

8) 山口県の食文化の変遷

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
すし	秋の荒人さまの祭りにはタイ、アジ、ブリなどいきのよい魚を使った押しずしを作る。魚は三枚におろし薄くそぎ切りし、塩を少しふり、砂糖が少し入った酢に漬けておく。すし飯を作り、枠に入れて酢漬けの魚、シイタケ、ニンジン成形よく置いて押し抜きでしっかり押さえて抜く。	響灘
わかめむすび	白ごはんのむすびに、細かく刻んだ干しワカメをまぶしたもので、竹の皮に包んで、遠足や花見に持参する。	響灘
イワシ	大井湊はイワシ漁で一年を暮すというほど重要な魚である。冬の大羽イワシ、春のウルメイワシが中心である。 イワシは、新鮮なものは刺身にして食べるが、ぬた、イワシのカツオ、みりん干し、蒲鉾などに利用される。	響灘
イカ	冬はヤリイカ、春から剣先イカがとれる。そのほか、ミズイカ、甲イカ、鬼イカなどがとれる。 湯引き：イカの内臓と頭を取り、骨と皮を除きさっとゆでる。刺身のように切り、ダイダイ酢と醤油またはダイダイ酢味噌で食べる。 スルメ：剣先イカの大部分はスルメに加工される。大きな桶に海水を入れ、イカを裂く。よく洗い、水気を切って天日で干す。干しあがったら一升瓶で伸ばしながら形を整える。 イカの子だんご：剣先イカをスルメに加工する際に出る白子をすり鉢ですって、丸めながら熱湯でゆでる。冷ましてからダイダイ酢醤油で食べる。	響灘
ムギヤキ(ササノハバ)	夏魚の代表がムギヤキ(ササノハバ)である。ムギヤキは鱗と内臓を取ってみそ汁に入れて食べたり、医者殺しを作る。医者殺しは、ムギヤキの内臓を取り一匹ごと醤油で煮つける。身を食べ終わったら、骨に熱湯を注ぎはしで骨を抑えながら汁をすすす。この汁をのめば病気をしないといわれるところから「医者殺し」と呼んでいる。	響灘
タチウオ	秋にたくさん取れるタチウオは刺身、塩焼き、煮つけなどにして食べる。	響灘
貝類	春か夏にかけての磯には、二ナ、セイロク、ジイノセナ、ベベ(ヨメガカサガイ)などの貝がとれる。二ナは湯がいて針で身を出して食べる。セイロク、ジイノセナ、ベベはみそ汁にすると美味しい。ベベは炊きこみご飯にすると磯の香りがして美味しい。	響灘
海藻類	春の大潮の時に磯に出かけ、岩ノリ、ワカメ、青ノリ、コブノリ、ヒジキ、カサメ、ハルモなどがとれる。これらの海藻は干して貯蔵し、一年中のおかずに利用する。	響灘
塩辛	旬の魚は美味しいし大量にとれることから保存食の一つとして塩辛を作る。サバ、イワシ、塩辛は身を三枚におろして漬け込み、剣先イカの塩辛は身を刺身状に切って足や耳を混ぜて漬け込む。	響灘
各種ご飯もの	ばらすし ばらすしは、シイタケ、タケノコ、カンピョウ、ニンジン、レンコンなどの具を干しエビとともに醤油、砂糖で味を整え煮ておく。二べなどの魚は三枚におろして酢漬にしておく。炊きあがったご飯を酢飯にして、具を混ぜて皿に盛り、紅ショウガ、酢漬の魚、さや豆、錦糸卵をのせると出来上がる。	周防灘
	押しずし、つき出しずし 押しずしは、ばらすしを桶の中で強く押し、上に酢漬の魚をさらに押し固めたものである。 つき出しずしは、押しずしの一様で、ばらすしより具を少なくして、すし	周防灘

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
各種ご飯もの (続き)	桶や角型のあるいは松竹梅の木型に押し、上に酢魚やさんしょうの葉、青じそ、ユズの皮などを散らして押し固めたものである。	
	唐すし コノシロを三枚におろし、うす塩をしてしばらくおいて酢洗いして、酢、砂糖、塩を加えた酢に漬けておく。白米飯に魚をつけておいた酢と、ショウガのみじん切り、麻の実を入れてよく混ぜ、酢につけたコノシロで包む。ご飯の代わりにおからを入れることがある。	周防灘
	ち貝飯 ち貝のむき身の炊き込みご飯である。大潮の時、近くの磯でち貝をとって来て作る。旧暦六月十七日の厳島神社祭りのごちそうにかかせない。ち貝を湯でて身を取りだし、せん切りにしたニンジンと一緒に米に入れ醤油、砂糖で味付けし炊きこむ。	周防灘
	もぶり バラすしのことを「もぶり」といい、かんし料理に必ずつける。白いご飯に酢、砂糖、塩で味付けてすし飯を作る。カンピョウ、ニンジン、ゴボウ、高野豆腐、ハスなどを小さくきざみ醤油、砂糖で味付けしすし飯と混ぜて皿に盛る。上に錦糸卵、アナゴのかば焼きなどを散らす。	広島湾/ 伊予灘
	貝飯 大島付近では、春になると色々な貝が採れる。ニナ、ビス、万才貝、アサリ、ヒナタメ、ニシ、ネコ、ヒトクイ貝等で、塩ゆでて甘辛く煮て炊きあがった麦飯に混ぜ込む。 また、カキによく似たセト貝はカキと違い生では食べない。湯がいて身ははずした後にカキと一緒に煮たりする。小さく切って混ぜご飯に入れたり、めた、じんだにも使う。カキは磯で採るものは小粒が多いが、酢ガキ、なべ物、殻焼き、かきずしにもする。	広島湾/ 伊予灘
	さつま メバル、ヤハンドウ（スズメダイ）を焼いて身ははずしてほぐす。骨をもう一度焼き、すりばちですり粉々にする。身と骨を味噌、イリコの出汁をすり混ぜて作る。練り味噌の様にして、熱い麦飯にかけて食べる。	広島湾/ 伊予灘
	だきずし アジの小さいものをデンゴというが、三枚に下ろさず丸のまま背骨ごと薄く切って背ごしにすると美味しい。このデンゴを使っただきずしは、講に使われる料理である。でんごを頭をつけたまま腹をあけ、塩をして30分おき酢でしめる。おからを炒めて酢で味をつけて、でんごの腹に詰める	広島湾/ 伊予灘
海藻類	アオサ、テングサ、ヒジキ、ワカメ、イギス、オゴノリ、モズク、フノリ等が採れる。テングサはトコロテンに、イギスはイギス豆腐などに使われる。ヒジキは、ヒジキ飯の材料となる	広島湾/ 伊予灘

※上記内容については、聞き書山口の食事（(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
ウニ料理	ガゼ（ウニ） ガゼを丸ごとゆでて二つに割る。中身を取り出して味噌と一緒にすり鉢でよくすり、火にかけて練り上げる。ガゼの香りと甘みがあり、滋養があるといい大事に食べる。 聞き書山口の食事（(一社)農山漁村文化協会発行）より	響灘

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
ウニ料理（続き）	<p>うに料理</p> <p>下関の「うに」が美味しいのは、地形と水の関係だと言われている。舌ざわりが滑らかで磯の香りがぷーんと漂う生うにの他、ご飯の炊き上がる頃合いに生うにと少量の塩を入れて炊き上げた「うに飯」や、珍しい生うにのすき焼きなどが郷土料理として知られている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	
トラフグ	<p>トラフグ</p> <p>下関ではふぐは不遇とされ「ふく」と呼んでいる。明治21年、伊藤博文が下関の料亭を訪れたとき、シケのため出せる魚のなかった料亭の女将は、処罰を覚悟の上で、ふぐ料理をだしました。博文はその美味しさに感銘し、禁食令を解くように働きかけたことから下関のみが解禁となった。禁食令をだしたのは豊臣秀吉で、唐津で多くの兵がふぐの毒にあたって死んだといわれている。ふく料理は、見た目と味覚が美しく融合した日本の代表料理である。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	響灘 周防灘
	<p>トラフグ</p> <p>漁法> フグ漁は、主に1本釣や延縄による釣り漁と、底曳網や定置網、刺網を使った網漁により行われる。特に高級とされるトラフグは底延縄により捕獲されることが多い。</p> <p>生態> トラフグは、産卵のため外洋から瀬戸内海の中西部に帰ってくる。孵化した稚魚は、関門海峡から外海へであるというサイクルである。漁獲量は年々減少しており、取り過ぎや産卵場として利用される砂の浅場が減少しているためとも言われている。漁獲されたフグは、下関に集められ関西方面に出荷されている。フグ類は、2009年度に約379トン漁獲されている。</p> <p>加工> フグの料理方法は、刺身、フグ鍋、から揚げ、雑炊、白子、ひれ酒等である</p> <p>また、杵島はフグの延縄（はえなわ）漁発祥の地で有名で、島の入り口に「フグのモニュメント」が建てられている。徳山湾の南側を形作る大島半島の先端にある小島で、昭和10年に完成した小瀬戸橋で本土と陸続きになっている。</p>	
鯨料理	<p>鯨の南蛮煮</p> <p>鯨の肉は、特定の魚屋にあり、欲しい時に買う。鯨の赤身を一口大に切り、血抜きをしてよく洗い手で絞る。ゴボウは斜め切りに、コンニャクはごろごろに切る。鍋に油を入れて、具を炒め、味噌と砂糖で味をつける。大晦日のごちそうとして食べる。</p> <p>聞き書山口の食事（（一社）農山漁村文化協会発行）より</p>	響灘
	<p>オバイケ</p> <p>オバイケは「尾羽毛」とも書き、鯨の身と尾の間の部位肉のこと。今では、多くは皮下脂肪をそぎ切りしたもののことを指す。ヨシノヨ（節分）に大きいものを食べると、大きく年をとることができる、つまり元気に1年を過ごすことができると言われている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	

変化の状況：昔から引き継がれている食文化		備考
岩国ずし	<p>角ずし</p> <p>岩国で寿司といえば角ずしで、江戸時代から伝わると言われる押しずしである。籠城の時に水の少ない山頂でも作りやすく保存もきき持ち運びに便利なおことから吉川藩で広まったといわれる。家には代々伝わるすし杵があり、大きさに合わせてすし飯をひき、アナゴのかば焼きなどが入った具を置き、これを繰り返し4段にして、重石を置いて味をなじませる。これをすし切り専用の包丁で適当な大きさに切りそろえる。</p> <p>聞き書山口の食事 ((一社)農山漁村文化協会発行) より</p>	広島湾／伊予灘
	<p>岩国ずし</p> <p>吉川藩は天下に誇る文化遺産を残した。一つは岩国を貫流する錦川に架けた五連の錦橋、そして豪快無比な五段の押し寿司、岩国ずしである。岩国ずしの特徴は、大きな箱桶にすし飯を敷き、具をのせ、それを最高五段まで繰り返し漬け、重石をし、一度に何十人前も作る。具には瀬戸内海の幸、山の幸等を多く使い、出来栄えの豪華さから、殿様寿司とも呼ばれている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選 (山口県) より</p>	
イワシ料理	<p>目こすり</p> <p>イワシをこすっている間にすぐできるというところからきたようである。新しイワシを開き、冷たい水で何度も洗って作ると、鯛の味がすると言うほど美味しい。酢ダイダイを搾ると生臭みが消える。沢山とれたイワシは、干ものや塩辛にする。</p> <p>聞き書山口の食事 ((一社)農山漁村文化協会発行) より</p>	広島湾／伊予灘
	<p>いりこ・すぼし(平生町)</p> <p>平生町の近海で採れるカタクチイワシが原料である。ゆでて天日で乾燥したものが「いりこ」、生で干したものが「すぼし」。ダシをとったり、そのままおつまみやおやつ代わりに食べたり、重宝がられる品である。</p>	
ガンモドキ	<p>聞き書山口の食事 ((一社)農山漁村文化協会発行) に記述は無い。</p>	広島湾／伊予灘
	<p>飛龍頭 (ガンモドキ)</p> <p>小魚のミンチと豆腐をすり混ぜた天ぷら料理である。大島の漁師が約250年前、長崎の町人から学んで食して以来、大島の郷土料理として伝えられている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選 (山口県) より</p>	
アナゴ	<p>アナゴは、すしに欠かすことができない魚である。アナゴは籠を沈めてとる漁が一般的であるが、大島では一本釣りで傷がつかないようにしている。かば焼きにしたアナゴは、もぶり、角ずし、巻きずしに必ず使われかんし(宴会)や祭りに出される。</p> <p>聞き書山口の食事 ((一社)農山漁村文化協会発行) より</p>	広島湾／伊予灘

変化の状況：昔にはなかった食文化		備考
ガザミ	<p>ガザミは瀬戸内海の干潟に多く生息する。旬は秋とされているが、ほぼ1年中漁獲される。下関市では2009年に約8t漁獲されている。</p>	響灘
タコ	<p>潮の流れが速い関門海峡で漁獲されたマダコは身が締まっておりプリプリの食感を生み出している。旬は7月から8月頃といわれているが、年間を通して美味しく食べられる。下関市では2009年に約48トン漁獲されている。</p>	響灘

変化の状況：昔にはなかった食文化		備考
車えび料理	<p>クルマエビ養殖発祥の地である秋穂町は、天然物の水揚げも多く、年間を通して新鮮なクルマエビを供給している。料理は、活作り、塩焼き、フライ等である。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	周防灘
天神はも料理	<p>鱧（はも）は、うなぎに似た細長い魚であるが、うなぎよりも顎が大きく、小骨が多いのが特徴。山口県は、鱧の水揚げ量で全国1、2位を争い、その中でも、防府はトップクラスの水揚げ量を誇っている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	周防灘
ヒラメ	<p>下松市笠戸島の沖合いで獲れる笠戸ひらめは、下松市栽培漁業センターで中間育成されている。また、養殖生産されている笠戸ひらめの2010年度の生産量は21トン。温暖な気候と良質の水、徹底した品質管理によって育てられた笠戸ひらめは肉厚で、天然ものよりも旨いと評判である。</p>	周防灘
ナマコのくちこ	<p>ナマコは厳冬の1月から3月になると産卵期を迎えて発達肥大した卵巣を持つようになり、それが口先にあることから「くちこ」と呼ばれている。一般的に平たく干したものが高級珍味として親しまれている。複数の卵巣を、横に渡した糸にまたぐように吊るして干すが、このとき水滴が早く落ちるように下端を指でまとめるため、仕上がりは平たい三角形となる。ナマコの卵巣を塩辛にした「このこ」やそれを丁寧に干した「くちこ」はナマコ約15個（約8kg）から1枚しか作れない高級珍味である。</p>	周防灘
このわた	<p>「このわた」は、ナマコの腸から作る塩辛のことで、特に瀬戸内海産は、穏やかな波の浅瀬でミネラル豊富なアオサを食べて育ったナマコを使い磯の香りが強く、独特の風味の良さで人気の高い珍味である。</p>	周防灘
笠戸ひらめ寿司	<p>ひらめは、下松市笠戸島の名物である。「笠戸ひらめ」と呼ばれ、自然に恵まれた水質の良い島で育ったその身は、ひきしまっていて美味しい。天然ひらめの旬は秋から冬であるが、養殖ひらめは管理の行き届いた水槽で飼育されており、年間を通じてそのおいしさを楽しめる。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	周防灘
ほうかむり	<p>地元で獲れた新鮮な魚を使った家庭料理である。イワシやサワラ等、地元で獲れる季節の魚のミンチを昆布で包み、口をかんばんようで巾着の形に縛って、甘辛く煮付けた料理である。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	周防灘
海老味噌	<p>秋穂で獲れるアカエビの身を、味噌と一緒に煮込んで作る海老味噌は、地元の漁師料理として古くから作られており、その味が代々受け継がれてきた。一時海老味噌作りが途絶えた時期もあったが、地元関係者の熱意により復活し、現在、海老味噌は地元の直販施設である「シーマート秋穂」や、山口市内の特産品ショップで販売されるようになっている。</p>	周防灘
鯛寿司	<p>大畠町の特産品「橘香酢」と「鯛」を合わせ、「鯛寿司」を開発しており、これまで、町内外のイベント等で販売し好評を得ている。</p> <p>農山漁村の郷土料理百選（山口県）より</p>	広島湾／伊予灘

【山口県の整理結果】

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	すし（秋の荒人さまの祭りの押しずし）	生活習慣の変化
	わかめむすび	食習慣の変化
	イワシ（大井湊）	資源の減少
	イカ	資源の減少
	ムギヤキ（ササノハベラ）	資源の減少
	タチウオ	資源の減少
	貝類	資源の減少
	海藻類	資源の減少
	塩辛	資源の減少
	各種ご飯もの	食習慣の変化
	唐すし	食習慣の変化
	ち貝飯	資源の減少
	もぶり	食習慣の変化
	貝飯	資源の減少
	海藻類	資源の減少
	さつま	食習慣の変化
だきずし	食習慣の変化	
昔から引き継がれている食文化	ウニ料理	
	トラフグ（下関市）	
	鯨料理	
	岩国ずし	
	アナゴ	
	イワシ料理	
	ガンモドキ	
昔にはなかった食文化	ガザミ（下関市）	
	タコ（関門海峡）	
	車えび料理	
	天神はも料理	
	フグ（周南市）	
	ヒラメ（下松市）	
	ナマコのくちこ（周南市）	
	このわた（周南市）	
	笠戸ひらめ寿司	
	ほうかむり	
	海老味噌（山口市）	
	鯛寿司	