

# はじめに

私が京都の食文化を研究しようと思ったきっかけは、姉が京都に住んでおり、普段から京都に行くことが多く、その時に関東との食生活の違いを感じ、興味を持ったことが始まりである。

例えば食物の呼び方において、サツマイモのことは「おいもさん」、油揚げのことは「おあげさん」、調理法においては、「煮る」ということを「炊く」と言っていた。

また節分の時には、京都では「太巻き寿司」を食べており、その太巻き寿司を切らずに、一定の方角に向かって一気に食べるという習慣があるようであった。

(東京ではちらし寿司を食べる)

そのような関東との違いを見ているうちに、もっと京都の食文化について知りたいと思うようになり、その中でも特徴的な京野菜と京漬物について調べることにした。

# 調査方法

平成 12 年 10 月頃から、文献やインターネットで京野菜と京漬物について調べる。

平成 13 年 9 月 京都に行き、錦市場やその周辺における漬物屋を周り、どのような漬物が主流なのか調べるとともに、お話を伺った。

府立図書館へ行き、京野菜の生産状況などのデータや、京都に住んでいる主婦の錦市場利用状況などのデータを集めた。

京都生まれの 30 代の専業主婦 3 人と、50 代の専業主婦 2 人に、漬物についてのお話を伺った。

調査したことを基に、京野菜の分類などを行った。

# 本文

漬け物は人類が海水から食塩を摂取することを発明し、その食塩で野菜を調味塩蔵して保存性を持たせたのが始まりといわれている。塩、ぬか、酒粕、しょうゆ、酢、味噌などの副材料を用いて野菜、果物、魚介、肉、卵などを発酵させたり、味をなじませたものが漬け物と称される。漬け物の多くには塩が用いられており、もともと塩漬にしたものが漬け物と考えられている。

漬け物の種類としては塩漬けが最も多く、その他にぬか漬け、ぬかみそ漬け、味噌漬け、酢漬け、コウジ漬け、しょうゆ漬けなどがある。日本では漬け物は300種類以上あり、非常に多く、歴史的にも古いものである。漬け物が文献にはじめて登場したのは大和時代に属する景行天皇の時代で、塩漬けによる食品の保存が行われていたことが記されている。しかし、それ以前の原始時代から野菜などを塩漬けにして食べていたようである。

奈良時代には、なす、うり、ももなどの野菜や果物を塩で漬けて寺院の僧侶の食物としていた。平安時代になると、重要な副食として扱われるようになり、春にはワラビ、なす、フキ、ニラ、瓜などを塩漬けにし、秋には、なす、しょうが、大豆、もも、柿、梨などを、塩・酒粕・もろみ・酒・味噌などに漬けていたことが記されている。

今日漬け物と言えば野菜が主であるが、これは仏教伝来以降、仏教のしきたりを重んじて、肉や魚などを敬遠する傾向が強くなってきたからのことである。それよりずっと以前は、海や山から取れる肉・魚・野菜など何でも漬け物にして貯蔵していた。現在の「すし」は魚の漬け物で、魚を米コウジに漬け込み発酵させたものを「酢」と呼んでいたのに由来すると言われている。

これに伴い、漬け物にまつわることわざもたくさんうまれた。「ぬかにくぎ」や「一夜漬け」などはその例の一つである。

全国の漬け物で代表的なものに、塩で下漬  
けした大根を、コウジと砂糖で漬け込んだ東  
京の「べったら漬」や「福神漬」、大根、な  
す、きゅうり、らっきょうを味付けしてたま  
り醤油でつけた栃木県の「たまり漬」、野沢菜  
を塩で漬けた長野県の「野沢菜漬」、カブの一  
種である日野菜を塩とぬかで漬けた滋賀県の  
日野菜漬、身欠きにしんをつけた北海道の「ニ  
シン漬」、1メートルもある守口大根を酒粕や  
みりん粕に漬けた愛知県の「守口漬」など  
がある。このように日本の漬け物は多種多様  
であり、その種類もそれぞれの地方の習慣、  
産物、気候などによって漬け方が異なる。

全国各地の漬け物の一覧にして次のページ  
に示してみた。

# 各地漬け物一覧

## [ 北海道 ]

- ・ 赤カブの千枚漬け （昆布とカブを塩・酢・砂糖で漬けたもの）
- ・ アスパラガスの粕漬け
- ・ イカの酒粕漬け
- ・ ニシン漬け
- ・ ニシンのぬか漬け
- ・ 松前漬け （スルメ・昆布を少し甘めの醤油に漬けたもの）

## [ 青森県 ]

- ・ 菊花漬け （寒菊を塩で下漬けした後、砂糖・白梅・酢・酒で漬けたもの）

## [ 秋田県 ]

- ・ いぶりガッコ （大根をいろいろの天井につるし、いぶして乾燥せ塩とぬかで漬けたもの）
- ・ くるみのみそ漬け
- ・ なた漬け （大根をなたで粗く切り、コウジと塩で漬けたもの）
- ・ フキの粕漬け
- ・ ランの花漬け （シュンランの花を白梅酢で漬けたもの）

## [ 山形県 ]

- ・ おみ漬け （山形特産の青菜と大根葉を日光に干し、人参とあわせ下漬けしてから、しょうゆ、みりん、酒をふりかけべっこう色につけたもの）
- ・ 小茄子のからし漬け
- ・ 青菜漬け （青菜を塩漬けにした後、調味料で漬けたもの）
- ・ 晩菊 （一口ナスや山菜を菊の花とともに塩漬けしたもの）
- ・ やたら漬け （野菜を塩漬けにしておいたものを各種取り混ぜてみそ漬けにしたもの）

## [ 岩手県 ]

- ・ 金婚漬け （若い瓜の種の部分をくりぬき、各種の野菜を詰めみそ漬けにしたもの）
- ・ ナスと菊花のはさみ漬け
- ・ ナスの三升漬け

[ 宮城県 ]

- ・ 仙台長茄子漬 （長ナスを塩漬けにしたもの）
- ・ ワラビの粕漬

[ 福島県 ]

- ・ あっぱれ漬 （タクアンと茄子・きゅうりの塩漬けを薄切りにし、赤ザラメとしょうゆに昆布の千切りを加えて煮立てた液に漬けたもの）
- ・ 三五八漬 （塩・コウジ・もち米を 三・五・八の割合で合わせた漬け床に四季の野菜を漬け込んだもの）
- ・ スルメ・人参・昆布のしょうゆ漬
- ・ ニシン漬
- ・ 柚子巻きのコウジ漬 （大根を薄切りにし柚子の皮を巻いてコウジで漬けたもの）

[ 群馬県 ]

- ・ 雷漬 （小茄子をもろみで漬けたもの）
- ・ 三色からし漬 （茄子・白瓜・胡瓜を塩漬けした後からし漬けにしたもの）
- ・ 緑漬 （緑色の野菜を塩漬けしたもの）
- ・ 鉄砲漬 （白瓜の中に、しその葉で包んだ唐辛子を詰め、もろみ漬けにしたもの）

[ 栃木県 ]

- ・ たまり漬

[ 東京都 ]

- ・ べったら漬

[ 神奈川県 ]

- ・ 梅干し
- ・ ごぼうの塩辛漬
- ・ 桜の花漬 （八重桜のつぼみを塩と白梅酢に漬けたもの）

[ 静岡県 ]

- ・ タクアンのわさび漬
- ・ 七尾タクアン （大根を20～30日くらい天日で干し、米ぬかと塩で二夏漬け込んだもの）
- ・ 三島タクアン 三島地方の大根を使って作るタクアン
- ・ ワサビ漬
- ・ ほととぎす漬 （みそにからしやワサビを混ぜ、塩漬けのしその葉で巻い

たもの)

- ・ メロン漬け (マスクメロンの粕漬け)

[ 愛知県 ]

- ・ 守口漬け
- ・ 山ゴボウのみそ漬け

[ 岐阜県 ]

- ・ 赤カブ漬け (赤カブを塩漬けにしたもの)
- ・ カブの長漬け (カブを古漬けにしたもの)
- ・ キクゴボウ漬け (塩辛い赤みそに漬けた後甘いみそに漬けたもの)
- ・ 山菜漬け (山菜のみそ漬け)
- ・ 品漬け (夏から秋にかけての野菜を塩漬けしたもの)

[ 長野県 ]

- ・ 杏仁子の塩漬け (木のつぼみを塩漬けにしたもの)
- ・ セロリの粕漬け
- ・ ニジマスのみそ漬け
- ・ 野沢菜漬け
- ・ ヤマゴボウのみそ漬け

[ 山梨県 ]

- ・ ワラビのもろみ漬け

[ 新潟県 ]

- ・ アワビの粕漬け
- ・ 越後のみそ漬け (なす・きゅうり・みょうが・大根・しょうがなどを漬けたもの)
- ・ ゼンマイのみそ漬け
- ・ マタタビ漬け (マタタビの実を塩漬けにしたもの)

[ 富山県 ]

- ・ タイのべっこう漬け
- ・ 山菜漬け (山菜をしょうゆ漬け・粕漬けなどにしたもの)

[ 石川県 ]

- ・ カブラ漬け (カブに塩漬けのブリ・しょうがを挟んだ漬け物)
- ・ カブラずし (カブラにブリの塩漬けを挟みコウジで漬けたもの)
- ・ ぬか漬けイワシ

[ 福井県 ]

- ・ 小鯛笹漬け （小鯛を開いて塩漬けにし、酢に漬けたもの）
- ・ まんじゅう漬け （小さい瓜の中にしそを詰めてみそ漬けにしたもの）
- ・ 三国ラッキョウ

[ 滋賀県 ]

- ・ 日の菜漬け （日の菜を塩とぬかで漬けたもの）
- ・ さくら漬け （日の菜を調味液に漬けたもの）
- ・ マツタケのからし漬け

[ 京都府 ]

- ・ 桜の花漬け
- ・ サンショウのみそ漬け
- ・ しば漬け
- ・ すぐき漬け
- ・ 千枚漬け
- ・ 菜の花漬け
- ・ 壬生菜漬け

[ 兵庫県 ]

- ・ 甲南漬け （酒粕を使ってなす・白瓜・きゅうりなどを漬けたもの）

[ 奈良県 ]

- ・ 月ヶ瀬漬け （梅肉をしその葉に包み甘く漬けたもの）
- ・ 奈良漬け

[ 和歌山県 ]

- ・ 梅干し

[ 三重県 ]

- ・ アワビの粕漬け
- ・ 真珠漬け （アコヤガイの貝柱を酒粕に漬けたもの）
- ・ 養肝漬け （白瓜の中に野菜を詰め込み、味噌で漬けたもの）
- ・ 日の菜の酢漬け

[ 岡山県 ]

- ・ エビ・イカのコウジ漬け

- ・ クラゲ漬け （クラゲを土佐酢に漬けたもの）
- ・ 鉄砲漬け （下漬けした白瓜に下漬けした野菜を刻んで詰めみそ漬けにしたもの）

[ 広島県 ]

- ・ 広島菜漬け

[ 山口県 ]

- ・ 小鯛の酢漬け
- ・ 山口タクアンの寒漬け

[ 鳥取県 ]

- ・ 砂丘ラッキョウ

[ 島根県 ]

- ・ 津田のカブ漬け （赤カブのぬか漬け）
- ・ 葉ワサビ漬け

[ 高知県 ]

- ・ ピーマン漬け （ピーマンを醤油で漬けたもの）
- ・ マナガツオのみそ漬け
- ・ よさこい漬け （鯨の軟骨を削って酒粕と蜂蜜と砂糖を混ぜた中に漬けたもの）

[ 愛媛県 ]

- ・ かつおの甘酢漬け
- ・ 緋のかぶら漬け （赤カブを塩漬け後、ダイダイ酢と砂糖でつけたもの）

[ 福岡県 ]

- ・ エビの長寿漬け （生エビを酒粕に漬け発酵させたもの）
- ・ 四つ山漬け （タイラギという大きな貝の貝柱を塩漬けした後酒粕で漬けたもの）
- ・ 高菜漬け

[ 佐賀県 ]

- ・ 松浦漬け （鯨の軟骨を酒粕に漬けたもの）

[ 熊本県 ]

- ・ 五色唐辛子漬け （しいたけ・なす・大根をからしで漬けたもの）
- ・ 豆腐のみそ漬け

[ 宮崎県 ]

- ・ サボテンピクルス
- ・ しいたけのからし漬け
- ・ しその千枚漬け

[ 鹿児島県 ]

- ・ 鹿児島漬け （桜島大根を粕漬けにしたもの）
- ・ 薩摩漬け （桜島大根を輪切りにして酒粕に漬けたもの）
- ・ 山川漬け （細長い大根を寒風にさらし塩漬けしたもの）

[ 沖縄県 ]

- ・ パパイア漬け （パパイアのみそ漬け）
  - ・ ジージキ （大根・にがうり・きゅうり・パパイアなどを黒砂糖で漬けたもの）
- ゴーヤーの梅酢漬け

漬け物を大別すると、一般的な分類法として、漬け物を作る際に利用する副材料による分類方があげられる。漬け物に使う副材料には、塩、ぬか、酒粕、みりん粕、酢、みりん、味噌、コウジ、しょうゆ、さとう、香辛料などがあり、これらの副材料を使った漬物の種類とその代表的なものに

「塩漬け」...白菜漬け、梅干し、すぐき漬け

「ぬか漬け」...たくあん

「酢漬け」...らっきょう、ピクルス

「粕漬け」...奈良漬、わさび漬け

などがある。

## 漬け物の分類法

### 「塩漬」

塩だけで漬ける漬物の基本。野菜を塩で漬けると野菜から水分が出て、野菜の細胞内の醗酵が進む。野菜から水分が出て、野菜は青臭

みが無くなり、風味が出て食べやすくなる。

白菜漬、梅干し、しば漬、すぐき漬

### 「糠漬」

米糠と塩、水で糠床を作り、唐辛子や昆布などを入れて材料をつけこむ漬物。乳酸醗酵と酵母によってほどよい酸味と芳香が生まれる。

たくあん

### 「醤油漬」

まず塩漬した野菜を砂糖や酢等を加えた醤油に漬けるもの。福神漬け、松前漬

### 「酢漬」

砂糖や香辛料などを入れて味付けした酢に漬けるもの。らっきょう、ピクルス

### 「味噌漬」

味噌特有の風味と旨みを材料に移した漬物。半年から1年つける保存漬と、一週間程度で食べられる即席漬がある。昆布・ごぼうの味噌漬など

### 「粕漬」

塩漬した材料を酒粕に漬け込んだもの。奈良

漬、わさび漬

### 「 麹 漬 」

米麹に砂糖、塩などを混ぜて麹床を作り、材料を漬けこむ。麹は醗酵を促進させると共に、麹のでんぷんが分解して甘味が出る。べつたら漬

### 「 からし 漬 」

からしに醤油やみりん、砂糖、酢、酒粕等を調合して材料を漬けこむ。

なすのからし漬、きゅうりのからし漬など

第二の分類法として科学的な分野からみた分類で、発酵によるものと、発酵させないものに分ける事が出来る。発酵させる漬け物は「たくあん漬け」「ぬかみそ漬け」「塩漬け」などで乳酸菌などの微生物の繁殖により発酵がおこる。発酵しないものには一夜漬けなどの塩漬けなどがある。

## 漬け物の分類法

**発酵による漬け物 ...**    **たくあん漬、ぬかみそ漬、塩漬など**

これらの漬け物は、材料をぬか床や塩水に漬けているうちに、乳酸菌などの微生物の増殖により発酵がおこり、それに伴って複雑な化学変化を起こし風味が出来る。

**発酵しないもの ...**    **一夜漬などの塩漬、酢漬、醤油漬、粕漬、みりん漬味噌漬など**

これらは副材料の成分や風味が材料に浸透するのみで、発酵作用はしない。また風味を長く保つことは出来ない。

漬け物には温度が大きく影響する。つまり、漬け物は醗酵する事により味が出るので、気温の高い所では気温の低い所と同じようにはうまく出来ない。九州や四国といった温暖な地域では、塩漬けで発酵させた漬け物は、非常に少ない。とくに南の方に行くにしたがい、塩漬け発酵の漬け物は少なくなる。たとえば、大根の漬け物は日本中に存在し、九州の南部、宮崎県や鹿児島県にもある。しかし、塩漬け発酵させず、十分に乾燥または塩漬けにしてよく水分を取った後調味料漬けにすることが多い。気温が高いと発酵が進みすぎるか、腐敗を進行させるような菌も発酵しやすいからである。特に塩漬は低温でじっくり発酵を進めた方がよいので、塩漬け発酵させた漬物は、寒い所の地方が多い。

古くから伝わる漬け物の多くには、べっこう色に漬かった物がよいといわれているものが多い。べっこう色に漬かるためにはずいぶん時間がかかる。この間に漬け物が腐ってし

まったく困るが、低温の地域では、温度が低いから漬け物が腐るということは起こりにくい。

もともと漬け物は、こういった寒い地方では、冬の間野菜を貯蔵するために生まれた。もっとも原始的な方法では、大きな樽に水を張り、これに大根菜のような物を漬けて、冬の間蓄えた。塩漬けにすれば、少々温度の高いときがあっても、塩を充分にしておけば腐敗することはないので、こうした形で自然発生的に、塩漬け発酵の漬け物は完成していった。

こうした条件のところは、日本海沿岸だけではない。東北地方は全体として冬は低温である。また、長野県のように、周りに海がないだけでなく、標高の高いところが多い地方も同様である。

しかし、寒さがひどく厳しいところでは、微生物が繁殖できなくなるし、また野菜の中の酵素もほとんど働かなくなってしまうので

漬け物の種類や範囲も少なくなってきた。このようなことから、日本の本州は、塩漬発酵に適した気候条件を持つ地域であると言える。

以上のようなことは、小さい地域の中でも当てはまる場合がある。

大阪と京都は地理的にも非常に近く、両方とも古くから町が作られ多くの人々が住んでいた。この二つの町を比較するには好都合の場所である。この二つの町を比較してみると、京都には非常に多くの漬物があるが、大阪にはこれと違って特徴のある漬物は見られない。こんなに近い町でどうしてこのような違いが見られるのかと言うと、それは気温の違いと言うことが理由にあげられる。

大阪は瀬戸内海に面しているため、海からの影響を受けやすい。広い海があり、その海から吹く西風が海の熱を運んでくる大阪では、冬も比較的暖かい。氷が張るということは、一冬でそれほど多くはないし、雪もめったに

降らない。

ところが京都となるとずいぶん違う。冬の寒さは有名であり、同じ京都の中でも地域によって気温に違いがある。京都の北のほう、上賀茂という地域では、冬などはかなり雪がふぶいているといった感じである。また上賀茂よりさらに北になると、冬の間は雪が積もっていることが多くなる。しかし京都駅のあたる中央部のほうまで来ると雪が降るといふことはあまりない。

そして京漬け物の中でおいしいといわれる「すぐき」や「しば漬け」は京都の北の方で作られていることが分かる。すぐきは上賀茂のあたりであるし、しば漬けはもっと北の大原という里で多く漬けられている。こういった塩漬け発酵させるものは北にあるのに対して、「千枚漬け」などの発酵というよりむしろ味付けに近い漬け方をするものは、京都でも中心部や南の方で作られている。

このように、塩漬け発酵させるものは温度

条件に密接に関わっていて、寒いということが条件であるといえる。

これに対し調味料漬けはかなり広い範囲で味わえることの出来る漬け物いうことができる。

漬け物がどのように発展していったかを見ると、3つに大別することが出来る。

第一は、海から遠く、その上平地に乏しいため、畑にも恵まれない山間地があげられる。こういった地方では、収穫した各種の農産物や山菜類を、冬に備えて各種の方法で保存しなければならなかった。その一つに漬け物がある。

保存するために、まず塩漬けにし、塩漬けにされた野菜類は、保存する間に乳酸菌が繁殖して乳酸を生じ、これが塩味をまるくするとともに、独特の香りを出して、味のよい漬け物が出来たと考えられる。したがって山間部の漬け物は保存食品の一つとして考えられる。

第二は、冬の期間の長い、寒い地方が考えられる。東北・北陸・山陰などがその代表的な地域である。夏季に収穫された野菜類は、塩漬け、あるいは水に漬けられて、春までの間の重要な野菜類として保存された。この寒い地方における漬け物も、やはり保存食として発達した。

第三は、海に近く平野に恵まれ、しかも暖かい地方の漬け物である。これらの地方の漬け物は、山間とか寒い地方とは趣を異にしている。すなわち、保存用として各種のものを保存する必要は余り大きくない。このようなところで保存性のある漬け物が生まれる理由は少ない。そこで、漬け物の技術を使うことで、食品材料に変化を与える方向にも発展していった。味噌、もろみ、酒粕、といった副材料を用いて材料を漬け、それらの味をしみ込ませるといった方法である。

このように、漬け物の分類を行ってみると、東北・北陸・北海道・長野・京都などでは、

冬の長い間、野菜を保存するための野菜漬けが非常に多い。また、魚をご飯、コウジとともに漬け込み、自然に乳酸発酵させた「いずし」も発展していった。一方、東海地方・瀬戸内地方・近畿地方南部から四国・九州にかけての温暖な地域に発展した漬け物は、いずれも粕漬けなどのように、味を外から材料にしみ込ませ、保存をよくするよりはおいしくするといった考え方の方が強い。代表的なものとしては「奈良漬」や、南九州の「つぼ漬け」などがある。

地域ごとに漬け物について比較してみることにする。

#### [ 東北地方の漬け物 ]

東北地方の冬は長い。とくに雪の多い山間部では、長い間雪に埋もれて、家に閉じ込められた生活を送らねばならない。この厳しい冬の間の楽しみとして、昔の人は冬に備えた各種の食べ物を工夫した。漬け物もその一つ

で、種類が非常に豊富である。

また、東北地方では、冬の間、隣近所の人が集まってお茶を飲み、その時のお茶受けに漬け物が出された。もう一つ、冬の間は新鮮な野菜が思うように手に入らないため、秋に多く取れる野菜を保存して、冬場の野菜不足を補うように工夫した。大根はその代表的な野菜である。

東北地方の名物の漬け物として、「いぶりたくあん」、「フキ漬け」、「やたら漬け」、「高菜のおみ漬け」、「大根のなた漬け」などがある。

また、秋田地方では漬け物のことを“ガッコ”と呼んでいる。

#### [ 東京地方の漬け物 ]

東京の漬け物に独特なものは少ないが、代表的な漬け物としては「べったら漬け」、「福神漬け」がある。このようなものは、塩漬け発酵などをさせるような形ではなく、短期間に外から味をつける形の漬け物が多く作られ

ている。人口が多いため、各地の産物が容易に手に入ることもあり、こういった形式の漬け物が発展した。

#### [ 関東地方の漬け物 ]

関東地方では、東京でこそ漬け物の種類が少ないが、東京以外の各地では各種の漬け物を作られている。とくに野菜類が豊富である千葉県は、暖かいため、酢漬け、みそ漬けといった調味料漬けが多い。一方、関東も北の方へ行くと、各種の塩漬けの漬け物を作られている。しかし、関東平野は、野菜の豊富な地域である。また、関東北部ではからっ風などといわれるように、強い寒風が吹き、乾燥した地域が広がっている。こういったところでは、漬け物の中でも塩漬け発酵のものが相当有利であり、多く漬けられている。

#### [ 北陸地方の漬け物 ]

北陸は、漬け物にとっての条件が非常によ

い場所である。野菜類も豊富である。さらに、石川県や福井県では、魚類を混合した野菜の漬け物が存在する。石川県では「かぶら寿司」であり、福井県では「ニシン漬け」である。また、日本海に面し、雪の多い地域であるので冬の保存食品として塩漬け発酵を主体とする漬け物が幅広く作られている。

#### [ 東海地方の漬け物 ]

東海地方は、たいへん野菜類に富んでいる。とくに名古屋近郊は根菜類がよく生育する。渥美半島でも大根は多く作られ、ここで寒風にさらされて干された大根は「渥美たくあん」として有名である。つまり、たくあんのような大根の漬け物は、東海地方では非常に多く存在する。

#### [ 関西地方の漬け物 ]

関西地方の漬け物は、主として京都の影響が大きい。多くの京漬け物が、京都における

行事が各地に広がっていくのと同時に伝わっていったようである。

また、兵庫県北部にはたくあんの発祥地があり、大根が多く作られていたことから、これらの大根を年中食べることが出来る長期保存のたくあん漬けが多く作られてきた。

#### [ 中国地方の漬け物 ]

中国地方では、瀬戸内側と日本海側とではかなり気候が異なる。瀬戸内側は温暖であるが、日本海側は冬、寒さが厳しい。それだけに、日本海側では主として塩漬け発酵で長期保存の漬け物が多く作られている。

瀬戸内側は温暖であるが、冬は中国山脈を越えて、寒気が入ってくる。したがって、瀬戸内側は日本海側の漬け物文化もかなり多く入っている。

このような点から、瀬戸内側でも「広島菜漬け」のように、塩漬け発酵させた漬け物が多く作られているし、大根を使った漬け物も

作られる。

#### [ 四国地方の漬け物 ]

四国地方には漬け物は非常に少ない。気候が年間を通して温暖で、農産物や水産物に富んでいるため、強いて食品を保存する必要がないからである。四国北部は魚の宝庫、瀬戸内海に面し、西は豊後水道、南は太平洋、そして東は紀伊水道に面しているため、海の幸に恵まれすぎるくらい恵まれている。地形も、山あり、平野あり、川あり、海ありで、自然の産物には事欠かない。いわゆるこの地方では、気候風土に申し分なく、産物が多い上、いつでもそのままの形で食べられる。わざわざ加工しないでも、自然のままの素朴な形で食べる方がおいしいので、このような条件下から、昔から保存食としての漬け物を考える必要はなかったのである。

## [ 九州地方の漬け物 ]

九州のように暖かい地方では、調味料漬けがよく漬けられる。例えばみそ漬け、しょうゆ漬け、粕漬け、酢漬けなどである。これは、塩漬けやぬかみそ漬け、それにコウジ漬けだと発酵が早く進みすぎるからである。九州では冬でも気候が温暖なので、漬け物の発酵が早く進む。そのため、おいしい期間は短く、すぐに酸っぱくなってしまふ。しかし、調味料漬けであった場合は、その心配はない。

調味料漬けには、どれも発酵が完成した調味料が使われている。味噌・しょうゆ・酢などである。これらは発酵によって作り出されたものが多い。酒粕も発酵後の材料を使用するが、さらにこの酒粕を熟成させて味を出して使う場合が多い。

これらの調味料は発酵が完成しているので、気温が高くても発酵が進みすぎる心配がない。

つまり、九州という暖かい地方に適した漬け物が調味料漬けなのである。これが、九州

で調味料漬けがよく漬けられている理由である。

漬け物は京都で古くから栄え発展して来た。今日でこそ漬け物は庶民のものとされているが、古い時代には上層階級のぜいたく品であった。これらの時代の集まりには、料理の膳や茶漬けに、漬け物は大切な料理の一つとして顔を出していた。

京都は古来寺院の都市である。ことに仏教の中でも禅宗などの影響もあり、なまぐさをすべて排除した精進料理が栄えてきた。禅宗は常に質素な生活をたてまえとし、わずかな残菜でも捨てず、それを利用することがすすめられた。その利用法の一つとして漬け物の加工があげられる。

反面、京都は長い歴史の中で、何回となく、政治的に虐げられて来たので、京都の人々の間には質素な生活が見に付いていて、苦しい生活の中で身を守る方法としても、安価であるが味のよい、保存のきく漬け物は貴重な存

在であったと考えられている。

また、冬が寒く、海から遠い京都では、新鮮な魚が手に入りにくく、漬け物は不作時に備えての保存食として、いつも用意されていた面も考えられる。「すぐき」のことを「貧乏菜」と呼んでいることもそれがよく表れている。

またその他にも京都は、気候状態が日本海側に近く、冬は寒いため、冬季の野菜は途絶えがちとなる事があり、その為にも保存用の野菜として漬け物が必要という事で、発展したともいえる。

江戸時代からは、京都では漬け物が市販されていた。当時の漬物屋は「くき屋」と呼ばれており、漢字では「莖屋」と書く。昔の漬物売りは、男性は桶をかつぎ、女性は頭に漬け物の箱をのせて売り歩いていた。今も京都の北の方大原の里では、大原娘がこのような姿を残している。

現在では、京都の漬け物は“料理の添え物”

というより、“おもてなし料理の一品”と考えられているようである。

特に京都の3大漬物と呼ばれているものは「スグキ漬」「千枚漬」「しば漬」で、京都独特の味と香りを持っている。これらは京都の気候風土にも大きく影響されており、とくにすぐき菜は寒い場所での栽培に適しているので、冬の寒さが厳しい京都での栽培は好都合である。

## 千枚漬け

原産地はトルコを中心とする地中海沿岸である。色白でキメ細やかな肌が特徴で、葉の部分まで入れると長さが1メートルほどもあり、持ち上げるとずっしり重い。このかぶらを薄く切って漬けたものが千枚漬けで、江戸時代の終わりに御所の料理人の手によって、薄く「千枚にも削った」今の形に作り上げられた。それまでは聖護院かぶらに縦の刻みを沢山入れて塩漬けにしたものでもっと質素な

ものであった。

漬け方は、薄く切った聖護院かぶらを薄塩で2日間ほど下漬けし、その後昆布と交互に重ねつつ本漬けにする。40～50kgのおもしで約5日間、昆布のぬめりが出た頃が食べごろである。

千枚漬けは、すぐきやたくあんと違って、葉の部分を漬けずに根の部分だけを使用する。食べ方は、千枚漬けを数枚重ねたまま十文字に四つに切る。また別に漬けた壬生菜を添えて食べるが、これはめでたさを表すものである。

現在京都ではひと冬に二万二千樽、約一千トンものの千枚漬が漬けられている。千枚漬は早く食べないとどんどん味が落ちてしまうので、多くの漬け物が年間を通して店頭に並びの中で、千枚漬はいまだ冬を旬とする漬け物である。

## すぐき漬け

「酸莖」と書いてすぐきと読む。すぐきは京都上賀茂に伝承する伝統野菜で、栽培の起源ははっきりしないが、上賀茂の社家から始まった説が有力である。もともとは上賀茂の邸内で作られ「屋敷菜」と呼ばれた野菜を漬けたものである。すぐき漬は乳酸発酵した独特の酸味が珍重されていて、古く鎌倉時代に始まるものである。すぐきは京都の漬け物の中でも一風変わった漬け物で、原料はスグキ菜と塩というシンプルなものであるが、天秤重石による漬けこみや、室による人口発酵など、世界的にも類をみないものと言われている。天秤重石とは、テコの原理を使ったもので、丸太棒の先に重石をぶら下げるため、実際よりも何倍もの強い力を加える事が出来るので、一日でカサを半分に減らす事が出来る。

人工加熱とは、火力を使ったもので、現在では電気で加熱されている。

すぐきは一見して小型の大根のようである

が、かぶらの一種である。12月に入り、霜にあたる頃からが旬である。

すぐきの食べ方は、葉ごと細かく刻んでお茶漬けにしたり、あめ色や桜色のかぶらの部分を大きく縦に切って、チーズのように酒のつまみとして食べる。すぐきはもともと贈答品として使われていたが、今でも京の暮れの挨拶に使われている。

## しば漬け

しば漬は大原の里に古くからある漬け物で、土地のなす、しそ、みょうが、きゅうり、青唐辛子などの夏野菜を塩漬けにしたもので、昔は農家の蓄えであった。しば漬けが全国各地に広まったのは昭和40年代以降である。

今では観光客で人気の大原であるが、山深い大原の地は、もともと京の都に見切りをつけた人々の隠れ里であった。平清盛の娘、建礼門院徳子もそんな一人であった。その徳子を慰めようと、しそで漬け込んだ夏野菜を差

し入れたのがしば漬けの始まりと言われている。

大原のしそは葉が縮れた「ちりめん赤しそ」という種類のもので、今から約1200年に渡来した原種に近いものだと言われている。

しば漬けはすぐきとともに代表的な発酵食品であるが、室に入れて発酵を促すすぐきと違って、夏場に漬けるしば漬けは、自然に発酵が進む。

しば漬は塩加減が難しく、塩が少ないと野菜が腐敗し、多くなるときちんと発酵してくれないという。大原では細かく刻んで醤油をつけて食べるのが、里に伝わる本来の食べ方であるそうである。最近では、きゅうりなどをしそで漬けた「しば漬け風味、浅漬け風」の歯ごたえのよいものに人気がある。しかし、本来のしば漬けは、なすとしそを塩で漬け、乳酸発酵させたものであり、一般的に「生しば」と呼ばれている。口当たりは柔らかな感触である。

京都にはこの3種類以外にも、たくさんの漬け物がある。

京都の伝統野菜を使ったものでも10種類以上ある。京都の伝統野菜とは、京都で昔から作られてきた野菜のことで、いまやひとつのブランドになりつつある。現在、約50種の固有品種が伝えられている。壬生菜、花菜、賀茂なす、すぐき、聖護院かぶら、桂瓜、菜種などが京都の伝統野菜を使った漬物になっている。その他、桃山大根や茎大根が、京都の家庭で漬ける漬け物に使われる。

この大根類はぬか漬けにされることが多い。むかし、商家が店で抱える大勢の使用人を養うために、安くて日持ちのする食品として用意したことから発達した。庶民のための漬け物で、千枚漬けなどとは別の意味で、京都らしい漬け物といえる。桃山大根も、茎大根も普通の大根に比べて小振りである。京野菜は、大根に限らず、「壬生菜」や「聖護院かぶら」などのように、地名が名前となったものが多

く、これらの大根も品種は同じ物でも作られる場所によって名前が変わる。「桃山大根」は「大亀谷大根」、また「茎大根」は「南禅寺大根」「中堂寺大根」などとも呼ばれる。

京漬け物の中でも特に種類が多く、バラエティーに富むのが浅漬けである。浅漬とは漬けこみ期間の短い漬け物の事で、最近では調味液に野菜をそのまま入れる「浮かし漬」が主流であるが、京都の浅漬は、千枚漬と同じように、まずしっかりと塩漬けし、それから昆布などの調味料と共に本漬にする。柚子、しそ、胡麻、かつおぶしなどのアレンジも可能なので、店では様々な浅漬を販売し売りに出している。そして近年では浅漬に人気が高まっていて、材料もなすやかぶらなど伝統野菜だけにこだわらず、グリーンボールやミニカブラなど様々である。セロリ、らっきょう、ながいも、はくさい、れんこんといった40種類もの野菜が、浅漬に利用されている。

その他、京都の代表的な漬け物として「菜

の花漬」がある。開花前の菜の花のつぼみを塩漬したもので、黄色いつぼみが美しく、見た目にも楽しめる漬物である。

漬け方は、まずきれいに洗い塩漬けにする。一両日で水分を出したものに、もう一度、塩をふり本漬けにする。その時、樽に入れた菜の花の上に、タカノツメを入れ、その上から、糠布団という糠の入った袋を置いて、重石をする、といった変わったものである。

また「壬生菜漬」も代表的な漬物である。水菜の一種である壬生菜の塩漬で、緑色が鮮やかで、千枚漬に添えられて食べられる。千枚漬を壬生菜に巻いて食べたりなど、セットにする事が多いので、千枚漬と一緒に、贈答品としても使われている。

京都の家庭でよく漬けられているものが夏の「どぼ漬」で、これは糠漬の事である。糠と塩に水を加え、糠床を作り、この中に虫除

けとしてタカノツメ、にんにく、しょうがなどを  
入れ風味をよくする。

糠漬に一番多く利用される野菜は、きゅうり  
となすで、これを漬けて毎日の食卓に載せる。  
他によく糠漬に利用される野菜はしろうり、  
新しょうが、すいかの皮、などがある。大抵は  
一日で食べきれ分をつけるそうだが、古漬けに  
なったものは刻んで薬味などと混ぜて食べる。  
糠床は夏が終わると水気を切り、新しい糠と塩を  
足して、冷暗所で大切に保存される。

お話を聞いた50代の主婦の方は、糠床に鮭の頭  
を入れるそうである。こうする事により、味がよ  
くなるそうで、糠床に入れる具は各家庭によつて  
違うようである。

しかし、最近では家庭で漬物を漬ける人は減  
少してきているようであった。30代主婦3人もど  
ぼ漬を家庭で漬けたりしないという話であった。

理由として、主婦の就労機会が増大すると

ともに、漬け物を漬ける時間的余裕がなくな  
って来た事、スーパーや店に漬け物が並び、  
簡単に手に入るようになった事、都市部では、  
狭い台所で漬け物がつけにくくなり、保存も  
しにくくなった事、塩分過剰を敬遠する風潮  
が強くなった事などがあげられる。特に若い  
世代では、漬け物がなくても平気になってい  
る事から、漬け物離れが進んでいる。漬け物  
は、高級商品化、少量多品目化している。

京都では、漬け物を使ったお茶漬け（これ  
を「ぶぶ漬」と呼ぶ）を観光客向けに食べさ  
せる店が町のあちこちにあったり、漬物を使  
った寿司を出す店や、漬け物にドレッシング  
をかけて、サラダ感覚で食べる事の出来る店  
などが多くある。

このように、漬け物は地元の人というより  
も、観光客向きに売られている事も多いよう  
である。またその数も多く、京都市内だけで  
も、約110件以上の漬け物屋がある。

漬け物を、浅漬け、ぬか漬け、に使われる野菜によって分類したところ、約60種類以上のものの野菜が使われていることが分かった。

特徴として、ぬか漬けに利用されている野菜は、きゅうりやなす、すいかの皮などといったように、夏が旬のものが多いことが分かる。

浅漬けに利用されている野菜は非常に多く、漬け物屋でも毎年新しい浅漬けを作り出し、売りに出しているということである。また浅漬けは野菜そのものの色が残るので、赤かぶらや菊の花といった色彩のきれいな野菜が多く使われていることが分かった。

次のページで今日漬け物を浅漬けに利用される野菜、ぬか漬けに利用される野菜、奈良漬けに利用される野菜、伝統野菜を使った漬け物に分類を表に表してみた。

# 京野菜を使った漬物

## 壬生菜

旬は冬。壬生菜には様々な種類があり、白と呼ばれるものは浅漬、黒と呼ばれるものは漬糠に利用される。また、これとは別にひねの壬生菜は糠漬に利用される。

京たけのこ 旬は3月下旬～5月下旬。

聖護院大根 10月～2月下旬。浅漬、糠漬共に利用される。

花菜 1月下旬～4月下旬。

水菜 冬が旬。浅漬に利用される。

## 京山科茄子

すぐき 塩漬の乳酸醗酵、浅漬のものもある

賀茂なす 主に奈良漬に利用される。

もぎなす 麹やからし、白味噌漬の他に、浅漬もある。

## 聖護院かぶら

# 浅漬に利用されている野菜

壬生菜

京たけのこ

聖護院かぶら

水菜

すぐき

白菜

ミニかぶら

白かぶら

赤かぶら

グリーンボール

セロリ

れんこん

みょうが

うり

桜の花

ふきのとう

聖護院大根

高菜

日野菜

きゅうり

ブロッコリー

えのき

長いも

ごぼう

しば漬

すいか

らっきょう

しょうが

キャベツ

桃山

ひょうたん

しそ

たらの芽

菊の花

ずいき(サトイモの茎)

菜の花

小茄子

注 傍線が引いてあるものは、京都の伝統野菜のものである

# 糠漬に利用される野菜

なす

きゅうり

日野菜...天日干にして糠で漬けこむ

壬生菜

聖護院大根

菜の花

うり

しょうが

みょうが

茎大根

すいかの皮

人参

# 奈良漬に利用される野菜

漬けてから仕上がりまで2～3年の月日を費やす贅沢な漬物である。まわりの粕を取り除いて、好みの大きさに切って食べる。浅漬などの漬物に比べて保存がきく。高級感があるので、贈答品としてもよく使われる。

## 越うり（しろうりと読む、桂瓜）

賀茂なす

大根

きゅうり

すいか

奈良漬は、それぞれの野菜は塩漬し、数回の下漬の後本漬にされる。以前は酒粕だけで漬けていたが、今ではみりん粕を利用したものも多い。

このように、京都には野菜を中心としたたくさんの漬け物があり、伝統の食文化をもっていることが分かる。

## 終わりに

この実習を通して、京都の食文化や京都の行事、気候風土、また、全国にはさまざまな種類の漬け物が存在していることを知ることが出来た。

同じ国内でも地域によって漬け物の漬け方や種類が違うのでたいへん面白いと思った。

京都の漬け物は毎年新しいものが出ているという話であったが、観光客向きにアレンジしたり、若者向けにアレンジするなど、漬け物でもサラダ風なものや懐石風のものがあつたりして、たいへん興味深かった。