びわこの考湖学

—第3部—

25

木の実

祖先は植物利用の達人

木の実や山菜は手に入れやすいため、古くから利用されてきました。いまから約1300年前、奈良時代貴族のグルメぶりを明らかにした、長屋王邸（奈良県）から見つかった木簡からは、いまとあまり変わらない食材の利用がわかっています。

さらにさかのぼること4500年前の大津市粟津湖底遺跡では、動物質食料を含めた全食料の約半分が木の実類で、なかでもトチノキが全食料の約4割を占めていました。

木の実や山菜というと副菜のイメージですが、このころはいまのパンや米のようなデンプン質で腹持ちする食料という存在だったようです。米が単独で普通に食べられるようになったのは、実はごく最近のことで、昭和初期までは、アワやヒエなどの雑穀、木の実が普通に食べられていました。

また、木の実は救荒食としても重要で、太平洋戦争中の食糧不足の際は、政府はドングリなどの木の実を食べるよう推奨しました。

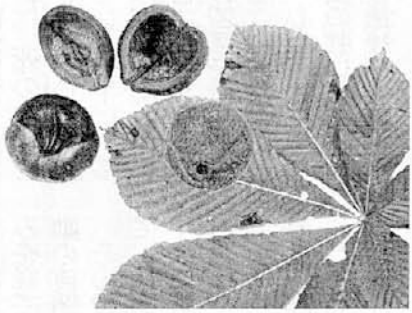
粟津湖底遺跡ではほかに、クルミ、ドングリ、カヤ、ヒシ、オニバスなどの木の実や水生植物の実、アワ・ヒエなどの雑穀類、ヤマモモ、キイチゴ、ブドウ、クワなどの果物類、エゴマ、サンショウ、サルナシ、マタタビなど調味料や酒原料と推定される小果実もみつかりました。また、さらに約9600年前（縄文時代前期）の土層から、クリ、クルミ、ドングリなどの木の実類や栽培植物とされるマメ類・ゴボウなどがみつかっています。

これら以外にも、桜町遺跡（富山県・約4000年前）では山菜のコゴミが、米原市入江内湖遺跡（約6300年前）ではユリ科の球根が見つかっており、ほかにイモ類の利用も推定されています。

ところで、腹持ちするデンプン質の多い種類の多くには強いアク成分があり、粉にして水にさらしたり、灰を加えて煮るなど、アク抜きをしないと食べられません。粟津湖底遺跡の9600年前のドングリにも当然アク成分を持つものがあり、このことは、すでに縄文時代の始まりからアク抜き技術を持っていたということで、この技術がその後の多種多様な木の実やユリ科の球根、イモ類の利用を可能にしたと考えられます。

また、前述の粟津湖底遺跡では時代によって利用した木の実類が異なり、気温によって変化した周辺環境に応じて、食生活が変化したことがわかりました。現代にあっても食べ物は地域ごとに個性的で、食文化が環境に根ざしたものであることの表れといえます。

こうした食料以外にも塗料や容器、繊維としてウルシやヒョウタン、カラムシなどが利用されています。わたしたちの祖先は多様な植物資源から有用なものを選び取って巧みに得ていた、植物利用の達人だったのです。



トチノキ

（財団法人滋賀県文化財保護協会　中川治美）