暮らしと食

まずは、昭和16年前後(昭和10年から20年代前半頃迄)における当地区の暮らしを、農業と食という観点から再現する。

1) 農業

南穂高は、平坦部にある肥沃な米どころで、戦前、戦中は、水田と桑畑が広がる農業地帯であった。戦時中には強制的な米、大豆の供出があったが、米が豊富に取れたので、農家では戦時中、また終戦直後も米が全く食べられないことはなかった。

養蚕については、昭和4年の世界恐慌、昭和5年の繭価の低落など、以前より高収入は期待できなくなり、また戦争で米の増産が叫ばれていたため、養蚕の規模を縮小する農家も増えてはいたが⁷⁾、昭和16年当時も南穂高では養蚕は1年に複数回得られる大事な現金収入源であり、人手不足のためできなかった1軒を除く全ての対象の家で養蚕業が営まれ、多くの農家で養蚕は年に4~5回行われていたという。

畑作については、当時の生活は自給自足であったが、水田と桑畑が中心で、自家用野菜の畑地は少しかった。一部の田では二毛作が行われ大麦や小麦が栽培された。麦類、豆類は、桑畑の中にも栽培された。大豆は田のあぜで栽培され、あぜ豆と呼ばれた。

家畜について、当時は、牛馬で耕したため、どこの農家でも数頭の役用牛または馬を飼っていた。そ

他の家畜としては、鶏（7軒）、山羊（4軒）を飼う家が多かった。鶏は卵をとるため飼われ、卵を産まなくなった鶏は自宅でつぶして食べた。山羊は、乳をとるため飼われた。これらの家畜および畜産物は、貴重な蛋白源として大切に利用されていた¹⁰⁾。

2) 食材と調理法

基礎資料および今回の調査の記載（表1）から、南穂高では、大正10年ごろから麦をあまり混入しない白米を主食とする食生活となっていたことが明らかであり、また、赤飯、餅、団子など、米を材料とする料理がハレの食事として、いろいろな行事に用いられており、米が生産・収入の中心であり、非常に大事にされた様子が見えてきた。

戦時中および戦後は、古田（地力がいい）ということで供出割合が高かったため当地区でも米を節約するため、家庭によっては米にひき割麦を混ぜて食べたり、大豆や薩摩芋を入れたカテ飯を食べたり、夜はうどんやスイトンで野菜を入れた汁にして食べたという回答が複数から挙がった。

なお、同じ南安曇郡内でも山際のあまり米がとれなかった地区および疎開児童の話として、参考までに山際出身の夫人の回答を記しておく。「米ができないときは、芋も供出した。学校で白米を持って行くと、恥ずかしかった。先生が弁当の中身を検査して、『麦が入っているといいよ』、と言われ、白米だけだと注意された。梅干ひとつの日の丸弁当で疎開児童はえらかった（大変だった）。（疎開児童は）食べる物がなくてかわいそうだった。弁当が盗まれるのは日常茶飯事であり、疎開児童たちはおかずにつ

くしの味噌漬を食べていた。」

米以外の穀物（表1）については、当時は米を節約するために、大麦は割ったりつぶして麦飯にしたり、小麦は粉にしてうどん、ウスヤキ、団子、カボチャ団子、スイトン、オツヨワカシ、ブッコミ、マンジュウにして食べられていたようだが、米に比べると少量しか食べられていない。長野の小麦粉を使った郷土料理としてはオヤキが有名であるが、当地区ではオヤキというよりマンジュウと呼ばれ、ふかして作られ、あんには小豆、ナス、大根干し、野沢菜漬など、何でも入れたという。ソバについて基礎資料では、切りソバやソバガキにして食べられたようだが、日常食事概要には使用量の記載がなく、切りソバはお客様の珍しいものとしてこしらえると記述されており、聞き取り調査でもソバを作った、食べたという回答はなく、当時、当地区ではほとんど利用されていなかったことが考えられた。

芋類について基礎資料では、副食物の主なる材料として、薩摩芋、馬鈴薯、里芋の茎の記述がある（表2）。聞き取り調査では、ジャガ芋、薩摩芋、里芋、そして基礎資料では名前が挙がらなかった長芋を作ったと回答された。当時は種芋や苗も自給自足が多かったという。

副食物について基礎資料では、主なる材料として野菜と魚類、漬物類が回答され、ふだんの食事は「夕飯に一番ご馳走がある。朝飯は味噌汁に菜漬は定まりもの。昼飯も別に朝飯とたいした変わりはない。夕飯は味噌汁・菜漬・そのほかに煮物やその時どきの魚などをつける」、「馬肉、牛肉、豚肉は、今から20年ほど前には食べなかった。鶏肉、熊の肉、

表1. 昭和16年（1941）の安曇野市豊科南穂高の食材と調理法
—主食料についての基礎資料の記述と今回の聞き取り調査のまとめ—

	基礎資料の記述	今回の聞き取り調査結果
米	明治初年には米1升に麦3、4合を混入した。明治40年ごろは、米1升に麦2合ぐらい。大正の初めには、米1升に麦1、2合。大正10年ごろからはあまり麦を混入しないようになった。時々、あるいは晩だけ混入。 1カ年の使用量概算 男青壮年 米2石。 ハレの日は赤飯、餅、うどんなどを作る。公の祭日は赤飯を作り、おこわという。餅をつく日は、12月8日（八日餅）、12月末（正月の餅）、1月14日（若餅）、2月8日、3月3日（草餅）、苗代時（シメ餅）、お盆、9月9日、15日、10月10日、秋の収穫祝い、その他、めでたい時やお祭り、講などの時。団子をこしらえる日は、旧11月23日（大師様の日）、正月14日（物づくりの日）、旧2月15日（やしょうま）、春秋の彼岸の中日、3月3日（雛餅）、4月8日、5月5日（柏餅）、7月7日、8月1日（焼餅）、9月15日。	昔は玄米で1石は1人あたり食べていた。なにかというときよく握り飯が作って食べられ、田植え時期のお握りの大きさ（を適切にすること）が主婦の大事な仕事、けちると悪口を言われた。冷害や病虫害などによる凶作に備えて、3年分くらいは米を初で蓄えておいた。 供出には安い米を出し、努めて（たくさんの量を）ヤミで売るようにした。 米を捨てると、目がつぶれる。米は八十八の手がかかってできた・・・と子どもの頃からじつと言われた。
米以外の穀物	割ったり、潰すものは麦。粉にするものは小麦・ソバ。麦の粉は、主として小麦粉で、うどんにする。ソバ粉は、ソバにしたりソバ粉を練って醤油をかけて食べる。 うどんは平素でもこしらえる。葬式や法事の時にはかならずこしらえる。ソバも平素こしらえる。お客様の時には珍しいものとしてこしらえる。 代用食料：馬鈴薯・ソバなどで、あまりその他にはない。 1カ年の使用量概算 男青壮年 麦 5升、トウモロコシ30個。	アワ、ヒエ、キビ、モチトウモロコシ。 田で米を売った方がもうかったので二毛作に大麦や小麦も作っていたが米以外の穀物の利用は少なかった。 うどんは、戦前からあった機械を使ってよく作った。オツヨワカシ（スイトンの別名）は、昭和12、13年に食べていた。オツヨ（オツユ）の中に入れる。ねって落とす。 マンジュウは同じものばかりだと飽きるのでもいろいろあんにした。

表 2. 昭和 16 年 (1941) の安曇野市豊科南穂高の食材と調理法
— 副食物についての基礎資料の記述と今回の聞き取り調査のまとめ —

	基礎資料の記述	今回の聞き取り調査結果
芋類	薩摩芋 (芋飯)、馬鈴薯 (畑作野菜、代用食料)・夏芋 (食い合わせ)、里芋の茎を干す (代用食料)。	ジャガ芋・夏芋、薩摩芋、里芋、長芋。昔は、ジャガ芋はふかしておやつに食べた。青年団が河原や校庭へ芋を植えて食糧増産を行った。昭和24～25年位迄は、薩摩芋をたくさん栽培した。
畑作野菜	菜 (野沢菜、稲コキ菜、ウグイス菜)、牛蒡、人参、大根、白菜、ホウレン草、春菊、瓜、ナス、カボチャ、葱、ユウガオ、紫蘇の実、ゴマ、コショウ (唐辛子)、生姜。	基礎資料の記述に加えて、小松菜、フユナ、カラシナ、京菜、アキナ、キャベツ、タマネギ、キュウリ、トマト、蕪、ミョウガ、エゴマ、ナタネ。
豆類	大豆、黒豆、小豆、エンドウ豆、ササゲ。	大豆 (黄大豆、黒大豆、青大豆)、小豆、インゲン豆、ホタカインゲン。
山菜と茸類	藤の芽、タラの芽、コウレンバ (ギボシユ)、ウコギ、クジナ (タンポポ)、トトキ、コウミ (シダの類)、アカザ、タナンボ、ハコベ、ナズナ、芹、スベリヒユ、蕎、フキノトウ、蕨、ゼンマイ、ウトブキ、山ウド、筍、山椒の若芽、モチ草 (蓬)、山牛蒡、チチッコ (ゴギョウ)、ノビル、コジキネブカ、山葵。 松茸、シメジ、センボン、初茸、栗茸、リコボウなど。	フキ、フキノトウ、ウド、ワラビ、タラの芽、タイワンゼリ。フキやフキノトウ、ワラビなどを庭や山林に栽培して食べた、または、もらって食べた。 細萱地区では川に自生のタイワンゼリ (クレソン) を採って食べた。茸、リコボウ、アミダケ、雑茸、ナラタケ (モトアシ)。畑でとれるリコボウなどを食べた。またはもらって食べた。
海藻	昆布 (味噌漬)、ワカメ (汁の実)。	
魚介類	鯿、鯛、鱈、サンマ、鮭、鱒、鮪、カジキ、鱈、鱈、コノシロ、鰹、鯛、イカ、タコ、鯉、鮒、鰻、アメ魚、アカ魚、ドジョウ、エビ、カジカ、イワナ、ギナ、タレカン (ハヤ)、タニシ、シジミ、アサリ。	ドジョウ、タニシ、ウグイ (アカウオ)、カジカ、フナ、田鯉。 海魚は魚屋または行商から購入。川魚はしかけや投網で捕って利用した農家もあった。細萱では田鯉を9月の祭りに食べた。
肉・乳・卵類	馬、牛、豚、鶏、熊、兎、雉 (結婚式)、卵。	馬、牛、豚、鶏、熊、兎、牛乳、山羊乳、卵。
昆虫など野生の動物	蝗、コオロギ、ゲンゴロウ、カニ、サギ、スガレ (地蜂)、川ムシ、各種の蛇、蚕の蛾。	イナゴ、ハチノコ、コオロギ、ゲンゴロウ、イナゴの仲間、蛇。
果物類	柿、リンゴ、カリン、梅、イチゴ、桜桃、桃、杏、梨、ミカン、ブドウ、ビワ、バナナ。野生の果物: アケビ、クリ、イチゴ、桑ツミ、山ブドウ、シラクチ、河原ツミ、クルミ。	柿、栗、梅、スモモ、カシグルミ、ケモモ、モモ、グミ、ナツメ、イチジク、ナシ、カリン、ブドウ、リンゴ、ハダシキョウ。

兎肉など食べた。鶏・兎などは、自家で飼養したのを食べる」ということから、肉類は魚類よりめったに食べられないご馳走であったことがうかがわれる。

畑作野菜として基礎資料では、表 2 に示す野菜が回答され、ほとんどすべて自家で作り、他から求めることはないと記されている。野生の植物については、山野に行き採れるだけとってきて食べるとあり茸や山菜のたくさんの種類と食べ方が記されている。聞き取り調査では、基礎資料に記載の畑作野菜はすべて回答され、野菜はほとんど自給自足で、基礎資料に記載されていない野菜も多く挙がった。茸や山菜は、南穂高が山から離れているため、好きな人は採りに行ったが一般にはあまり利用されていなかったようである (表 2)。

魚類について基礎資料では多く食う魚介類が記されており、また、地方特有の食物や調理法として「いろいろの蛇を焼いて食う。川ムシはつくだ煮のように煮て食べる」、カテ飯として「鉢の子飯」、滋養食として「産婦には、蝗味噌」が記されていることから、蛋白源として蛇や虫類が食材として珍重されたことがうかがわれる。聞き取り調査では、海魚は魚屋または行商から購入した。川魚は近くの小さい川でしかけや投網で捕って利用する農家もあった。田ではタニシを採り、田鯉を養殖して食べたという (表 2)。虫類は、「戦後の物のない時代によくとっ

た」という回答があったが、回答数が少なく、「食べなかった」という回答もあった。

肉類については、前述の通り馬肉、牛肉、豚肉、鶏肉、熊肉、兎肉が食べられている。また、「魚介類、獣肉は一般に貯蔵しない。たにし (ツブという) はそのまま土の中に埋めておいて、必要な時掘り出して食べる」ことから、ほとんどの魚介類および獣肉類は、手に入った時にだけ食べられる貴重な食材であったことがうかがわれる。

果物類については、近くの川の土手や屋敷内に果樹を植え、柿、梅、栗などが食べられていた (表 2)。聞き取り調査では山林の野生の果物を利用したという回答はなく、山菜や茸と同様、野生の果物はあまり利用されていなかったと思われた。

3) 食品の購入

聞き取り調査から、戦前、そして昭和 16 年当時は、特別なもの以外、みんな自給自足であり、地域の商店や行商から、魚や佃煮など一部の食品を購入または物々交換した。なお、戦中は、すべてが配給だったという。

4) 貯蔵と加工食品

食品の貯蔵方法として、基礎資料では畑作野菜について「ムロ (室) といって、陽当たりのいい軒下

表 3. 昭和 16 年 (1941) の安曇野市豊科南穂高の貯蔵法、加工食品
—基礎資料の記述と今回の聞き取り調査のまとめ—

	基礎資料の記述	今回の聞き取り調査結果
貯蔵法	ムロ (室)。	モロ、ムロ、屋外：ワラモロ・地モロ・地ムロ・畑ムロ・土モロ・ツンボモロ、屋内：内ムロ
日干しにする食品	大根干 (切干)、ナス干、里芋の茎、干菜 (大根葉や菜のカケナ・ヒナ、干瓢、蕨、ぜんまい)。	干菜 (ヒバ・ホシナ・カケナ)：大根・蕨・野沢菜、凍み大根、大根干し、干瓢、ズイキ干し、稲コキ菜の蕨干し、干し芋 (芋干)。生のお菜よりもおいしい。冬の葉ものは、漬物と干菜とそれっきりしかなかった。
漬物類*	大根漬、菜漬、味噌漬、瓜漬、ナス漬、ラッキョウ漬、奈良漬、塩漬 (蒟)、山葵漬。一番多く漬けるのは、大根と菜漬。食用の時期は特に定まっていない。 地方特有の漬物：サンゴハチ。	大根漬 (小糠漬、塩漬、味噌漬、醤油漬)、トキ漬、お菜漬、奈良漬、酢漬 (ラッキョウ、ミョウガ、ショウガ)、塩漬 (ナス、キュウリ、紫蘇の実、リコボウ)、福神漬、味噌漬、白菜漬、カラシ漬、当座漬、昔はもっと多量に、4斗ダレで3本位つけた。昔は冷蔵庫がなく酸っぱくなってしまいますので、味噌漬や塩分の多い塩漬にした。お菜漬は11月の終りから6月頃迄、タクアン漬は9月位迄食べた。古くはみづで塩気を抜いて油炒めで食べるとか、それこそ大事にしていた。
果物	梅漬、梅の焼酎漬、カリン砂糖漬、干し柿 (串柿)、杏 (種をとって干す)、栗 (生のまま土中に埋める。蒸したのを干す。炒って糸に通して吊るす)。	梅 (梅漬、焼酎漬、塩漬、酢漬、梅干)、カリン (砂糖漬)、ナツメ (砂糖漬)、杏 (ジャム)、柿 (干し柿、コロ柿)。
味噌	大豆を煮てそれをつぶし、径2寸ぐらい長さ5、6寸ぐらいの枕のような味噌玉を作る。それを約1ヵ月ぐらいむしろの上に並べておいたりあるいは吊しておいて、かびをいっぱい生やす。そのかびをきれいに洗い落として臼でつきくだき、豆1升に対して塩3合あるいは4合ぐらいと水と麴を入れてかき混ぜて、つき込む。そのつき込む時にお粥をこしらえて入れる家もある。1カ年の使用量概算 男青壮年8貫。	あぜ豆を1回に1斗ぐらいずつ、朝早くから炊く。4月に味噌炊き、2〜3軒で3〜4人で大鍋でゆでる。共同の鍋・クドがある。1人1斗、客味噌1斗を作った。昔は大きな桶でゴンゾウで踏みつぶして、味噌玉を作った。1ヵ月くらい、乾燥の時間が必要で、赤味噌とよんでいった。2年も経つとまっ黒になってしまう。昔は塩の量を、霜降り、霜が降りたときの野原の模様のようにやれよと、適当だった。大豆のゆで汁、ドロドロのゆで汁をアメと呼んで、モロの中に残っている生の大根・人参など皮をむいて入れる。それを2、3日置いて汁のあく抜き、味噌を漬けこむとき、野菜を底や途中に漬けこむ。米麴も入れるが、麴は買ってきて、今より米麴の量は少ない。豆1斗に5升の麴を入れた。米せん下の米で麴を昔は作っていた。

*果物の漬物は、次項に記述する。

などに穴を掘り、その中へ入れて貯蔵する」と記されていたが、聞き取り調査では屋内または屋外に作られ、いろいろな呼び名があることが示された (表 3)。冬場の野菜不足を補うために、モロ (ムロ) の中に芋類、根菜類を入れ、藁を突っ込んで土をかぶせて凍みないように保存した。また、藁をしばったのをかけて雪よけにした。

加工食品について日干しにする野菜として、基礎資料では「大根干、ナス干、里芋の茎、干菜 (大根葉や菜のカケナ・ヒナ)、干瓢、切干など」を作ると記されている。聞き取り調査では、大根の葉、蕨の菜、野沢菜をかげ干ししたものを、干菜 (ヒバ・ホシナおよびカケナ) といい、おつゆの実や粕汁にして12月から3月に食べられた。乾燥野菜は、冬場から春先の畑に野菜がない時期に重要な食材で、おいしく、よく利用された様子がうかがわれる。

漬物について基礎資料では、副食物の主な要素として記されており、当時の副食物の中で重要な位置を占め、大根漬および菜漬が中心だったことがうかがわれる。聞き取り調査においても、漬物が年間を通してオカズ、お茶請けの中で重要な位置を占め、特に冬場の貴重な保存食であったことが確認され、大根漬とお菜漬が中心であることも基礎資料と同様だった。当時の漬物は長期間食べることができるよう今より塩分を非常に多く含む塩漬または味噌漬が中心だったことが推察された。また、昔は梅の焼酎

漬と奈良漬 (粕漬とも呼ばれる) が来客用や行事の時の漬物として珍重されたという回答が複数から挙がり、砂糖を多量に使う漬物であることが大事にされた理由の1つと思われた。果物については、梅、杏、柿および栗の保存食が挙げられた。

醤油については、基礎資料で当時の作り方は、「大豆はゆでて豆麴にし、小麦は炒ってひき潰す。これを混ぜて、水と塩を入れて作る。これから1番を搾り2番を搾り、3番迄搾る家もある」、醤油の消費量は、「男青壮年 醤油 1カ年の使用量概算3升」と記されている。今回の調査で不明の1軒を除く調査対象者全員が醤油を「作っていた」と回答した。なお、踏入地区にモロミ工場があり、原料をモロミに加工してもらい隣組などで協力して手作りしていたという。手作りの醤油は、色がうすいがかうよかったという回答が複数から挙がった。

味噌について基礎資料では、作り方や味噌の消費量が記されている。聞き取り調査でも味噌については、調査対象者全員が「作っていた」と回答した。味噌炊きは、隣組での共同作業で、共有の味噌炊き用の大きい釜を使った。作り方は基礎資料と同じであるが、麴には米麴を使ったことが確認された。塩の量については重さを計量することがなかったので、適当で多目に使ったという。米麴の量が少なかったので熟成に時間がかかり、食べる迄に半年以上、長い家では3年味噌とって3年以上たってから食べ

たということだった。また、味噌を仕込むとき野菜と一緒に漬け込んで、味噌漬を作ったという回答が複数挙がった。

大豆の加工食品としては、基礎資料には「黄粉」と「醤油の実」が記載されていた。聞き取り調査では「お醤油の実」と呼ばれ、黒豆を蒸したり煮たものをわらで発酵させて作る加工品を、お茶うけやご飯にかけて、餅などにつけて食べたという。各家庭によって作り方や味が異なる大事な冬場の加工食品であったことがうかがわれる。

その他、基礎資料ではイゴについて、「ところてんにする海藻を水でよくさらし、それをよく煮つめてところてんのようにして適当な大きさに切り、酢をつけて食べる。このイゴは、お盆と氏神様のお祭りの時には食べねばならぬ物となっている。」と述べられている。今回の調査でも、イゴに関して複数から回答され、「お盆やお祭りの時になくてはならないごちそうで、時間をかけてさらして白くし、煮とかして、さんしょう味噌や、醤油、酢味噌で食べた」と回答された。なお、イゴは、南穂高より以北でしか食べられていない地域性のある加工食品であり¹⁵⁾、北信は信州新町から北、南信は南穂高から北の海に近い地域から、ずっと北の新潟県、さらに日本海岸を北上した秋田県や岩手県の旧南部領下のかなり広範囲にかけて、エゴ（エゴノリ）がお盆のときにはなくてはならない食品として珍重されてきた。南穂高地区はこのエゴをイゴと呼び、このイゴを食する境目に位置する。

凍結乾燥する保存食品として基礎資料中には「コーリ餅」、味噌汁の具として「凍豆腐」が挙げられている。聞き取り調査では、「凍り餅は黴びないで長持ちし、食べ方も水で湿らせ、砕いて砂糖などを加え、熱湯を注いでかきまぜるだけと簡単なので、おこひる（間食）や夏場の忙しい時の食事とされ、病人にも食べさせた」と回答された。

その他の加工食品として基礎資料には、焼米、香煎、甘酒、飴が記載され、聞き取り調査ではアラレと飴が回答された。

(3) 現在に至る食と生活の変化

以下では、現在に至る変化の背景となる農業の変化について記述し、次いで、食材と調理法、食品の購入、貯蔵や加工の変化について記述する。

1) 農業の変化

戦後は、農地改革により3~10 haの経営耕地面積の自作農が急増した。そして減反政策が始まる

(昭和45年)前迄は、桑畑を水田に変えて水田を増やした。しかし、近くに工場や会社ができ、昭和30年頃から米作りも農薬や機械を使って省力化が進められたことから、勤めに出たまたは自営業を始めたものが多い。また、長野自動車道や大型スーパーの駐車場に土地を売却したり貸したりして水田が減少した農家もある。当地区では昭和58年から圃場整備が行われ、1区画が3~5 haに整備され⁷⁾、現在は自脱型コンバインでの収穫が主流となっている。機械化による省力化は可能となったが、圃場整備後の収量にはたいした増加はなく、調査対象者の中でも、後継ぎが農業専従の調査世帯は1世帯だけで、その農家も稲作ではなく施設園芸中心である。「農用機械や農薬、肥料の値段を差し引くと、稲作による収入は『食べる分くらい』であり、今は年金生活で農業をやっている感じ。惰性と趣味で米を作り続けている。今では人にまかせて米を作っても、マイナスになる。なにもしないほうがいい」という回答も挙がり、稲作では農業経営が成り立たない現状がうかがわれる。

なお、養蚕は、戦後、蚕の値段が安いままで、人手もかかることから、多くの農家が養蚕を規模縮小、またはやめた。また、昭和30年頃から稲や野菜に消毒をするようになり、桑畑・桑の葉にも消毒薬が影響し、かいこが死ぬ、大きくならないなど、養蚕経営が難しくなったという回答もあった。最も遅くまで養蚕をやっていた調査対象者世帯でも、昭和55、56年頃には養蚕をやめてしまった（南穂高地区養蚕戸数：昭和25年202戸¹⁰⁾、昭和45年34戸¹¹⁾、昭和55年3戸¹⁶⁾）。

畑作については、大麦や小麦の水田裏作は、米の栽培方法の変化（田起こし、田植えの時期が早まった）により行われなくなったという。桑畑を水田に変え、米の生産を増やしたが、それだけでは生活が厳しいということで、水田裏作に茸類、タマネギ、ウドなどの栽培を行った。しかし、花卉・鉢物以外の施設栽培や野菜栽培は、うまく育たなかったりして安定した収入が得られなかったため昭和50年頃には調査対象者の全世帯でやめてしまった。減反政策以降は、減反の土地で販売用の畑作が行われるようになり、現在は小麦、大麦、大豆、タマネギ、ソバなどが栽培されている。また、5~6年前頃から、比較的人手のある2軒の農家では、自家用野菜を多めに作って、近所の直売場で販売するようになったという。ただし、畑を増やすほどたくさん栽培しているわけではなく、「売れるようないいものはなかなかできないので、それほど大きな収入にはならな

い」ということだった。

家畜に関しては、戦後、一時、乳用牛、肉用牛、綿羊の飼育に取り組んだ。しかし、採算が合わないで、昭和50年頃には調査対象者の全世帯でやめてしまったという。また、兎については30年代には飼育されなくなってしまったようである。山羊も飼育場所や匂いの問題などから20年前頃には飼われなくなってしまった。ほとんどの家庭で飼われていた鶏も手間などの理由から1軒を除いて全く飼育されなくなってしまった。

2) 食材と調理法の変化

米については、「昭和27、28年は凶作だったが、それ以後は豊作が続いて、昭和30年代以降は、うんと食生活が豊かになった」という回答などから、昭和30年代頃には3食、白米のご飯が食べられるようになった。調査対象者世代については、現在も自作の米を3食、白米のご飯で食べ続けている。また、「ご飯を粗末にしない。ののさま（仏様）にあげたりしたご飯や、のこりご飯は冷凍したり、干し飯（あらって干しておいて、あられにする）にして、捨てることはしない。作り過ぎないように心がけている」という、米を大事にする回答も挙がった。ただし、他にも食べる物が豊富にあり、機械化や高齢で労働量が減ったこともあり、「昔に比べ米を食べる量は非常に減ってしまった。また、若い人はあまり米を食べない」といい、米作農家であっても、米の消費量が減少している状況がうかがわれた。

米以外の穀物については、昭和30年代迄は、裏作に作った小麦の粉で手打ちウドンやスイトン、ウスヤキを作る家庭があった。二毛作が減り、米の豊作が続いたこともあって、昭和30年以降、夕食に手作りのウドンやスイトンなどを食べる機会は減少している。しかしながら、全くやらなくなったわけではなく、特に冬場に懐かしんで、手打ちウドンやスイトン、カボチャ団子、ウスヤキなどを時々手作りにして食べているという。なお、減反で小麦を作っている2軒の農家以外は地粉を購入している。また、乾麺も利用されている。パンについてはおやつとしてたまに食べるが、「あまり食べない」という答えが多かった。アワ、ヒエ、キビなどの雑穀は、昭和16年当時もあまり利用されていなかったが、現在も全く作っていない。ただし、ソバは減反の田で栽培されるようになった。

芋類については、以前と変わらず、ジャガ芋、薩摩芋、里芋および長芋が多く作られていた。1名から最近コンニャク芋、ヤーコンを栽培しているとい

う回答が挙がった。また、薩摩芋については「いいものがとれない」、「掘るのが大変」などの理由で作らなくなった農家がある。長芋についても、「掘るのに人手がかかるので、作らなくなった」という農家があり、買えばあるので必要なときは買っているという。食べ方としては以前は味噌汁の実か煮物のおかずが中心であったが、特にジャガ芋は調理方法が増え、味噌汁の実はもちろん、サラダ、コロケ、細く切って揚げる、蒸す、焼くなどしていろいろなおかずとして食べるようになったという。また、以前は自家保存の種芋や苗で芋を栽培していたが、今は、いいものがとれないとあって、種芋や苗を購入するようになった農家も増えているという。

副食品について、まず、畑作野菜は昔から作られているほとんどの種類の野菜が現在も栽培し続けられていた。さらに、昔からの畑作野菜に加えて、西洋野菜、中国野菜など多種類の野菜が栽培されていた。現在では、季節はずれの野菜や珍しい野菜は購入するが、それ以外は、近所で交換するか、基本的に自給自足という家庭が多く、自家用野菜を栽培するという習慣は全ての調査対象者に現在でも残されていた。なお、新しい野菜については、育苗店で購入したり近所の人と交換したりして、「新しくいいといわれるものは、作ってみる」という農家が多く、また、「結構いいものができる」ということで自家栽培する野菜の種類が増えてきたようである。

また、現在でもわざわざ野菜を作る理由としては、「買って来たものよりも新鮮なものの方がおいしい」、「安全だから」という回答が挙がった。それでも「買ってあればあるので」、「（高齢にもなったし）買うほうが楽だ（作らない）」という回答も挙がり、「野菜はほとんど買うことはないが、現在、作りやすいもの、よくできるものを作っている」ということである。

以前栽培されていた作物で、最近あまり作られなくなった野菜として、稲コキ菜は、野沢菜が栽培されるようになって栽培しなくなったという。「ゴボウ・人参はよくできない、掘るのが大変」ということで、作らなくなった農家があった。ゴマ、エゴマは、保存ができるためか、毎年栽培しない農家があった。ナタネは、現在では作らなくなったという農家が多かった。なお、大根や蕪、ササゲなど、種類としては現在も作り続けているが、栽培している品種は昔とは異なっている、また、品種が増加している作物があったことも補足しておく。

畑作野菜と同様、豆類も昔から作られているほとんどの種類のものが現在も栽培し続けられていた。

ただし、栽培場所は変化し、大豆については米の増産のためにあぜで栽培しなくなって、近年は減反の田に栽培するようになった。小豆については、桑畑の中に植えられることはなくなり、全て畑で栽培されるようになった。買うこともできるが、自家用は栽培している農家が多かった。ササゲについては、昭和16年当時作られていたホタカインゲンをはじめ、モロッコ、パンダ豆、ツルなしのホタカインゲンなど、種苗店から種を購入するので以前なかった品種が加わり種類が豊富になったという。

山菜や茸類については、昭和16年当時もあまり利用されていなかったようだが、その後も利用が増えることはなく、山へ出かけて山菜、茸類を採取する人はますます少なくなり利用されなくなった。もらって食べる、または必要なときは買って食べるという。また、庭に植えたフキ、フキノトウなどや茸類は、今でも年に数回は食べているという。なお、園芸店から、コゴミやタラの芽などを買ってきて庭へ植えて利用するという回答もあった。また、1軒の農家では、10年前から自家用に原木でシイタケの栽培を始めたという。細萱地区の川に自生していたタイワンゼリは川が汚れたため食べられなくなった。

魚介類について、昭和16年当時は、川や田からの魚介類を利用したという回答もあったが、その後、田に除草剤や石灰系の肥料を使うようになり、さらに川の護岸工事や圃場整備が始まって魚介類の生息できる環境が破壊されてしまったため、魚獲りや田鯉の養殖をやることはなくなってしまったという。また、田鯉を食べる習慣も廃れ、専門店に出かけなければ、ウグイなどの川魚料理は食べられなくなってしまった。海水魚については、地区の魚屋や行商からの購入から、近くの大型スーパーマーケットでの購入に変化した。

虫類については、田への農薬散布によって虫類が激減したこともあって、イナゴとハチノコ以外は挙げなかった。なお、イナゴとハチノコについても、一人から「イナゴは、5年位前まで捕って食べた。今はいない。ハチノコは捕るのではなく、いただき物で食べる。買って食べることはない」という回答があっただけだった。また、「最近、農薬を使わなくなって、場所によっては（虫類が）復活。町場の人が捕りに来る。農家は忙しいので捕らない」という。

肉類および乳・乳製品は、現在、ほとんど全て購入によって調達しており、近所の大型スーパーマーケットから購入することが多い。

果物類については、河川改修工事や圃場整備、家の改築、また、消毒しないため（病害虫のせいで）、川の土手や屋敷内にあった果樹が切り倒され、一部の果物類は食べられなくなったという回答があった。現在、以前から残っている果物で複数挙げられているのは、柿、栗および梅である。また、新しく栽培し始めた果物としてキーウイ、イチゴが挙げられた。リンゴ、ブドウ、プルーンなど、親戚からもらう（ので、栽培しない）という回答も複数挙げられた。果物類は消毒などの手入れを行わないとうまくできないものが多いこともあって、現在では、全体的にみると、自家産の果物類よりも購入して食べる量の方がはるかに多い様子であった。

3) 食品の購入の変化

食品の購入における当地区での60年間の変化は、大きく分けて3つの時期が存在すると考えられた。最初の時期は、昭和16年から昭和30年半ばまでの、自給自足が少しずつ崩れる中、行商および地域の商店から食品を購入していた時期であり、2番目は、昭和30年代半ば（家庭によっては40年代の初め）から昭和50年代後半までの近所の商店やスーパーまたは農協経営の移動販売車や配置購買を利用していた時期であり、3番目が、昭和50年代後半（家庭によっては10年前）以降の大型スーパーへ買い物に出かける時期である。

2番目の時期には、地域の商店がスーパーとなる店も多く、殿村地区などには商店街が形成されていた。また、農協（あづみ農協南穂高支所）には、農家に必要な日常生活品を販売する直売所があり、農協スーパーと呼ばれた。交通の便の悪いところには、冷凍冷蔵庫を備えた農協経営の移動車が販売に回った。また、農協の配置購買による宅配により食品を購入している家庭もあった。この時期農家は農協が斡旋するいろいろな物品を購入しており、農協は農村の生活の柱であった様子がうかがわれた。

3番目の時期には、駐車場がある大型スーパーへ出かけるようになった。そのため、商店街はさびれ、平成6年頃には南穂高の農協スーパーが業績悪化で閉店した。現在ではほとんどの家庭が自動車で大規模スーパーへ出かけるようになった。自動車が使えない少数の家庭ではセットにして宅配してくれる「農協の食材」や、生協の共同購入を利用している。なお、調査対象者ではいなかったが、忙しい家庭ではケータリングサービスを利用しているという。

大型スーパーで購入する理由には、車で買い物に行けて、なんでもそろっていて1箇所ですべて足り、

冬も暖かく買い物できることが挙げられた。また、テレビでいろいろ宣伝するので、以前より食べる種類が増え、買うものも増えているという。なお、当地区にも、「現在、コンビニエンス・ストアが、300 m から 400 m おきに網の目のようにある」ということで、一見、田園風景が広がっている南穂高ではあるが、都市化が進んでいる。

4) 貯蔵や加工食品の変化

根菜類や芋類の貯蔵については、昭和 26 年以降もしくはモロ（ムロ）が用いられ、現在でも畑や室内のモロに貯蔵する家は 6 軒あったが、最近、昔より暖冬で凍みにくくなったこともあり、また、貯蔵する量も少なくなったことから、土蔵や倉に毛布をかけて貯蔵する、肥料袋、ビニール袋、発泡スチロールなどに入れて涼しいところで貯蔵する、室内に置いておくなどの回答が挙がった。白菜やキャベツなどは、生または少し干して新聞紙に包んで保存し、葱などは畑に溝を掘って並べてわらをかけて土をよせて貯蔵しているという。

次は、モロ以外の新しい貯蔵手段として戦後、家庭に普及した電気冷蔵庫および冷凍冷蔵庫について取り上げる。なお、電気冷蔵庫が導入される前は、「水がめの所や、茶箱の中に食品を入れて涼しいところに保管した」という回答が挙がった。電気冷蔵庫は、当地区では昭和 30 年代終わりから 40 年代初めに購入された。生魚も昭和 30 年代後半には流通するようになり、電気冷蔵庫の普及および流通の改善によって、塩蔵しない魚や肉などを容易に購入できるようになった。電気冷蔵庫の導入初期は「あまり使わなかった」という回答や、まだ、当時は冷蔵・冷凍食品の種類も少なかったと考えられることから、日常、多くの食品を冷蔵庫に保管する習慣はなかったように思われた。冷凍冷蔵庫は、多くの家庭で昭和 50～60 年代頃から購入され、現在では大型スーパーへ自家用車でまとめ買い、また買い置きするように変化しており、大型冷凍冷蔵庫は食品の主要な保管場所となり、まさに生活必需品に変化している。また、2 軒の家では専用の冷凍庫に冷凍貯蔵しているという回答もあり、食品貯蔵の手段として冷凍庫が活用されている様子がうかがわれた。

加工食品について、まず、日干しにする野菜は、昭和 20 年代、家庭によっては昭和 40 年代初めまでは家庭で作られていたが、今ではほとんどの家庭で作られることはなくなった。昭和 30 年以降は、冬場や春先でも新鮮なものが比較的安く売られるようになったので、野菜を乾燥保存する家がはだんだん

少なくなってきたと考えられる。干し芋については、昭和末ごろ迄は作っていたが作らなくなってしまった家が 2 軒、昔ほどたくさんではないが今も作り続けている家が 1 軒、干し柿は、現在も作り続けている家が 2 軒であった。干し柿をこれまで作っていたが、余り食べないので今年作らなかった家では、旦那さんが「夜はとって食べるのがいいのに、今年はなくていけん。」と言っているという。このように懐かしむ声はあるが、「手間かけて作っても、たくさん食べないので捨てることになって無駄になる」という合理的な考え方などから、作られなくなっていく様子がうかがわれた。

また、現在では野菜を生またはゆでて冷凍保存しているという家庭があり、冷蔵庫・冷凍庫の導入によって、貯蔵・加工の方法として天日による乾燥があまり使われなくなり、代わって冷蔵・冷凍による方法が用いられるようになった様子がうかがわれる。

漬物については、現在も全ての調査対象者の家で手作りにされていた。しかし、漬け方は昔とは変化し、大根は昔は干して小糠と塩とで漬ける小糠漬が中心だったが、今では、漬け方が豊富になり、干さないで生でトキヅケ、醤油漬、粕漬、麴漬、サンゴハチ、酢漬など、少量ずつ多種類の漬け方が行われている。また、現在では冷蔵庫に保存することも可能であり、比較的短期間で食べてしまうため塩分控えめの漬け方となっている。また、漬物専用の合わせ調味料（例：三五八）を購入して漬けるなど、簡便な漬け方が増えている。奈良漬や梅の焼酎漬は、うまく漬けるのに技術を要する漬物で、以前は行事や来客の折にも出された大事な漬物であったが、現在では食べる人が少なくなったという理由で作る家庭が減っている。

少量、多種類を、塩分控えめに加工するという漬け方の変化は、大根に限らず、他の漬物にも生じている。よって、塩分の高い味噌漬は、味噌を手作りしなくなったこともあり、戦後、少しやっつくらいで作られなくなったという。なお、塩分を控えるように漬け方を変化させるきっかけとしては、生活改善運動による減塩運動が挙げられる。

また、漬け方が多様化しただけでなく、漬物の材料や調味料の種類も増えている。現在でも自家産の野菜で作るものが中心ではあるが、手作りにする野菜の種類が増加し、また、おいしいと評判の漬物については、わざわざ材料を購入しても手作りにする様子がうかがわれる（例：ヤマゴボウの漬物、ショウガの粕漬など）。なお、前述の通り、稲コキ菜のお葉漬は、野沢菜で作られるようになった。

食べる量については以前より少なくなり、漬物がオカズの中心ではなくなったが、食べる機会は変わっていない。現在でも毎食およびお茶の時に欠かせないものという点では、変化はないという。特に、お葉漬は、今でも冬中（12～3月）食べられている。お葉漬自体は3～4月までであるそうだが、だんだんと飽きられ、味も多少変わってくるので、以前は漬物を捨てることはなかったが、今は余ると捨てるという。それでも野沢菜漬を塩抜きして油で炒めたり、煮たり、饅頭のあんにして食べる工夫は現在でもやっているという。

現在でもわざわざ漬物を作る理由としては「買ってくるよりもおいしいものが作れる。買ってくると途切れることがある。習慣。みんな作るから。安上がり」という回答が挙がるなど、今回の調査対象者の世代には漬物は家庭で漬けるものであって、おいしい家庭の漬物を食べるのが当然のことであるという、強い信念みたいなものがあるように感じた。

しかしながら、「こういうの（漬物）は、だいたい主婦がお姑様からそれぞれの家庭の味を伝えてきたのだが、今はよっぽどの60代、70代以上の家でない、断絶（している）。見様見真似でやる人がたまにぼつんぼつんというが、普段の生活でそういうものを出しても子どもたちも喜ばない。だいたい行事があってもそういう漬物を出すような機会がなくなっている。なにか、家で七五三のお祝いをして、料理屋へ行ってやろうとか、施設へ行ってやろうとか、変わってきてしまっている」という回答が挙がるなど、これらの漬物は、若い世代にはまだ継承されていないようである。野沢菜漬の作り手は調査対象者世代であり、塩加減や調味料の配合などは若い世代ではわからないという。漬けるのが簡単な漬物の素を使った即席漬、調味料漬などは、次世代でも続けて行われると思われるが、長年の経験を要する自家製漬物の食文化は、残念ながらこのままではこの世代で絶えてしまうように思われた。

なお、果物については、今も昔から作り続けているものとしては、カリン漬、アンズジャムが挙がり、新しく作り始めたものとしては、イチゴジャム、いちじくの砂糖煮やピン詰めおよびカリンのジャムが一部の対象者から挙がった。

醤油は、昭和20年代後半～40年代までは各家庭で手作りされた。しかし、現在は趣味的に作っている1軒を除いて、すべて農協やスーパーで購入するようになった。作らなくなった理由としては、「昭和末期からモロミを作ってくれるところがなくなったのでやめてしまった」、「農協で醤油を配置購買し

始め、農協がお醤油を売り始めた。1ヵ月に1本置いていく」、「手間かけないでもあるのでやめた」という回答などが挙がり、モロミ加工場が近所になくなったことと、容易に買うことができるようになったということが主な理由と考えられた。

味噌については、昔から手作りを続けている家庭が5軒、一旦、味噌作りを止めていたが再び味噌作りを始めた家庭が2軒あり、他4軒は主に農協の仕込み味噌を購入していた。味噌作りを再開した2軒を含む4軒は、5年前にできた豊科町の加工場を利用している。その他の4軒は、隣組では味噌の加工をやらなくなったため、現在は各家庭単位で加工を行っている。加工場では大勢で共同作業を行っており、施設で原料から全てを作ることができる。味噌を煮ながら時間があるときには、豆腐も作られている。また、グループ内で大豆がない人には、仲間で譲り合っているということであった。

味噌の作り方は、昔とは変化しており、味噌玉を吊したりねかしておかない。塩の量も以前より減っている。豆を洗うところから仕込むまで2日半ででき、ソクジョウ味噌と呼ばれる。なお、米麴は、自宅や加工センターで作るまたは、麴屋に米と加工賃を払って頼んでいる。

味噌を作る理由としては、手作り味噌がおいしいこと、減反で作った大豆および米の消費が図れるという回答が複数から挙がった。また、現在のソクジョウ味噌の加工が比較的簡単であることも理由の1つという回答も1軒から挙がった。一方、味噌を作らなくなった理由としては、あぜ豆を作らなくなり、大豆の収穫が減ったことと、農協で手作り味噌と同様の加工をした仕込み味噌を売るようになったというので、手間と時間をかけなくても同じような食品が手にはいることから、農作業や兼業で忙しい家庭では手作り味噌をやらなくなったと考えられる。

お醤油の実については、昭和16年当時は4軒で手作りされていたが、今では全く家庭で作られなくなってしまった。「食べるときは市販品を購入する」という。しかし、市販品は塩味が強い、昔ほどおいしいと思わないという回答が挙がり、また、「慣れないと食べられない味」（長男の嫁の回答）など、若い人には好まれていない様子である。

凍り餅については、昭和16年当時、作っていた5軒のうち4軒で現在も作り続けていたが、以前に比べると作る量は少なくなったという。食べ方は昔と変わらないが、農作業の間食に凍り餅を食べることはなくなり、今ではおやつに食されている。調査対象者の子どもは小さい頃は食べたが、今はあまり

食べないという。1軒の対象者が凍り餅を作らなくなったが、その理由は「10年前くらいまでは寒中や小正月に作ったが、もち米を作らなくなったので。もち米を買ってまでも作らない。また、暖冬なので作れない。-10℃くらいまで凍みないと作れない」ということだった。一方、作る理由としては「好きなので今でも作る」ということで、作る本人がその食品を好きかどうかが続けて作られる大事な要因であることが示された。

アラレについては作る家が減少し、現在は2軒の家でしか作り続けていなかった。いずれも、「コンバインになって（うるち米ともち米が）混ざるといけないので、家ではもち米を栽培しなくなった」ということだったが、交換または購入して、おこわやアラレなどを作るという。なお、2軒の手作りのアラレは、「上手」、「とてもおいしい」と近所で評判だそうである。アラレを作り続けている理由としては、「ないってわけにはいかない。珍しくて食べる。」という答えが挙がった。「上手と周囲から誉められること」そして「あってあたりまえ」という感覚が、作り続けるエネルギーであるように思われた。

イゴについては、今でもお盆に準備する家庭は多かったが、イゴを手作りするという回答はなかった。今回の調査対象世帯の夫人は、多くがイゴをもともと食べない地区の出身者であるためか、現在は、イゴをスーパーで買ったり、もらったりして食べるという。「売っているのは味が違うので、作ってほしいと頼むが手間がかかるので作ってもらえない」という嘆きも聞かれた。なお、「スーパーができてから広くイゴ（商品のパッケージにはエゴとある）が販売されるようになった」という。また、食べる地域は以前と変わっていない様子である。

4. まとめ

以上の記述から取り出せる当地区における食と生活の変遷の要因について、最後に考察する。当地区において食と生活が現在のよう有り様に変容している要因としては、米作りの変化と兼業化の進展、生活改善運動、大型スーパーの進出、家庭用電化製品の普及の4点を取り上げることができる。また、昔ながらの食を守っている要因としては、作る楽しみと安全でおいしいものへのこだわりの2点を挙げることができる。

(1) 食と生活が変化した要因

1) 米作りの変化と兼業化の進展

南穂高村は、水に恵まれた平坦地であったことから、昔からの米作地帯であり、副業としては養蚕業が明治時代から昭和初期まで中心として行われてきた。よって、昭和16年当時の生活文化も、食の面にとどまらず全ての面において稲作と養蚕業を基本にして営まれていた。ところが、戦後、養蚕業が衰退し、高度経済成長を迎えるにあたって、南穂高では、近隣への大工場の誘致による非農業求人増加、養蚕に代わる収入源となる水田裏作がなかなか定着しない状況、機械化による米作りの省力化と裏腹に米作りにお金がかかるようになるという変化、さらに減反政策などを背景として、多くの農家が第二種兼業農家の道を選択した。よって、農業経営も各戸単位で個別化したため、これまで米作や養蚕によって育まれてきた共同作業や年中行事などがほとんど行われなくなっており、その中で営まれてきた米を活用した食文化、もち米で餅をついたり、赤飯、おこわ、ぼた餅を作ったり、うるち米の粉で団子を作ったりして共食するといった文化が失われてしまった。

現在、水田は圃場整備され、減反されていない田では米作が行われているため、一見、農村生活が連続しているように思われるが、実際には農業外からの収入で消費生活を営む都市型生活文化へと変化し、その中で食文化の均質化が進んでいるように思われる。

2) 生活改善運動

戦後、囲炉裏から煙の立たないクド、次にはプロパンガスを勧めるなどの台所改善や減塩運動など、農協青年部、婦人会が中心となって生活改善運動を推進した。その結果、昭和30年以降、住居は従来の農業生産中心の構造から、農業生産を切り離れた都会化した現代住宅へと変化した。よって、以前の生活環境により生じた目や喉の病気はなくなり、回虫などがいない清潔で暖かく、水道、電気が自由に使える便利な生活に変化した。

食への直接的影響としては、減塩運動が大きかったと思われる。「(生活改良普及員が)極端に言えば、塩漬けの漬け物はみんな家庭から追い出せというような形で指導してくれて…。これだけの塩分が少なくなると、年寄りがこれだけ生きている、そういうデータもってきて、減塩といって塩分計をもってきて、味噌汁作って、それぞれの家庭の味噌の塩分をはかったりして、さかんに指導していた。非常に塩分の高い物、たくあんを6月くらいもたせると

8%くらいにしないともたないということで、漬物もある面では目のかたきにされた。」という回答にもあるように、徹底した指導がなされた結果、昔と同じ漬物や味噌は、もう現在では食べ続けられてはいない。とは言え、昔からオカズの中心であった漬物および味噌汁が食べられなくなることはなく、漬物も味噌も減塩して作るように作り方が変化し、現在でも食べ続けられている。農作業が重労働ではなくなり、塩分も昔ほど必要としないこと、また、高血圧や胃潰瘍の予防のために、昔よりはずっと塩分の少ない物に変化して食べ続けられているのである。

生活改善運動の影響については、今回の調査では一部の調査対象者からしか回答を得ていないので、まだ、その影響の一端しか調査できていないことが予想される。よって、ここでは、食文化に与えた大きな要因の一つとして取り上げるが、その影響の詳細については、今後の検討課題としたい。

3) 大型スーパーの進出

当地区では、昭和30年代頃から自給自足が崩れ、食品の購入量が徐々に増えてきたと考えられるが、“買って済ませる”、“買ったほうが安い”というような状況を加速させたのは、昭和50年代の大型スーパーの近隣への出店ラッシュであろう⁷⁾。この頃から、近隣の駐車場完備の大型スーパーへ自家用車で買い物に出かけるようになった。

更に、その状況を決定付けたのは、長野自動車道が昭和63年に豊科インター（寺所地区に建設）まで、平成5年には長野市まで開通し、寺所地区に1000台分の駐車場完備の豊科ショッピングセンターが進出したことであろう⁷⁾。その後も大型店の出店が相次ぎ、現在、インター周辺は、一大ショッピングパークの様を呈しており、近隣の町村からも買い物に来るといふ盛況振りとなっている。よって、現在の南穂高は、大型スーパーが立ち並ぶ非常に買い物に便利な地区へと変化した。“わざわざ体を汚して手間、暇かけて作らなくてもなんでも買って済ませることができる環境”が整っているのである。

このような状況の中、手間、暇のかかる割にいいもののできない農作物の生産や家畜の飼育は行われなくなり、以前は多くの家庭で手作りされていた加工食品も、市販品が販売されるようになり、また、その代わりになるおいしいものの存在から、その多くは“買って済ませる”、また、“食べないで済ませる”ように変化したことがうかがわれた。

4) 家庭用電化製品の普及

昭和30年代後半から、三種の神器など家庭用電化製品の普及が加速化した⁷⁾。電気冷蔵庫の導入初期には、あまり活用されていなかった回答も挙げられたが、大型冷凍冷蔵庫に買い換える頃になると、冷凍・冷蔵食品の充実もあり、冷凍冷蔵庫は食品の保管庫として食生活になくはならないものとなった。また、大型冷凍冷蔵庫の普及が、自家用車での食品の大量購入を可能にした。

調理の面では、ガスコンロ、電気炊飯器の登場、さらには、電子レンジの普及などによって調理は非常に楽になり、時間がかからなくなったという変化が挙げられる。ただし、昭和30年以降、物質的に豊かになり、現在の食事内容は、以前の味噌汁と漬物がオカズの中心だった生活から様変わりしていると考えられるので、全体的に食に関わる時間や手間がどのくらい軽減されているかは明らかでない。調査によって電化製品の普及が現在の食文化の変化に不可欠の要因であることは推察できたが、その具体的な影響などについては明らかにできなかった。今後の検討課題としたい。

(2) 昔ながらの食を守っている要因

1) 作る楽しみ

現在、ほとんどの調査対象世帯において、米および野菜類の自家用に用いる大半は家庭で生産され、漬物については全調査対象世帯で手作りされていた。買って済ませる環境が整っている中で、なぜ、昔ながらの食を守り続けているのか。その要因としては、まず「作る楽しみ」が挙げられるであろう。手間が厭われる現代ではあるが、田畑があり、植えればよくできるという恵まれた自然条件にあることを実感している調査対象者にとっては、「野菜を育てていれば、1、2本欲しいときに、畑から新鮮なものをすぐ採ってこることができて便利だが、ないと買いに行かなくてはならないので不便と思う」という回答から示されるように、「車で店まで買いに行く」手間と、「畑で育てる」手間では、後者の方が問題にならない様子だった。このような意識が昔からの食を、多少の変化はあるにせよ続けさせているように思われた。

なお、「高齢となり昔ほどにはできない、ズクナシになった」と謙遜する調査対象者が多かったが、今回の調査対象者全員が長野の方言でいう“ズクがある人（手間隙を惜しまない働き者）”であるという強い印象を受けたことも補足しておく。

2) 安全でおいしいものへのこだわり

その他の大きな要因として、自分たちが作ったものは「安心して食べられる」また「買ったものよりずっとおいしい」というこだわりが、現在においても昔からの食を作り続けている原動力であるように思われた。新鮮な農作物のおいしさを知っている調査対象者にとっては、スーパーで買ってくる野菜などでは、物足りなく思うのであろう。「今は食生活でも健康について考えるようになった」という回答もあり、自分で栽培できるだけに、どのような栽培方法かわからない購入品に対する安全性の面での不安も大きいのかもしれない。

野沢菜をはじめとする漬物類については、調査対象の世代では各家庭で手作りし、家庭の味が享受されていた。暖冬になったとはいえ、厳しく長い冬中、食事やお茶うけに登場する伝統のおいしい野沢菜漬へのこだわりが、現在も手作りを残してきたように思われる。

もちろん、以上の2点の他に、昔からの食を続けることによって食卓で家族が喜ぶことで得られる“作り甲斐”や、近所の人と交換およびあげる楽しみ、また直売場などで販売する楽しみがあることも忘れてはならない要因であろう。

では、これからも自家用の野菜作りや、伝統の味が継承されていくのであろうか。今回の調査では、調査対象者の食を中心に語ってもらったが、その中でも若い世代の食について「栄養バランスは昔よりよくなったが、学校給食やテレビコマーシャルなどの影響で、新しい食べ物を食べるようになり、若い人の嗜好が変化した。ここ10年位で家のものを食べなくなった」などの回答が挙がっており、世代間での嗜好の違いが顕著になっている様子がうかがわれた。また、「(若い人たちは)仕事が忙しいので調理しない。『材料買ってくるより調理済食品の方が経済的にもいい』という考えが強い」、「地域の老人が集まって講習会などやっているが、若い人たちはパートへ出て現金収入を得ているので参加していない。ますます行事食や伝統食がなくなっていく。店屋にあるもの、チンして温めれば食べられるものを買ってくる。PTAなんか地域の子どもに対して(行事食や伝統食作りを)やっているが、簡単にできるもの、手を抜く方に変わっている。食文化の伝統をなくすには、1番いい時代になった」という回答が挙がり、自家用野菜の栽培や漬物作りなどを世代間で行う機会が減り、現状のままでは、調査対象者世代の次、さらに次の世代にまで、地域の気候風土を生かした各家の食の伝統が継承されていくこと

は難しいように思われた。

5. 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丸山眞登様、智恵子様ご夫妻、豊科郷土博物館館長様、南穂高地区の調査対象者の皆様、本学平成13年度卒業生鷹巣直美さん、花岡望さん、松田佳代子さん、また、調査全般にわたってご指導いただきました山口裕之先生、片山千栄先生、古賀美奈子先生に厚くお礼申し上げます。最後に、本研究に対し研究助成をいただきました財団法人味の素食の文化センターに対し、深く感謝申し上げます。

6. 参考文献

- 1) 『日本の食文化』、成城大学民俗学研究所編、岩崎美術社、1990。
- 2) 『日本の食文化(補遺編)』、成城大学民俗学研究所編、岩崎美術社、1995。
- 3) 「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―」、中澤 弥子、『会誌 食文化研究』、No. 5、1-11、2009。
- 4) 「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―」中澤 弥子、『会誌 食文化研究』、No. 6、1-12、2010。
- 5) 『長野県史 民俗編 第一巻(一) 中信地方 日々の生活』、長野県編、長野県史刊行会、1991。
- 6) 『豊科町誌 歴史編 民俗編 水利編』、豊科町誌編纂委員会編、豊科町誌刊行会、1995。
- 7) 『豊科町誌 現代編』、豊科町誌編纂委員会編、豊科町誌刊行会、1997。
- 8) 『豊科町誌 別冊(民俗Ⅱ)』、豊科町誌編纂委員会編、豊科町誌刊行会、1999。
- 9) 『2009 安曇野市の統計』、安曇野市、2010。
- 10) 『1950年世界農林業センサス報告書』、長野県総務部統計課、長野県、長野、1950。
- 11) 『1970年世界農林業センサス長野県統計書』、農林省統計調査部、(財)農林統計協会、東京、1971。
- 12) 『2000年世界農林業センサス第1巻長野県統計書(農業編)』、農林水産省大臣官房統計情報部、(財)農林統計協会、東京、2001。
- 13) 『2005年農林業センサス 第1巻 長野県統計書』、農林水産省統計部編、(財)農林統計協会、東京、2007。
- 14) 『長野県農林業市町村別統計書(平成13年度版)』、関東農政局長野統計情報事務所編、長野農林統計協会、2001。
- 15) 『信濃の食文化』、今村龍夫、共立プランニング、p. 158-160、1986。
- 16) 『1980年世界農林業センサス長野県統計書』、農林水産省経済局統計情報部、(財)農林統計協会、東京、1981。