

キク科植物の山菜としての地域性

—聞き書・日本の食生活全集より—

本 間 伸 夫

作物よりも強く自然条件に曝されている山野草についての食の地域性は、自然風土の条件によって強く支配されているはずである。もし、その地域性に対して自然風土の影響が弱い場合があるとすると、そこには人間の風土の影響が考えられるので、人間の風土がどのように関わっているのか、興味を持たれる。

以上の立場から、聞き書・日本の食生活全集に記述されている食用山野草について、食の地域性を解析・検討したしてきた。既に、シダ植物、ユリ科、イネ科植物⁽¹⁾およびサルトリイバラ⁽²⁾について、かなりの地域性が認められた。本報では、フキ、ヨモギなど食生活に関わりが高いキク科についての結果を報告する。

研究方法

聞き書・日本の食生活全集 50 巻⁽³⁾（以下、聞き書）とその CD 版記載の全国 317 地区のキク科山菜の食用について検索抽出、無関係なものを除去し、整理した。主な項目は、食用に供される種類、別名、食用の部位、採取季節などであり、山野草の全国的な自生状況については山菜関係書籍⁽⁴⁾を参考にした。整理されたデータを地図上にプロットして、山野草の食用についての地域性を検討した。

結果および考察

1. キク科植物について

キク科植物は一般に、山野に広く分布し、ヨモギ、タンポポ、ハルジオン、フキのように人里近くに生育しているものが多く、有毒なものがほとんど無いことから、身近でかつ重要な山菜となっているものが多い。中でも、ヨモギとフキは数ある野草の中にあつて、過去、現在とも最もよく利用されている山菜である。

2. アザミ

日本に自生するアザミは約 60 種とされるくらい多種であるが、「聞き書」ではほとんど区別されることなく

アザミでもって表現されている。結果は図 1 に示すごとくであつて、北海道から鹿児島県まで広範囲に分布しているが、東北地方と中部地方の日本海側でより密度が高い。大部分の地域で葉茎が食されているが、特に東北日本では春の新芽が好まれている。全国的には、その後生長した茎の部分が直接食用にされるとともに、塩漬けにもされる。また、西日本の太平洋沿岸地域ではハマアザミの根が食用にされている。

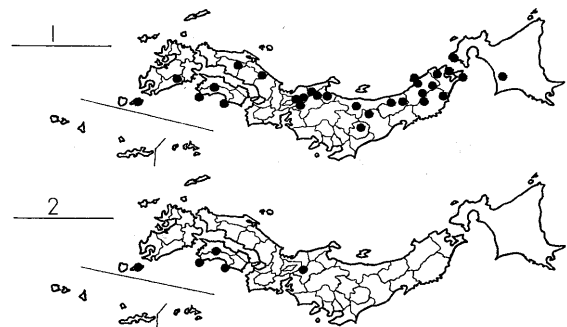


図 1：アザミを食用とする地域

1. アザミを食用とする全地域
2. 根も食用とする地域

3. ヨモギ

ヨモギは、直接食用にされることが少なく、草餅や草団子を作るために用いられるのが普通であるが、沖縄では、ふーちばーの名前でもって葉茎野菜としても利用されている。

ヨモギを利用とする地域のうち、それを「よもぎ」と呼ぶ地域は、図 2-1のごとくであつて、北は北海道から南は沖縄まで全国に万遍なく分布しているので、「よもぎ」は全国共通の名前であることが分かる。

その他の呼称のうち、図 2-2、3に示すように、「もち草」が東北部から関東と中部地方に、「よごみ」が福井から近畿に、「ふつ」が九州に、「ふーちばー」が沖縄に、それぞれ地域ごとによくまとまって分布しており、それぞれ有力な地方名となっていることが認められる。

図 3に示すように、ヨモギを混ぜて作る草餅の呼称にも地域性が認められる。図 3-1の関東を中心とした空白は、図 2-2のもち草に対応して草餅となっている。ふつ餅は九州で、ふーちばー餅は沖縄で、それぞれ、ヨモギの地方名が対応している。

ほんま のぶお
〒950-0813 新潟市東区大形本町 2-3-28 (自宅)

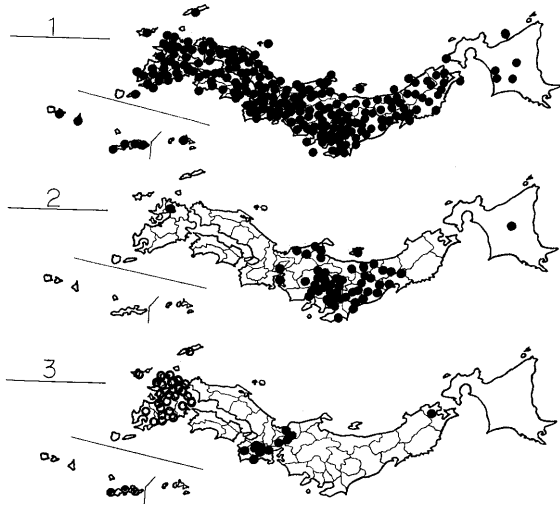


図2：ヨモギとその他の呼び方をする地域
 1. よもぎ 2. もち草
 3. よごみ (●)、ふつ (○)、ふーちばー (◎)

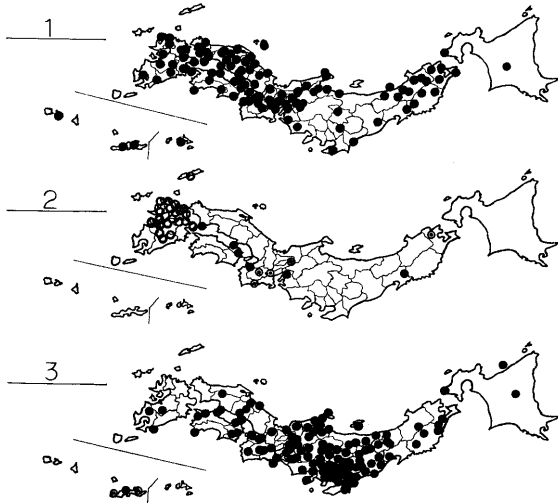


図3：ヨモギを用いて草餅を作る地域
 1. よもぎ餅 2. よむぎ餅 (●)、よごみ餅 (◎)、
 ふつ餅 (○)
 3. 草餅 (●)、ふーちばー餅 (◎)

実際には、団子にヨモギによく利用されているにもかかわらず、図4に示すように、「よもぎだんご」や「草だんご」などのワードで検索できるものが少ないのは、笹団子のように他の名前になっている場合が多いためと考えられる。

4. オヤマボクチ

オヤマボクチは山野に広く自生するアザミ類似の植物であり、葉の裏側が白い毛が密生するので白く見えることから、シダ植物のウラボシと同じ「うらじろ」の別名を有する。利用の仕方は多彩であって、春の若葉やごぼう根を野菜風に食べ、葉を餅や団子に混ぜ込み、葉の繊維を蕎麦のつなぎにする。オヤマボクチは全国的に自生

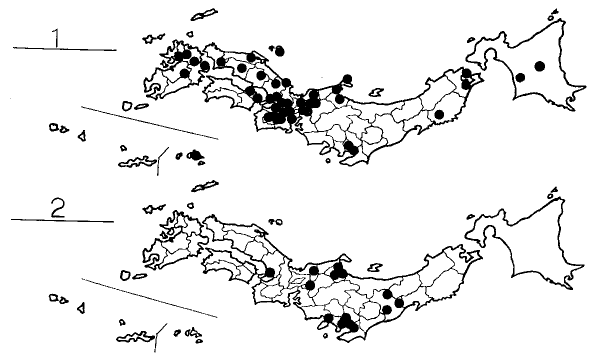


図4：ヨモギを用いて草団子を作る地域
 1. よもぎ、よごみ団子 2. 草団子

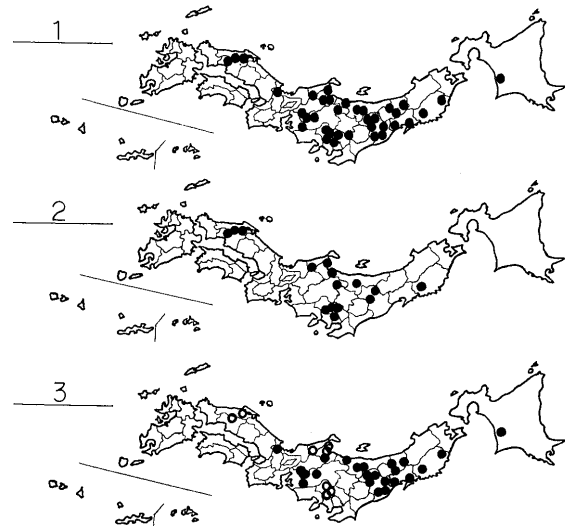


図5：オヤマボクチを食用とする地域およびその呼称
 1. オヤマボクチを食用とする全地域
 2. おやまぼくち
 3. やまごぼう類 (●)、うらじろ (○)

しているにかかわらず、図5-1に示すように、その利用は東日本に偏り、特に、西南方面で少ないことが認められる。その名前は、東日本では「やまごんぼう」や「ごんぼっぱ」など「やまごぼう」とその類似の別名が有力である。

5. ハハコグサ

ハハコグサは、全国的に山里に自生し、全草が白い綿毛で覆われている。岩手県で「ほこ」、中国地方や近畿地方では「ほうこ」、「ほうこり」などの別名を有しているが、この別名を有する総ての地域で餅や団子に混ぜ込んでいる。しかし、ヨモギやオヤマボクチに較べるとその数は少ない。その他の地域では、春の新芽をハハコグサまたは「ごぎょう」の名前でもって七草粥に入れている。

なお、餅や団子に混ぜ込む上記のヨモギ、オヤマボクチ、ハハコグサ以外のものとしては、コゴミ (秋田)、ヤマブドウ (山形)、栽培ゴボウ (岩手、福島、京都)

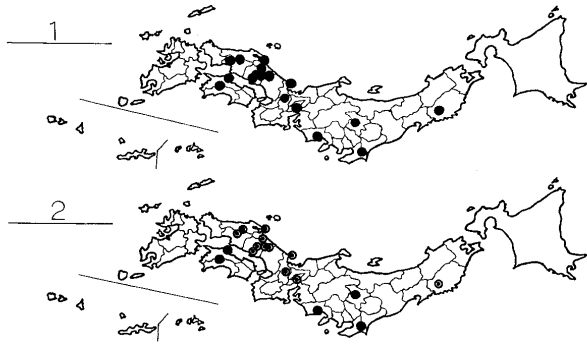


図6：ハハコグサを食用とする地域と食べ方
 1. ハハコグサを食用とする全地域
 2. ハハコグサの主な食べ方 七草粥(●)、草餅・団子(○)

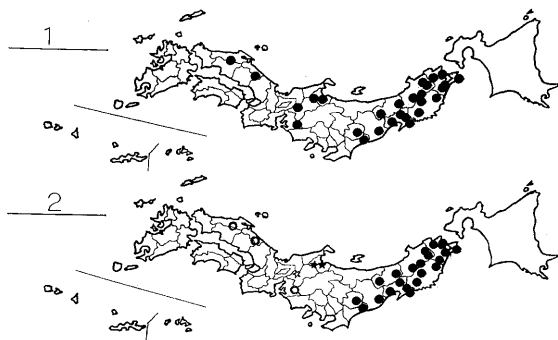


図7：モミジガサを食用とする地域およびその別名
 1. モミジガサを食用とする全地域
 2. モミジガサの別名 しどけ類(●)、きのした(★)、とうきちろう(☆)、その他の別名(○)

などの葉が聞き書に記載されている⁽³⁾。

6. モミジガサ

この山菜は、全国の丘陵から山地の湿り気の多い場所に広く自生している。春から初夏にかけて、若い葉を葉柄を食用とする。モミジガサ自身は全国的に自生しているにもかかわらず、実際に食用にされているのは、図7-1に示すように東北地方に偏っている。クサソテツ⁽¹⁾の場合と同様、理由の説明は難しい。

別名が多いが、中でも「しどけ」類が最も多く、主に東北地方に分布しており、「しどげ」、「しどき」、「しどげ」、「すどけ」などのバリエーションがある。その他の中で、愛知県・奥三河地方のものは「しんずき」であって、東北地方に多いしどけの仲間かもしれない。鳥取・伯耆山間では「そぐな」、島根・奥出雲では「しょばな」である。

7. ヨブスマソウ、イヌドウナ

ヨブスマソウは関東以北の山地や野原などのやや湿った土地に自生する山菜であって、春に若い葉茎を食用とする。



図8：ヨブスマソウとイヌドウナを食用とする地域
 ヨブスマソウ(●)、イヌドウナ(○)

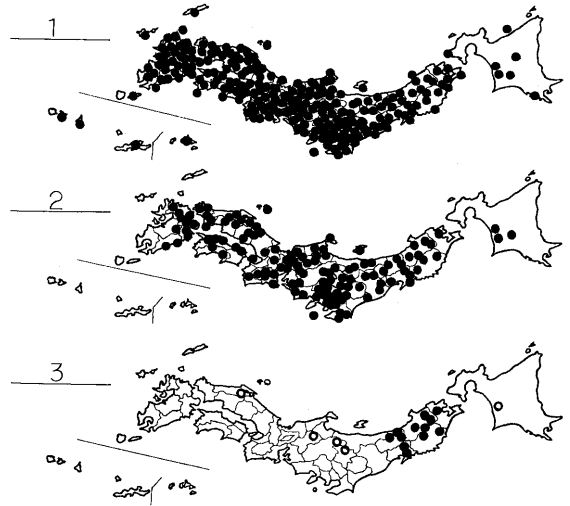


図9：フキおよびフキノトウを食用とする地域
 1. フキを食用とする全地域
 2. フキノトウを食用とする全地域
 3. ふきのとうの別名 ばっきゃ類(●)、その他(○)

イヌドウナはヨブスマソウに近い山菜であって、自生地も形態もよく似ている。時には混同されるくらいであって、イヌドウナの別名の一つ「ほんな」⁽³⁾は、ヨブスマソウの主要な別名でもある。

8. フキ

フキはヨモギ同様に全国的に利用されているキク科山菜であるが、主に葉柄を野菜的に食用にするもので、餅、団子に混ぜ込むヨモギとは対照的である。フキノトウフキはフキの若い莖であって、早春に採取されて独特の風味を全国的に嗜好されている。

ヤマブキ、ミズブキ、ノブキなど形容されたフキの名は認められるが、フキそのものに対する別名は聞き書からは検出されなかった。フキノトウについても別名は少なかったが、図9-3に示すように、東北地方北部には「ばっきゃ」、「ばっけ」、「ばんげ」類がまとまって分布しており、その他としては、群馬・吾妻の「じゃおうじ」、岐阜・古川の「ふくだつ」、奥信濃と奥出雲の「ふきんと」、アイヌの「マカヨ」が認められた。

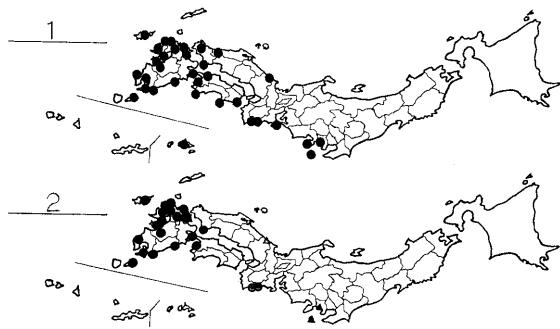


図 10：ツワブキを食用とする地域とその別名
 1. ツワブキを食用とする全地域
 2. ツワブキの別名
 つわ(●)、つや(○)、いそぶき(▲)、しまぶき(△)

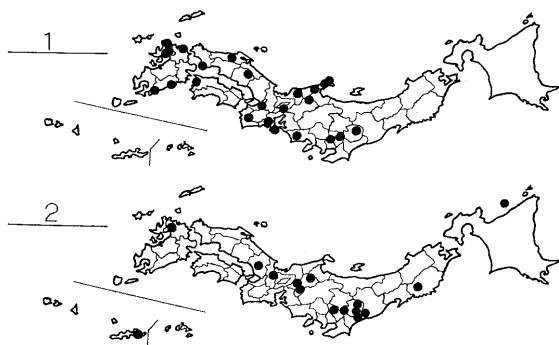


図 11：ヨメナ、タンポポを食用とする地域
 1. ヨメナを食用とする全地域
 2. タンポポの別名

9. ツワブキ

主に、本州中央部以南の海岸近くの丘陵地に自生する常緑多年草であって、春の若い葉柄が食される。別名「つわ」は主に九州などの西日本に、「つや」は和歌山県に、「いそぶき」が関東地方に認められる。

10. ヨメナとタンポポ

ヨメナは、北海道を除く全国の市街地から山野まで広く自生している。ごく身近な山菜であるが、図 11-1 に示すように、関東、北陸以南で利用されているものの、例数は少ない。佐賀で認められ別名「はぎな」は万葉集にも登場する古名「うはぎ」に由来するものであろう。

日本では各種のタンポポが自生しており、種類によって生育場所を異にしながら、全体としては、市街地から山地まで日本全国あまねく分布しているが、利用は多くない。比較的肥大しているにもかかわらず根は利用されていない。聞き書では、名前は一括してタンポポでくられており、有力な別名は認められない。

両者ともに身近にあって容易に得られるにもかかわらず利用が少ないのは、ありふれすぎる上、さほど美味でないためと考えられる。

11. その他のキク科植物

山菜全科⁽⁴⁾に記載されているもののなかで、聞き書で検出できたものは、上記以外ではハンゴンソウ（北海道・静内）とオケラ（岩手・県南、埼玉・秩父）のみであった。いずれも春の新芽を食用にしている。

まとめ

聞き書・日本の食生活全集の内容をデータとして、キク科山菜について、その地域性について検討した。

- 1) ヨモギは全国的に万遍なく利用されており、沖縄での葉茎野菜としての利用を例外として、草餅や草団子へ利用が総てであって地域性は認められない。ただし、呼称については、植物、餅・団子ともに顕著な地域性が認められた。
- 2) オヤマボクチは主に東日本で、ハハコグサは主に西日本でもって草餅や草団子作りに用いられているが、ヨモギよりも遙かに少ない。
- 3) フキとフキノトウは全国的に万遍なく野菜的に利用されていて地域性は認められなく、名前も全国的に使われている。
- 4) ツワブキとヨブスマソウは対照的である。前者は主に南西日本の沿岸地域で利用されているのは、この植物が温暖な海岸に自生しているためであり、反対に、後者が東北地方以北で利用されているのは、この植物が比較的冷涼な山地を好んで自生しているためである。ともに産地消費では共通している。
- 5) モミジガサ自身は全国的に自生しているにもかかわらず、実際に食用にされているのは、東北地方に偏っている。クサソテツと同様⁽¹⁾、生産と消費が乖離している理由の説明は難しい。

文 献

- (1)本間伸夫：シダ植物、ユリ科とイネ科植物の食用、新潟の生活文化、No.16, p5 (2010)
- (2)本間伸夫：団子類を包むサルトリイバラの葉－全国的な分布と方言－、新潟の生活文化、No.11, p10 (2005)
- (3)編集委員会：聞き書・日本の食生活全集、全 50 巻、農文協 (1984 - 1993)
- (4)清水大典：山菜全科、家の光協会 (1967)
 石黒ゆり子ほか：食べられる山野草 12 か月、主婦と生活社 (1987)