

きよす食育レポート

第30号

清須市役所産業課
平成29年9月1日発行

「調理」をしていることは人間が活着ているしるしです

清須市朝日貝塚にある「清洲貝殻山貝塚資料館」を訪ねました。ここでは東海最大の「朝日遺跡」について詳しく知ることができます。白っぽい土に赤い色をつけた土器、高度な技術で作られた宝石や金属器などを見ると、2000年程前この地に住んでいた人々が豊かな文化を楽しんでいた様子が想像できます。また、びっしり重なった貝塚の層は、ビタミンやミネラル、アミノ酸の豊富な貝類（カキ、ハマグリ、シジミ）が、この時代の元気を支えていたことを物語っています。朝日遺跡には約1,000人が暮らしていたといわれていますが、貝塚の規模は住んでいた人々だけではとても食べきれない量ではないような？もしかすると、貝類を煮たり（佃煮？）、干したり（干物？）、保存食に加工して、他文化との交流に使っていたかもしれませんね。いずれにせよ、弥生時代、清須市近辺は川や海の豊かな恵みを獲ったり、自然を活かして稲を育てたりする、食の知恵が集まった地域であったことをうかがい知ることができます。

現在、おもしろいことに日本型食生活パターンはコメを特徴的な食料とする国ではなく、トウモロコシを特徴的な食料とする国に分類されています※。その理由は、①高所得国の中でもエネルギー摂取量が少ないこと、②食肉の消費量が少ないこと、③コメの消費量が他のコメ消費国よりも少ないことがあげられます。世界151カ国を第1類コメ、第2類トウモロコシ、第3類コムギ、第4類牛乳・食肉・コムギ、第5類ミレット・ソルガム、第6類キャッサバ・ヤムイモ・タロイモ・プランテン（料理用バナナ）の6階層に分類するとトウモロコシを常食していなくても植物性食品のとり方からそうなるようです。つまり、日本型食生活は、他の国・地域にはその例が見当たらないほど多様な食材を組み合わせて調理する、きわめて特異的なものなのです。

この多様な食生活を可能にした最大の要因は「コメ」を主食にしていたからだといわれています。150年程前に西洋から入ってきた「とんかつ」は「コロッケ」「カレー」とともに明治の三大洋食といわれていますが、洋食といいながら「ご飯」と組み合わせ、味噌汁とせん切りキャベツと漬物という、いわゆる定食という配膳スタイルを確立しました。「ご飯」を主食とすることで、季節ごとの多種多様な食材を副食として添えることができたのです。

炊飯は水を加えて加熱するだけの簡単な調理法です。でもその洗いや、水加減、加熱、蒸らしなどに私たちはこだわりを持っています。それは「コメ」を主食とし、大切にしている気持ちの表れではないでしょうか。

もうすぐお米を収穫する季節を迎えます。弥生時代から脈々と続く「コメ」の味を上手に炊いて、そのおいしさを味わいましょう。



※ 1996年 第1回世界食料サミット 国際連合食糧農業機関（編）「FAO世界の食糧・農業データブック
— 世界食料サミットとその背景」（国際食料農業協会訳、国際食料農業協会、1998）

文責 清須市食育推進会議会長 上原正子

昔の青物市場と現在の朝市を知ろう!!

清須市食育マップ（昔の暮らしと青物市場・現在の朝市）

昔の暮らしと青物市場

『清洲貝殻山貝塚資料館』では、弥生時代の生活文化を『問屋記念館』では、江戸時代の青物問屋の暮らしの様子を知ることができます。

『清洲城おもてなし処 軽トラ市』

新鮮野菜、かりもりの粕漬け、果物、スイーツなど

開催日：毎月第4日曜日
時間：午前10時～
（時間前でも準備出来次第販売開始します）
場所：清洲公園大駐車場
（清洲ふるさとこのやかた横）



『清洲城朝市』



新鮮野菜、果物、かりもりの粕漬け、パン、植木、生花など
開催日：毎月第1日曜日
（ただし、1月は、第2日曜日）
時間：午前7時30分～11時
場所：清洲城主閣東側の文化広場遊歩道

『みずとびあ庄内朝市』

新鮮野菜、果物、生花、庄内川流域の産品など

開催日：毎月第3日曜日
時間：6～9月 午前9時～11時
10～5月 午前9時～正午
場所：みずとびあ庄内
（庄内川水防センター）



『朝日遺跡』『清洲貝殻山貝塚資料館』



清須市朝日を中心とした朝日遺跡は、東海地方を代表する弥生時代の集落跡です。資料館には、弥生時代の生活文化を現在に伝える貴重な出土品が多数展示してあります。
開館時間：午前9時30分～午後4時
休館日：月、火、水、祝日、年末年始

『問屋記念館』

下小田井市の創始者の一人といわれる山田九左衛門家の住居を移築復元し、青物問屋の商いと暮らしの様子を再現しています。



開館時間：午前10時～午後4時
（入館は、午後3時30分まで）
休館日：毎週月曜日
（休日の場合は、次の平日）、年末年始

『下小田井の青物市場』

（尾張名所図解にある下小田井の市）



下小田井の青物市場は、江戸時代初頭に開設され江戸神田や大阪天満と並び日本三大青物市場の一つとして知られ、名古屋の台所を支える尾張藩公認の市として約400年の歴史がありました。

現在の朝市

市内の3箇所で朝市が開催され、新鮮で旬の地元産野菜が並びます。特産野菜を加工した「かりもりの粕漬け」もあります。朝市の野菜は、生産者の顔が見えるので「安心」です。新鮮でおいしく、栄養価の損なわれていない食材を食べることができます。そして、食材本来の「旬」を感じることができます。