

現代日本人の主食はなんと言ってもコメですが、それは早くても弥生時代以降です。

旧石器時代の遺跡から出土する道具の大半は狩猟に

関するもの。だから、この時代の主食は獣類だったと考えられています。今日の木と推察されています。

しかし、その量比についてはなかなか判断がしにく

く、またまた肉食偏重だったのか、魚類や植物質資源の割合が大きかったのか、研究上の課題になっていました。一番よいのは、植物性の食料残滓と獣骨や魚介類の食料残滓が同じ遺跡で出土することですが、そんな

ところがない遺跡はほとんどありません。というのも日本の土壌は酸性度が強いので、動物性

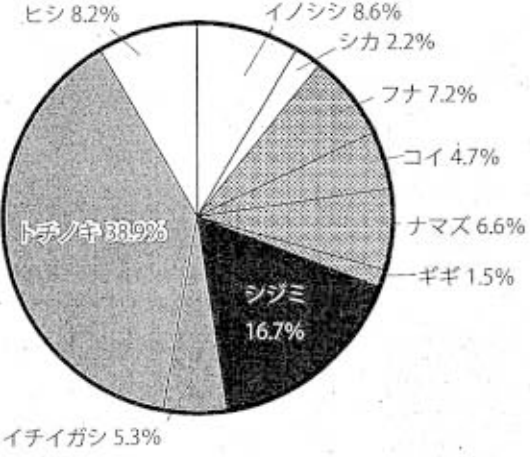
とところが1990年、琵琶湖の湖底に水没していた「うつつけの貝塚」の発掘調査が行われました。そこ

めました。また、獣骨や魚骨、植物質の食料残滓(食べかす)も縄文遺跡からしばしば発見されます。これらのことから縄文人は、獣以外のさまざまな食料——例えばクリやドングリなどの木の実や魚介類も食卓に

あること、残り4割が魚類(コイ・フナなど)と貝類(セタシジミ)であることも分かりました。つまり、彼らの主食は「木の実と魚介類」で、肉食偏重ではないことが明らかになったのです。

縄文人の主食

木の実と魚介類中心



貝塚堆積物から見た縄文人の食料の比率 大津市栗津湖底遺跡の資料を分析した結果、カロリー換算値でみると、①獣骨10・9%、②魚類20%、③貝類16・7%、④植物52・44%となりました。当初の想像より獣類の割合が少なく、植物や魚介類の割合が多いことがはっきりしました。

の食料残滓はまず残らないからです。ただ、貝塚があると貝からしみ出るカルシウムが、貝や獣骨を劣化から守ってくれます。

一方で、植物質の食料残滓も弱くても消滅しやす。しかし、豊富な水が真空パックのように酸素との接触を遮断してくれると良

な状況で守ってくれます。その食料の割合を調べると、約5割が木の実(ドングリやトチノキなど)で

の貝塚が大津市にある栗津湖底遺跡の第三貝塚です。詳細な調査の結果、この貝塚は縄文時代中期前葉(約4500年前)のものであること、さまざまな食料残滓が極めて良好な状態で残っていたことが判明しました。その食料の割合を調べると、約5割が木の実(ドングリやトチノキなど)で