

3. 瀬戸内海の食文化の変遷

1) 京都府の食文化の変遷

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
八モ料理	<p>八モ料理 京都の新鮮な魚といえば、瀬戸内海からの八モ、琵琶湖からのアユ、コブナ、コイなどである。八モは、祇園祭にはなくてはならない魚である。八モを骨切りして、一口大に切り離し、湯の中に落とし、すぐに引き上げ冷水に浸す。くるりと白い身が曲がった落しを皿に盛り、梅肉をのせて食べる料理が代表的である。この他、八モ焼き、八モすき、八モ皮ときゅうりの酢の物などの料理方法がある。 聞き書京都府の食事（(一社)農山漁村文化協会発行）より</p> <hr/> <p>八モのおとし 京都の夏は八モ料理で、その中でも「八モのおとし」は、あっさりとしていて、栄養があって、蒸し暑い京都の夏をこれで乗り切っている。特に祇園祭には欠かせない料理で、湯引き、かば焼き、照り焼き、すし、天ぷら、吸い物などに調理される。八モは、固い小骨の多い魚で、専用の包丁で骨切りをしないと食べることができない。 農山漁村の郷土料理百選（京都府）より</p>	京都

2) 大阪府の食文化の変遷

変化の状況：現在ではあまり見かけられなくなった食文化		備考
タイ	4月～5月にかけて、鯛は産卵のために瀬戸内海に群れをなす。この時期を「魚島どき」とよび、船場では親戚同士や親しい家の間でとびきりの桜鯛を贈る風習が江戸時代から続いていた。大正時代には、女子衆が肴箱や肴籠をさげて町をゆく姿が良く見られたが、昭和にはいるとこの風習はすたれてしまう。	大阪市
アサリのごはん	春にアサリが取れると一日砂出しをした後、大きな鍋でゆがき、身を取りだしておく。ゆがき汁をお米に加えて、醤油と塩で味付けし、アサリをのせて炊く。	和泉灘
イワシのにぎりずし	大阪湾はイワシの宝庫である。煮干し用のカタクチイワシと、菜（おかず）用のマイワシが取れる。寿し用はひらご（マイワシの小さいもの）で作る。イワシの頭を手でちぎり、手開きにして骨を取る。塩水で洗い、酢と砂糖の合わせ酢に半日ほどつける。すしご飯を握ってその上にイワシを尻尾が見えるようにのせて食べる。	和泉灘
アナゴの巻きずし	売り物にできないマアナゴは開きにして、醤油、砂糖、みりん、酒で作ったタレに漬けて焼く。かんぴょう、高野豆腐、アナゴを具にして巻きずしにして食べる。手間がかかるので時化の日に作ることが多い。	和泉灘
じゃこのかきませずし	お客のあるときや祭につくる。ジャコは皮をむいて、むきエビにする。ニンジン、かんぴょう、ゴボウ、干しシイタケなど、好みの具を入れて、砂糖、醤油を加えて味付けし、煮汁がなくなるまで炊き、冷ましてからすしご飯を入れてまんべんなくかき混ぜる。	和泉灘
ごよりと豆	ごよりは、ネプト（テンジクダイ）、ハゼ、ジャコ（小エビ）などの雑魚の頭を取り、水洗いして塩気を取ってからよく乾燥させたもので、一年中作るが、特に時化の多い冬の何よりの菜（おかず）になる。ごより	和泉灘

変化の状況：現在ではあまり見かけられなくなった食文化		備考
ごよりと豆（焼き）	と豆は、大豆を一晩水に漬けて柔らかくしてごよりと炊いたもので、砂糖、醤油で味付けをする。炒ったごよりを二杯酢に漬ける料理もある。	
くずしの炊き食い	ジャコ、小エソ、ネプトなどの雑魚は、すり鉢でくずして団子を作りすまし汁に落として食べる。この団子を「くずし」といい、水菜、春菊、ネギ、ホウレンソウをいれて炊き食いという料理を作る。	和泉灘
ウシベタと豆	うしべた（ウシノシタ）の小さな売れないものは、よく水洗いして頭と尾を交互に並べて生干しにする。二、三日たって乾いたものを大豆と炊く。砂糖、醤油で味付けする。	和泉灘
サバ、ブリの煮つけ	不漁で魚がない時は漁家でも魚屋でサバ、ブリを買ってきて煮つけにする。煮汁は捨てず、おから、薄揚げを炊く。	和泉灘
ゆでだこ	手長ダコ、マダコの新鮮なものは、ゆでだこにして食べる。タコは塩もみしてぬめりを取り、水洗いした後にゆがく。ゆであがったタコは二杯酢、三杯酢につけて食べるが、土ショウガをおろし、醤油に入れたものにつけて食べるところもある。	和泉灘
エソの吸い物	エソは三枚におろして身だけにして、沸騰した湯に入れてあくを取って吸い物にする。塩焼は背開きして少し塩をふっておく。	和泉灘
かますごのしょうが煮	かますごとは、イカナゴのことで春先、大阪湾の水温が上がり始めるとわかはじめ。小さなかますごはさっと湯通しし、二杯酢、三杯酢で食べる。大きなものは、焼いて大根おろしを添えてショウガ、醤油、二杯酢で食べる。	和泉灘
カタクチイワシの煮つけ	生のカタクチイワシは魚屋が天びん棒をかついで近郷の町家、農家に振り売りする。「手々かむイワシやでー」といって売り歩く。カタクチイワシの頭を手でとって、内臓を出し、せん切りした土ショウガと炊く。	和泉灘
ごまめ	秋口にとれる良質のカタクチイワシは干しイワシにする。この干しイワシを使って、暮れに正月料理の「ごまめ」を作る。	和泉灘
マアジのしそ煮	小アジは頭を取って梅しそと煮る。醤油で味付けをして骨が柔らかくなるまで煮こむ。骨ごと食べられるので沖の菜（おかず）によい。頭を取らずに焼いて、二杯酢、三杯酢につけて食べることもある。「寒サバ、夏アジ」といわれ夏のアジは旬でおいしい。	和泉灘
サワラの塩焼	サワラは、刺し網でとる。大阪湾の水温が上がりはじめ、かますご（イカナゴ）が湾内を北上するとそれを追ってサワラが帰湾する。春のサワラは産卵のために帰湾するのであまりおいしくないの塩焼にして食べるが、秋のサワラは身が締まっているので刺身や煮付けにして食べる。	和泉灘
ふかの刺身	秋の時化の日の夕食にふかの刺身を作る。ふかは秋の定置網、建網でよく取れるがたまに打瀬の桁網にかかることがあり、それを沸騰した湯でゆがき、酢味噌で食べる。	和泉灘

※上記内容については、聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より引用。

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
八モ	<p>八モ（料理）</p> <p>七月半ばの三津神社の夏祭りのころの八モは、梅雨の水を飲んで太り腹に子を持っているので一番味が良い。夏祭りの日には、どこの家も八モ料理のごちそうをする。骨切りした八モを、つけ焼き、皮のざくざく（キュウリの酢の物）、八モチリなどの料理をする。</p> <p>聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p> <p>八モ</p> <p>八モといえば関西では夏の味覚として欠かせない味です。この八モ料理を有名にしたのが京都の料理人で、小骨は多いが、生命力の強い八モの特性を活かした料理は、祇園祭には欠かせません。祇園祭のことを俗に八モ祭りと言うくらいである。また、八モは大阪の天神祭にも欠かせない料理の一品でもある。大阪の総ての神社の夏まつりに欠かせない料理と言っても良い。大阪では骨切りして湯引きされた鱧（はも）を酢味噌で食べているが、京都では梅肉で食べる（天神さんに因んでとか）。しかし、大阪でも梅肉で食べるが多くなってきた。</p> <p>大阪府神社庁 HP より</p>	大阪市
大阪ずし	<p>江戸前の握り寿司がねたの活きの良さが勝負なら、大阪ずしはすし飯と具の味こそが命である。手の中で握って瞬間的に食べる江戸前に対して、大阪ずしは持ち帰って、舌の上でかみしめながらじっくり味わう。このため時間がたっても風味が変わらないのがその特徴とされ、すし飯にも具にも手間隙かけた苦心、工夫がされている。泉州の箱ずし、ふきずし、どじょうずし、摂津地方のばらずし、巻ずし、蒸しずし、散らしずし、バッテラ（ポルトガル語でボートの意味）、雀ずし等、多種多様な大阪ずしがある。</p> <p>聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p> <p>江戸前の握り寿司に対して、大阪には手間隙かけた大阪ずしというものがある。大阪は瀬戸内海の新鮮な魚介類に恵まれ、春は鯛、夏は八モ、秋はサバとその種類も豊富である。江戸前の握り寿司は魚介のネタが勝負であるが、大阪ずしは飯の味はもちろん、タネにも味付けして見た目の美しさを強調している。箱ずし、巻ずし、蒸しずし、散らしずし、バッテラ、雀ずし等、多種多様な大阪ずしがある。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（大阪府）より</p>	大阪市
船場汁	<p>船場汁は、身を焼いて食べた残りの塩サバのあらと大根で作る。あらは、一度熱湯にくぐらせて水に取り、さっと洗ってから使う。そのまま使うと生臭く、澄んだ汁にならない。汁を多くすると船場汁、少なくすると船場煮になる。船場汁は、寒い冬の昼や夜に食べる料理である。</p> <p>聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p> <p>船場汁とは、塩サバと大根などの野菜を煮込んで作るすまし汁の1つで、大阪の間屋街である船場が発祥である。別名、船場煮ともいわれる。塩サバの身、頭、中骨などを切って昆布と適当な大きさに切った大根と一緒に煮たて、醤油、ネギ、ショウガ、胡椒などで味を整える。</p> <p>かつて、船場で働く従業員が食べていた料理が発祥とされ、時間をかけず簡単に作れて魚のあらまで使うので無駄がなく安い単価で食べられることなどから、忙しい船場間屋街で親しまれ定着した。</p> <p>日本の郷土料理図鑑（大阪府）より</p>	大阪市

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
こぶ	<p>「上方の味は、うすくち醤油とこぶの味」と言われている。全国どこにでもあるきつねうどんは、こぶをたっぷり使っただし汁にあると言われ、うまいもんには金を惜しまぬ大阪人は特にだしには、目をかけ、工夫する。江戸時代に北前船で大阪まで運ばれこぶ加工が発達した。塩こぶ、とろろこぶ、おぼろこぶなどに加工されている。</p> <p>聞き書大阪の食事（(一社)農山漁村文化協会発行）より</p> <p>大阪のだしを語るのに、昆布は欠かせない。北海道産の昆布が1,000キロも離れた大阪で珍重されはじめたのは、鎌倉時代の後半頃から。北海道から日本海を通過して敦賀・小浜に陸揚げされた昆布が、陸路や琵琶湖を使って京都・大阪に運ばれるようになってからのことだ。江戸時代に入ると、西周り航路の開通によって、北前船が下関から瀬戸内海を通り、直接大阪に入ってくるようになった。昆布も、それまでとは比較にならないほど、大量に大阪に入ってくるようになった。北前船の最終寄港地は、堺であったので、堺の刃物技術で、昆布を削っておぼろ昆布、とろろ昆布を作るとい加工業が盛んになった。最盛期の正徳末期から昭和の初め頃には、150人くらいの手漉き職人がいたが、戦争があり、食生活の変化がありで、現在、堺昆布加工業協同組合の組合員は12業者だけとなっている。</p> <p>大阪府 HP「連載コラム 大阪のだし」より</p>	大阪市
まむし	<p>まむし</p> <p>「まむし」とは、大阪でウナギ丼のことをである。江戸時代の末期に堺の金持ちが芝居見物に持っていくウナギが冷めないよう考えたのが「まむし」の始まりといわれているが、ウナギをご飯の上にのせる江戸風に対して、大阪ではご飯の間にはさみ上からたれをかける。このように、ウナギをご飯にまぶすから「まむし」という名前がついたという。ウナギの調理方法も、江戸と大阪では全く異なっている。江戸は、背開きで、焼いてから蒸すが、大阪では腹を開き、頭をつけたまま白焼きしたのち、たれをつけながらじっくり焼き上げる。</p> <p>半助豆腐</p> <p>ウナギのかば焼きの頭を半助といい、これとお焼き（焼き豆腐）、青ネギを炊いたものが半助豆腐であり、季節を問わず夕食のおかずが少し足りない時などに作る。ウナギのかば焼き屋に「半助あり」の木札が出ている。</p> <p>聞き書大阪の食事（(一社)農山漁村文化協会発行）より</p> <p>まむし</p> <p>大阪では、「まむし」といえば、鰻丼を意味する。かつては、関西の鰻丼というと、「まむし」の呼び名が常識だったが、なんだか気味悪い、という人が増えてしまい、最近では大阪の鰻屋でも、「まむし」の字を見かけることが少なくなった。喜田川守貞が著した江戸時代の百科事典的風俗誌である『守貞漫稿』には「鰻飯、京坂にて、まぶし、江戸にて、どんぶり」と云ふ。鰻飯の略なり」とある。しかし、関東では、蒲焼がご飯の上に乗っているが、「まむし」は、蒲焼がご飯の中にはさまれているので、蒲焼が温かいご飯で蒸されるので「まむし」といわれたり、あるいは、ご飯が鰻にまぶしてあるので「まぶし」といわれたようである。今では大阪でも、蒲焼はご飯の中だけではなく、ご飯の上にもものって</p>	大阪市

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
まむし（続き）	いるのが多い。その鰻丼は、江戸で始まったといわれている 財団法人 大阪観光コンベンション協会 HP より	
魚すき	<p>沖すき（魚すき） 寒い時は鍋物をよくする。鮮度の良い魚が入るので、沖すきをするが、あまり色々入れると魚の持ち味がだめになるので、4種類くらいにして、みつば、セリなどの香りのある野菜を入れ、昆布のだし汁に酒とみりんと醤油で味をつけた中で、さっと煮えたところで食べる。 聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p> <p>魚すき 沖の魚を使用することから、沖すきともいう。元々、鍬、鋤を使って焼くすき焼きは大阪で発達した料理といわれ、鍋としては鋤、平貝が使われていた。明治時代以降に牛肉のすき焼きが一般化し、魚すきは別の鍋料理として発達し、調味の仕方や食べ方が変化した。材料は瀬戸内海の新鮮な季節の魚介類と季節の野菜、豆腐、蔦きり、湯葉をいれて、薄味に調味して煮て食べる。溶き卵を付けて食べるころは、牛のすき焼きと一緒にである。 農山漁村の郷土料理百選（大阪府）より</p>	大阪市
ワタリガニの二杯酢	<p>ワタリガニは、おもに春木の三段遠浅の建網でとれるが、浜七町の打瀬網漁でも獲れる。夏のワタリガニは「月夜の灯籠がに」と漁師うちでいわれており、皮が灯籠の様に固いが身は柔らかく美味しい。岸和田の山手の祭の時期（十月上旬頃）が、一番味がよくなるので、祭り客のもてなしに出される。 聞き書大阪の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p> <p>岸和田だんじり祭は通称カニまつりといわれている。カニの美味しい時期と岸和田だんじり祭りとあっていたので、祭りの時に「ガザミは神さまからの授かりもん！知らん人は不幸や..」と勧めたといわれている。 岸和田市観光協会 HP より引用</p>	和泉灘

変化の状況：昔にはなかった食文化		備考
てっさ	<p>てっさとは、皿の絵柄が透けてみえるほど薄く切られたふぐの刺身です。ポン酢醤油にもみじおろしなどを添えて食べます。大阪ではフグの毒は当たれば命が危ないという意味で「てっぼう」と呼ばれており、てっぼうの刺身を省略して「てっさ」と呼ばれています。 農山漁村の郷土料理百選（大阪府）より</p> <p>フグは、戦国時代、江戸時代を通じて食することは固く禁じられていたが、大阪は商人の町であったために商人からの上納金欲しさに取り締まりがあまり厳しくなかったようである。幕末以降、盛んに食べるようになったがやはり事故が多かったので岸和田のフグ料理屋・喜多八（創業大正2年）の店主がフグ博物館を開き、フグ毒の研究をしたことから大阪とフグが深い関わりを持つようになったといわれている。 フグは、江戸、明治、大正、昭和初期まで食用禁止（一部の地域を除く）となっていたが、昭和22年大阪市条例によりフグ食が解禁となり、全国フグの消費量の6割が大阪で占めるに至っている。 （公財）関西・大阪21世紀協会 HP より</p>	大阪市

【大阪府の整理結果】

変化の状況	水産物／水産加工品等	変化の要因等
現在ではあまり見かけられなくなった食文化	タイ（魚島どき）	生活習慣の変化
	アサリのごはん	資源の減少
	イワシのにぎりずし	資源の減少
	アナゴの巻きずし	資源の減少
	じゃこのかきませずし	資源の減少
	ごよりと豆	資源の減少
	くずしの炊き食い	資源の減少
	ウシベタと豆	資源の減少
	サバ、ブリの煮つけ	資源の減少
	ゆでだこ	資源の減少
	エソの吸い物	資源の減少
	かますごのしょうが煮	資源の減少
	カタクチイワシの煮つけ	食習慣の変化
	ごまめ	食習慣の変化
	マアジのしそ煮	資源の減少
	サワラの塩焼	資源の減少
ふかの刺身	資源の減少	
昔から引き継がれている食文化	ハモ	
	大阪ずし	
	船場汁	
	こぶ	
	まむし	
	魚すき	
	ワタリガニの二杯酢	
昔にはなかった食文化	てっさ	