

## はじめに

本事業は、令和3年度文化芸術振興費補助金『「食文化ストーリー」創出・発信モデル事業』の採択を受け、岩手県久慈市山形町の郷土料理である「まめぶ」の文化的価値を明確化し、文化財としての登録をめざすとともに、本地域の文化振興と地域活性化に資することを目的に実施したものである。

「まめぶ」は、岩手県久慈市山形町（旧山形村）の郷土料理であり、クルミや黒砂糖を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ具だくさんの料理であり、地域の人々にとっては、年とりや正月、結婚式、仏事などには欠かせない特別な料理として、長年にわたり継承されてきたものである。

「まめぶ」は、「旧山形村で、いつ、どのようにして生まれたのか」、「旧山形村などごく一部の地域だけに伝わってきたのは何故なのか」、「小麦粉の団子の中にクルミと黒砂糖が入っているのはどうしてなのか」など、様々な謎を秘めた、魅力あふれる料理であり、それらを明らかにしていくことが、本事業の大きな目的の一つであった。

しかしながら、「まめぶ」に関する、昔の文献資料はほとんどなく、手探りの状態で調査を進めたが、その中で、平成3年に山形村生活改善協議会がとりまとめた「百年前の晴れ食とくらし」と、久慈市の山形村誌（平成21年～27年発刊）は、地域のお年寄りからの聞き取りなどを参考にしてとりまとめたものであり、当時の人々の声が伝わる貴重な資料として、特に参考にさせていただいた。

本事業で、「まめぶ」の全容が解明されたとはいえないが、調査を進めていく中で、特に印象的だったのは、久慈市山形町の人々の「まめぶ」に対する思い、熱意である。

令和3年11月30日の山形歴史街道「まめぶ」講座には、土曜日の夜にもかかわらず、150人を超える住民の参加をいただき、「年越しの準備のために家族で「まめぶ」を作っていますか」という質問に対しては、ほとんどの方々が手を挙げられたところであり、「まめぶ」が地域の生活にしっかり根付いていることが確認できた。

久慈市山形町においても、人口減少・高齢化の進行の中で、郷土料理を守り、伝承していく人材、体制が課題となっているが、本事業を進めていく中で、地域の方々が、「まめぶ」を通じて、ふるさとへの愛着や誇りを感じ取るとともに、子供たちにつないでいくための「まめぶ未来継承講座」や、地域全体で、地元の郷土料理を将来に引き継いでいくための「山形町郷土食保存継承の会」の設立など、これからの取り組みの道筋ができたことが、最大の成果と考える。

今後とも、「地域の宝」である郷土料理・食文化を守り、継承していくことで、地域の文化振興と地域活性化に取り組んでいく。

# 1 概況

◆ 「まめぶ」は、クルミや黒砂糖を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ岩手県久慈市（旧山形村）の料理

○ 「まめぶ」は、岩手県久慈市山形町(旧山形村)の郷土料理であり、昆布と煮干しでとった出汁に、醤油で味を調え、クルミや黒砂糖（集落や家庭によっては、黒砂糖を入れない）を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ具だくさんの料理である。好みで、かたくり粉を水で溶かし、汁にとろみをつける。



○ 使用される材料は、地域の畑や山で採れたもの（ごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、クルミ）や、地域で作ったもの（焼き豆腐）など、身近で手に入る地元の食材であり、栄養的にも、焼き豆腐のたん白質や、各種混合の野菜から出るビタミン類が多いなど、バランスがとれており、晴れ食・行事食として食べられたことは、日頃の栄養の偏りを是正する先人の「生活の知恵」であった。

《表1 「まめぶ」の基本の具材》 ※ 集落、家庭によって入れる具材、味付けが異なること

団子	小麦粉、塩、クルミ、黒砂糖（黒砂糖を入れない場合もある）
汁の具	ごぼう、にんじん、焼き豆腐、かんぴょう、しめじ（しいたけ）、油揚げ
味付け・出汁	醤油、塩、昆布、煮干し、かたくり粉（とろみをつける）

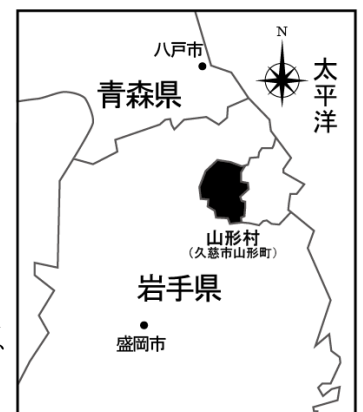
◆ 「まめぶ」が伝承されている地域は、一部に限定 《図1 「まめぶ」が食される地域》

○ 「まめぶ」が伝承されている地域は、久慈市山形町（旧山形村）以外では、「まめぶ」に似た「つぼっこ」と言われる料理がある近隣の一部地域（久慈市大川目町、洋野町大野地区（旧大野村））だけであり、ここまで伝承範囲が限られた郷土料理は珍しい。



◆ 「まめぶ」は、集落ごとに、団子の形や具材、味付けが異なる

○ 久慈市山形町には8つの集落（川井、霜畑、小国、繫、戸呂町、日野沢、荷軽部、来内）があるが、「まめぶ」の団子が小麦粉で作られ、中にクルミが入るという点において共通しているものの、団子の形（丸や楕円形）や具材の種類、味付けなどは、8集落ごとに異なっているなど、多様性、独自性に富み、各集落の人々が、「まめぶ」に対して、それぞれ愛着やこだわりを持ち、様々な思い・願いを込めていることがわかる。



◆ 「まめぶ」は、厳しい自然・社会環境の中で、地域の人々が工夫して生み出した

- 「まめぶ」が伝わる久慈市山形町は、「岩手県北部」に位置し、平地の少ない中山間地であり、雑穀の稗や粟、蕎麦、大豆、小麦などの畑作が中心となる地域であるため、これら雑穀等の食材を活かした「粉食文化」が根付いている。

また、初夏から夏にかけて沿岸地域に吹く「ヤマセ」と呼ばれる北東風の影響も受けることにより、有史以来、たびたび凶作に見舞われ、常に「飢渴（きかつ）」いわゆる「ケガズ」の不安を抱えてきた歴史がある。

さらに、南部藩（八戸藩）からは、年貢の取立てに加え、飢饉対策として「儉約令」、「ぜいたく禁止令」が幾度となく発せられており、そのような状況を背景として、『江戸時代に、「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」というご法度が出され、晴れ食に麺類を作ることができなくなり、その代わりに、小麦をだんご状にして食べたのがはじまり』という「まめぶ」の一つの由來說が伝えられている。

- このような厳しい自然環境・社会環境・食料事情の中で、日常は食することのできない料理をいただくことのできる、年とりや正月、結婚などの行事にふさわしい料理として、旧山形村の人々は、地元で手に入る食料をうまく工夫して「まめぶ」を生み出したものと考えられる。

また、「まめぶ」が生まれた時期は、江戸時代を背景とした言い伝えがあること、明治の初期・中期頃の「晴れ食」を伝える資料の中に「まめぶ」が紹介されていることなどから、「まめぶ」の誕生・定着は、少なくとも、明治以前の江戸時代までさかのぼることができるものと考えられる。

◆ 「まめぶ」は、年とり、正月、結婚や仏事などの大切な日の特別な料理

- 「まめぶ」は、昔から、「行事食」や「晴れ食」として、年末の煤掃き、年とり、正月、結婚式などのお祝いの時や仏事など、一年を通じて、大切な節目に、地域や家庭の中で食されてきている。

- 特に、年末（12月25日頃）に、「煤掃き」（大掃除）を行い、清々しい気持ちで新年を迎える準備をしたあとに食べたのが「まめぶ」であった。

- 「まめぶ」作りは、家族ぐるみで、「1年を無事に過ごせたことへの感謝と、新しい年も良い年であるように」との願いを込め、家族が手分けをし、力を合わせて作る。「まめぶ」の由来・語源の一つにある『忠実忠実（まめまめ）しく、健康で達者に暮らせるようにとの願いが込められている』という説は、家族の平穏を願った料理であることを物語っている。



- 最近は、身近な家庭料理として食べられており、行事の際には、「まめぶ」を提供する飲食店や出店もあり、久慈市内で、手軽に「まめぶ」を味わうことができる。

- 「まめぶ」は現在、漆器や焼物の器に盛られ、食べているが、昔は、「行事食・晴れ食」として、「お膳」で食べる際には「つぼ」（蓋付きのお椀で、本膳料理に使う小さくて深い器）に盛り付けられた。

〈図2 「まめぶ」の膳（年とり） 明治初期（1890年）前後〉

（※写真・図「百年前の晴れ食とくらし」より）



◆ 「まめぶ」は、地域の宝として、地域の振興・活性化に貢献

- 「まめぶ」は、久慈市山形町以外では、ほとんど知られていない存在であったが、平成8（1996）年には、「岩手ならではの食文化」として、県の「食の匠」に認定され、平成22（2010）年には、「まめぶ」を通して地域活性化を目指すまちおこし団体「久慈まめぶ部屋」の結成などにより、「まめぶ」の伝承活動、宣伝・普及活動が活発に展開されてきた。
- さらに、平成25（2013）年4月、久慈市を主な舞台としたNHK連続テレビ小説「あまちゃん」に「まめぶ」が登場し、全国的に有名になったことを背景・強みとして「まめぶ」を通じた地域活性化の取り組みが進められ、全国の「粉食文化」の中でオンリーワンとも言えるコナモンとして、久慈市・県北地域の代表的な観光資源に定着し、久慈市の魅力増進・情報発信にも貢献する「地域の宝」になっている。

◆ 「まめぶ」を地域全体で、未来に向けた保存・伝承活動を継続・発展

- 本事業を契機として、新たな「まめぶ」の保存・継承の取り組みが動き出している。  
 たとえば、地元の小中学校の児童・生徒に、地域の「食文化」を守り育てていくことの意義・大切さを学んでもらうために、学校と連携した「まめぶ未来継承講座」を開催し、また、「まめぶ」の保存・継承の地域の担い手を育成するための「まめぶ継承講座」を開催した。  
 また、地域の住民をはじめ多くの方々に、「まめぶ」の魅力や、歴史、文化的価値などを広く知ってもらうために、『山形歴史街道「まめぶ」講座』（開催結果を小冊子として編集）と『「まめぶ」展 2022&「まめぶ」食フェスタ 2022』を初開催した。  
 さらに、地域の宝「まめぶ」を広く知ってもらい、次の世代にも引き継いでいくために、クオリティの高い動画「まめぶ」を作成するとともに、「まめぶ未来継承講座」、「まめぶ継承講座」の記録動画も作成した。

- このような保存・継承活動を久慈市山形町の郷土食全体に広げ、組織的・継続的に展開していくために、山形町内の郷土食伝承団体や個人、行政機関などで構成する「山形町郷土食保存継承の会」が、令和4年3月8日に発足した。
- 今後は、「山形町郷土食保存継承の会」を中心に、各種講座や企画展などを継続的に開催するとともに、各活動団体の連携を強めながら、「地域の宝」である郷土料理・食文化を守り、継承していくことで、地域の文化振興と地域活性化に取り組んでいく。

#### 《「まめぶ」の特徴》

- 「まめぶ」は、クルミや黒砂糖を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ全国の他地域では見られない料理であり、また、「まめぶ」が伝承されている地域が、一部に限定されていること (独自性・希少性)
- 「まめぶ」は、久慈市山形町内の8集落ごとに、団子の形や具材の種類などが異なること (多様性・独自性)
- 「まめぶ」は、厳しい自然・社会環境の暮らしの中で、地域の人々が工夫して生み出した食文化であること (生きる力、創意工夫)
- 「まめぶ」は、明治以前の江戸時代から、年とり、正月、結婚式、仏事などの行事食、晴れ食として、家庭や地域の中で根づき、今日まで受け継がれてきていること (継続性)
- 「まめぶ」は、家族の平穏を願い、家族ぐるみで、力を合わせて作られたこと (家族の平和)
- 「まめぶ」は「地域の宝」として、地域振興・活性化に貢献しており、さらに、地域全体で、その取り組みを継続・発展させていくこと (地域貢献)

## 2 「まめぶ」が生まれた地域の状況

### (1) 久慈市山形町の地理的状況、気候条件

- 岩手県は、北海道に次いで2番目に大きい面積（四国4県分）を有し、山・森・里・川・海の豊かな自然や環境に恵まれ、気候や風土によって、様々な食文化が伝えられてきた。

県内を食べ物や食べ方によっておおまかに分けると、畑作中心で雑穀の稗、蕎麦、小麦、大豆文化の「県北・遠野」、水田中心で、米粉、もち米粉文化の「県央」、同じく水田中心で、もち文化の「県南」、南は米、北は雑穀文化の「奥羽山系」、雑穀の沿岸文化の「三陸沿岸」の5つの地域に分けられる。

- 「まめぶ」が伝わる久慈市山形町は、「岩手県北部」に位置し、平地の少ない中山間地であり、雑穀の稗や粟、蕎麦、大豆、小麦などの畑作が中心となる地域であるため、これら雑穀等を食材とした多くの料理が伝えられ、「粉食文化」が根付いている。

また、初夏から夏にかけて沿岸地域に吹く「ヤマセ」と呼ばれる北東風の影響も受けることにより、有史以来、たびたび凶作に見舞われてきた歴史がある。

- 「まめぶ」は、このような地域の中で、久慈市山形町（旧山形村）と、「まめぶ」に似た「つぼっこ」と言われる料理がある近隣の一部地域（久慈市大川目町、洋野町大野地区（旧大野村））だけに伝えられている郷土料理である。

#### 《久慈市山形町（旧山形村）の概要》

（出典：山形村誌第3巻（通史編）、久慈市統計）

#### ◆ 平地が少なく、森林・原野面積が8割を超えている。

□面積 295.49 km<sup>2</sup>（東西28km、南北36km） ※久慈市全体（623.50 km<sup>2</sup>）の47.4%

□山林・原野 242.58 km<sup>2</sup>（全体の82.1%）

#### ◆ 明治初期の人口は3千人。ピークは昭和30年代の7,300人で、現在は3千人を下回る。

□人口 ※久慈市全体（35,642人）の7.1%（平成27年国勢調査時点）

（中野家文書〔旧種市村〕）

（単位：人）

明治6年 (1873)	計	戸呂町	日野沢	荷軽部	川井	繫	霜畑	小国
	3,048	329	207	498	469	553	517	475

（国勢調査）

（単位：人）

大正9	昭和5	昭和22	昭和35	昭和45	昭和55	平成2	平成17	平成27
4,288	5,027	6,204	7,311	5,511	4,670	4,015	3,132	2,525

令和2
2,213

《図1 「まめぶ」が食される地域—久慈市（旧：山形村）、久慈市大川目町、洋野町大野地区（旧大野村）》



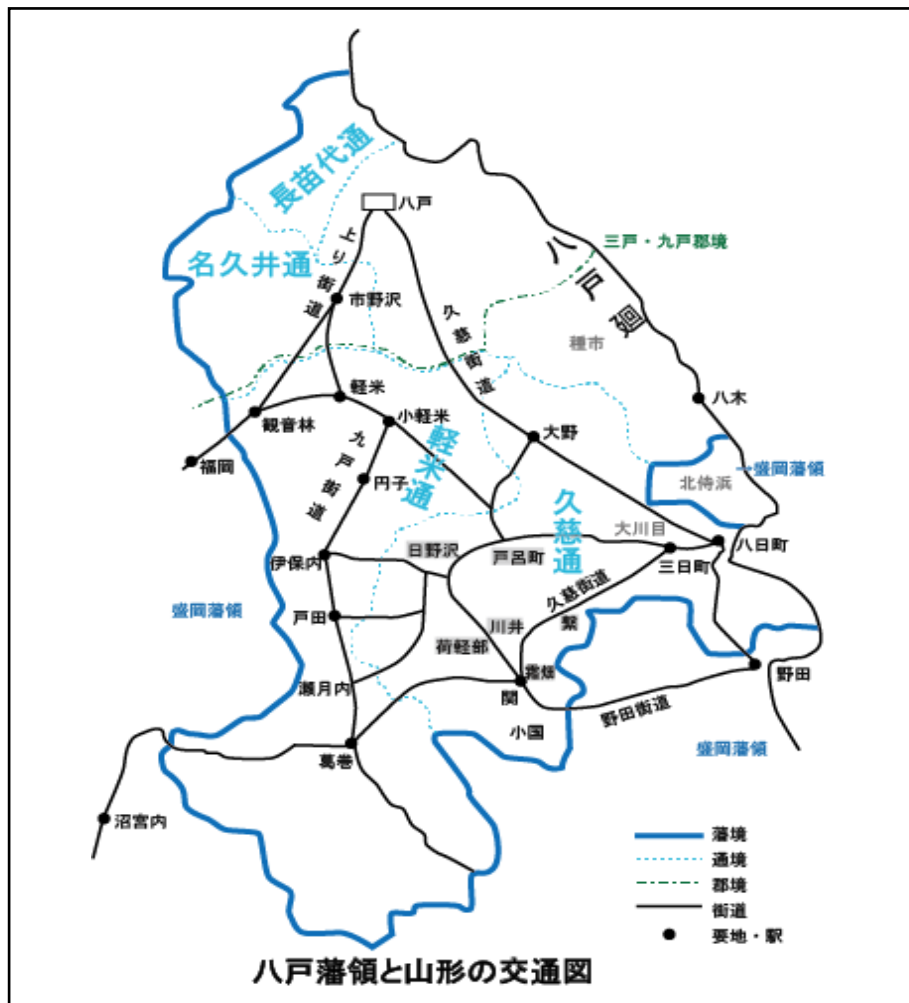
## (2) 江戸時代の山形地域

- 久慈市山形町（旧山形村）は江戸時代、当初南部藩に属していたが、寛文4年（1664）12月、南部藩が盛岡藩と八戸藩に分藩され、寛文5年（1665）2月に、盛岡藩から八戸藩に領地の配分が行われた以降は八戸藩に属していた。

八戸藩は領内の各村々を支配するにあたり、通制（とおりせい）という行政区域（三戸郡に名久井通、長苗代通、八戸廻、九戸郡に久慈通、軽米通）を用い、旧山形村の地域は、九戸郡の「久慈通」に属していた。

- この当時、総称としての山形村という名称はなかったが、「久慈通山形」あるいは「久慈山形通」というような使い方が江戸時代を通じて一般的で、山形地域の村々といえば、現在の旧山形村の地域（八戸藩日記の記載では、南山形村、戸呂町村、川井村、繫村、荷軽部村、日野沢村、関村、小国村）を指していて、これらがもとになり、明治22年（1889）の市町村制施行の際には、川井、荷軽部（来内を含む）、日野沢、戸呂町、繫、小国、霜畑（関を含む）の7ヵ村が合併して、山形村が発足した。
- 山形地域の交通ルートは、繫、霜畑、小国、川井、戸呂町、日野沢、荷軽部の各集落を結ぶ街道とともに、繫から久慈三日町へ至る通称「久慈街道」、及び戸呂町から久慈三日町へ至る通称「久慈街道」、さらには、関を經由して盛岡藩領野田と同領沼宮内を結ぶ通称「野田街道」があった。

《図3 八戸藩領と山形の交通図》





### (3) 江戸時代における山形地域の農業等

- 江戸時代における八戸藩の水田率は、元禄 10 年（1697）の資料によれば、藩全体で 57.6%だが、山形地域は 3.0%と、ほとんど水田がない地域であった。

したがって、山形地域の産業といえば、畑作農業が中心としながらも、林業や木炭業、狩猟業、鉄産業などといったほかの産業が主体となっていた。

- 山形地域の農業の栽培構成について、十分な資料はないが、近隣地域の作付構成で推測すると、おおむね、稗、大豆、蕎麦、粟、小豆、大根、蕪などであった。

大豆は、八戸藩の商品作物であり、一定量を除いて農民から強制買い上げされるものであったことから作付がなかなば強制されており、畑作物の比率が高い山形地域では、大豆栽培がとりわけ多かったものと考えられる。

麦については、文献資料に麦作に言及する記述がみられることから、江戸時代にも麦の栽培が行われていたことは間違いないが、あまり多くなかったものと考えられる。

### (4) 明治以降における山形地域の農業等

- 明治 12 年（1879）の資料によると、合併前の山形 7 村に共通する農産物は、粟、稗、大豆、蕎麦、麦となっており、岩手県内の他地域と比べると、米を除いて同じである。

九戸郡の大豆は、明治後期においては、稗に次ぐ生産量であり、重要な産物であった。

また、九戸郡の麦作は、明治後期に入り、農業生産の第 3 位となっており、旧山形村でも、次第に麦の生産が増えていったが、収穫量は、大正 14 年（1925）をピークにして、昭和初期になって減少していく。

- 主要作物が稗、大豆、蕎麦、粟などの畑作物であり、たびたび凶作に見舞われてきた山形地域は、有史以来、常に「飢渴（きかつ）」いわゆる「ケガズ」の不安を抱えてきた。

山形地域の食糧事情は、昭和 30 年代まで自給自足が基本であったことから、人々は、心のどこかに「ケガズ」を恐れる気持ちを常に抱き、親は子に、子は孫に、食べ物の大切さを伝えてきた。

- このような厳しい環境の中で、地域の人々は、それぞれの地域の食材を工夫して、バラエティに富んだ食を生み出してきたが、「まめぶ」も、山形地域の自然・社会環境・風土から生まれた郷土料理の一つといえる。

#### 【参考資料】

- ・昭和 59（1984）年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事
- ・平成 21（2009）年 山形村誌 第 1 巻（民俗編）
- ・平成 25（2013）年 山形村誌 第 2 巻（史料編：近世）
- ・平成 27（2015）年 山形村誌 第 3 巻（通史編）

## 【参考資料】

### ≪ 2 「まめぶ」が生まれた地域の状況～岩手の食≫

昭和 59 (1984) 年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事

- 食べもの、食べ方によって昭和初期の岩手県を大きく区分すると、次のようになる。

地域名	農業	主食	晴れ食	特徴
① 県北	畑中心	ひえ飯 小麦ひつつみ、そばかけ	そば料理	雑穀型 (ひえ・そば・小麦・大豆文化、一部焼畑文化)
	遠野	畑中心 ひえ飯 小麦ひつつみ、麦飯、かゆ	そば料理	雑穀型 (ひえ・そば・小麦・大豆文化、山文化)
② 県央	水田中心	麦飯、かて(大根)飯、小麦ひつつみ、米粉・もち米粉だんご	多彩な米粉料理 そば料理	米・麦型 (米粉・もち米粉文化)
③ 県南	水田中心	麦飯 大麦が特に多い	多彩なもち料理	米型 (もち文化)
④	奥羽山系(南)	かて(大根)飯 米粉だんご(大・小麦がない)	もち料理	米型(すし文化)
	奥羽山系(北)	畑・水田ひえ ひえ飯、ひえねり、かて(大根)飯(大・小麦がない)	そば料理	雑穀型(山文化)
⑤ 三陸沿岸	畑中心	北から南へ重点が移行 ひえ→小麦→大麦→米	北部はそば 南部はもち	雑穀型(沿岸文化)

#### ≪ 県北の食ーひえ、あわ、そば、大豆を多彩に生かす≫

- 水田が少なく、畑作と焼畑耕作が主である県北の人々の主食、つまりいのちを支える基本食糧は、なんといっても「ひえ」である。
- 基本食をごはん(粒食)、こねもの(粉食)、もちの三つに分けると、「こねもの」の割合がとびぬけて多く、もちを食べることはわりあい少ない。

「こねもの」が多いのは小麦とそばの生産量が多いためで、「もち」と名付けられた間食のたぐいも多いが、ほとんどは小麦粉、そば粉によるこねものである。

#### (ごはん)

- 白米のごはんは、年取り、正月、節句、田植え、お盆に食べるくらいで、最高の晴れ食とされている。むしろ、赤飯を炊く機会が多い。あわのもち種と小豆または赤ささぎ(いんげん豆)とによる赤飯が畑作農家でひんぱんにつくられ、晴れ食の多くは赤飯と煮しめが主役である。

#### (こねもの)

- 晴れ食には、たんねんに手をかけるものが多い。文字どおり「ごちそう」(馳走=走り回る)の意味で、手間のかかるものほど、晴れ食としての位置づけが高いことになる。

#### (そば)

- そばはっとう(そば切り)は最高の晴れ食で、卵でつなぎ、念入りに手打ちそばとしてつくる。手がかりぜいたくとのことで、南部藩で御法度(禁止)にしたので、はっとうの名があるともいう。

#### (小麦)

- 大量に自給する小麦は、そばとともにすべて粉食であるため、米単作地帯とは異なった「こねもの文化」「粉食文化」を形づくっている。

《 2 「まめぶ」 が生まれた地域の状況～江戸時代の山形地域 》

平成 27 (2015) 年 山形村誌 第 3 卷 (通史編) 第 4 編 近世 第 2 章 八戸藩時代の山形	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>八戸藩</u>は、寛文 5 年 (1665) 2 月 27 日に盛岡藩より領地の配分が行われ、三戸郡 41 ヲ村、九戸郡 38 ヲ村、志和郡 4 ヲ村、都合 83 ヲ村が付与された。</li> <li>● 九戸郡には<u>久慈通</u>、<u>軽米通</u>--(略)--の行政区域を設定し、各通には 6 ヲ所の代官所を設置した。 (出典：貞享元年 (1684) 陸奥国南部領郷村高辻帳)</li> </ul>	
三戸郡	名久井通、長苗代通、八戸廻
志和郡	志和
九戸郡	<u>久慈通</u> 、 <u>軽米通</u>
<p>《久慈通一計 18 村》  <u>大川目</u>、<u>門前</u>、<u>長内</u>、<u>長久寺</u>、<u>小久慈</u>、<u>夏井</u>、<u>大崎</u>、<u>閉伊口</u>、<u>有家</u>、<u>大野</u>、<u>帯島</u>、<u>中野</u>、<u>鳥屋</u>  <u>繁</u>、<u>南山形</u>、<u>川井</u>、<u>戸呂町</u>、<u>荷軽部</u></p>	
<p>《軽米通一計 19 村》  <u>上館</u>、<u>軽米</u>、<u>沢里</u>、<u>円子</u>、<u>蛇口</u>、<u>高家</u>、<u>山内</u>、<u>狄塚</u>、<u>江差家</u>、<u>小倉</u>、<u>伊保内</u>、<u>荒谷</u>、<u>山根</u>、<u>戸田</u>、<u>葛巻</u>、<u>江刈</u>、<u>長興寺</u>、<u>山屋</u>、<u>晴山</u></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 久慈通には、<u>久慈八日町に久慈代官所</u>が置かれ、代官 2 名が発令されてそれぞれ月番交代で現地に 1 名赴任して、管轄する村 18 ヲ村を支配していた。</li> <li>● 名主は、霜畑村・小国村は<u>長内名主</u>に、繁村、戸呂町村、川井村、荷軽部村、日野沢村は<u>大川目三日町名主</u>にと二分されていた。</li> </ul>	

《 2 「まめぶ」 が生まれた地域の状況～農業生産 》

平成 27 (2015) 年 山形村誌 第 3 卷 (通史編) 第 4 編 近世 第 2 章 八戸藩時代の山形	
<p>(米の生産)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 山形村の<u>稲作</u>は、<u>明治 42 年 (1909) の岩手県統計に初めて 1.9 町自作地</u>として掲載されているが、大正末期まで推移はなかった。 山形村は高地寒冷地であるため稲作は不向きといわれてきたが、--(略)--努力のこいがあるが、<u>昭和のはじめになってようやく稲作は普及</u>していった。</li> </ul> <p>(麦の生産)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ところで、畑作物のうち、<u>麦の栽培についてはあまり多くない</u>。 ただ、文政元年 (1818) 8 月には、霜畑・小国村から日損により諸作が皆無となった際に、<u>麦作に言及し麦は至って不作であり、大根・蕪生えず、蕎麦は種もないと報告</u>されているので、<u>麦の栽培も行われていたことには間違いない</u> (同年 8 月 4 日条八戸藩勘定所日記)。</li> <li>● <u>明治後期に九戸郡の麦作は、農生産の第 3 位</u>を占めていた。生産高は 20, 240 石--(略)--で大豆に次ぐ重要産物であった。 <u>山形村</u>の大正 10 年 (1921) における麦の作付反別は 185. 0 反で、昭和 8 年 (1933) までほぼ横ばいで経過し、昭和 9 年 (1934) になると 193. 3 反に増反している。<u>収穫量は 大正 14 年をピーク</u>にして昭和初期になって減少し、昭和 25 年には 895 石と激減している。</li> </ul>	

平成 21 (2009) 年 山形村誌 第 1 卷 (民俗編) 序編 今なお山に暮らし 第 1 編 山のなりわい	
<p>(厳しい稲作環境)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 初夏から夏にかけて沿岸地域に吹く「ヤマセ」と呼ばれる冷たくて湿った北東風は、山形村にも吹いた。また、水田の立地条件も悪かったために、<u>水田での稲作は限られた一部でしか行われていなかった。水田は皆無に近い状態</u>だったと言ってもいい。<u>この状態が変わるのは、終戦後の食糧増産</u>という国策によって、開田工事が進められるとともに、--(略)--終戦後の昭和 20 年代の後半から盛んになった。</li> <li>● <u>小学校社会科副読本『新訂 わたしたちの山形』</u>(昭和 61 年 1 月 山形村教育委員会発行) には、米作りについて、次のように記述されている。 山形村では、米がつけられる前は、畑に、ひえ・あわなどをまき、ひえごはん・あわもちにして食べていました。どうしても米のごはんが食べたくて、<u>大正のはじめに米をつくってみました。ほとんどみませんでした</u>。それでもくふうして、<u>大正のおわりごろから米がみるようになりました</u>。 また、沢水をあたためて用水にするなど、米づくりをいろいろくふうしたので、<u>昭和 43 年、ついに、山形村のたちが食べられるだけの米がとれるようになり</u>、余った米は農協に売りに出せるようになりました。</li> <li>● 『昭和 13 年版 山形村誌』の「第三章 産業 二 農業」には、限られた場所ではあったが、<u>大正時代から稲作が行われていた</u>ことが記録されている。 <u>昭和 10 年 (1935) 前後</u>の山形村の稲作の実態については、「現在に於ては、水田 三十余町歩の多きに達し、尚、漸次栽培地の拡張を見るべきも<u>其の産額、村内需要額の半額にも達しない</u>」と記録されている。</li> </ul>	

### 3 「まめぶ」の由来、語源等

#### (1) 「まめぶ」が生まれた背景・時期

##### ① 「まめぶ」が生まれた背景

- 「まめぶ」の由来について、「江戸時代に、凶作に備えるために「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」というご法度が出され、晴れ食に麺類を作ることができなくなり、その代わりに、小麦をだんご状にして食べたのがはじまり」という言い伝えがある。

この言い伝えにある「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」という具体的な禁止の令達文書が、実際に発せられたのかどうかについては、南部藩、八戸藩の古文書等から確認することはできなかった。

- しかしながら、旧山形村を含む岩手県北地域は、「ヤマセ」の常襲地帯であり、旧山形村を所領する八戸藩が盛岡藩から独立した寛文5（1665）年以後を見ても、4～5年に1回の割合で凶作に見舞われており、飢饉対策として、具体的な品目の明示はなくても、衣食住全般にわたる「儉約令」、「ぜいたく禁止令」が幾度となく発せられていた。

また、「儉約令」、「ぜいたく禁止令」の有無にかかわらず、地域の人々は、厳しい自然条件のもと、貴重な食料を無駄にすることなく、「ぜいたく」とは無縁の日々を過ごしていたはずである。

- このような厳しい自然環境・社会環境・食料事情の中で、年とりや、正月、結婚式などの行事の日は、日常は食することのできない料理をいただくことのできる大きな楽しみのひとつであり、その特別な日にふさわしい料理として、旧山形村の人々は、地元で手に入る食料をうまく工夫して「まめぶ」を生み出したものと考えられる。
- 『南部藩の御法度があつて、麺類などの代わりとして「まめぶ」が生まれた』という言い伝えは、厳しい自然条件や、食料事情、過酷な農民統制など当時の旧山形村の人々の暮らしが「まめぶ」誕生の背景にあったということ物語るものではないかと考えられる。

#### 【参考資料】

##### 《由来・言い伝え》

- ・平成3（1991）年 百年前の晴れ食とくらし（山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター）
- ・平成27（2015）年 山形村誌第3巻（通史編）第5編 近現代 第4章 平成期の動向 第1節 平成期の山形村
- ・平成27（2015）年 平成27年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ（久慈農業改良普及センター、農業普及技術課）

##### 《江戸時代の農民統制、凶作・飢饉》

- ・平成15（2003）年 近世前期における「儉約令」の全国的展開とその特質（朴 晋燦 著 京都大学）
- ・平成16（2004）年 凶説 久慈・二戸・九戸の歴史（郷土出版社）
- ・平成18（2006）年 近世農民生活史（児玉 幸多 著 吉川弘文館）
- ・平成25（2013）年 山形村誌 第2巻（史料編：近世）（久慈市）

## ② 「まめぶ」が生まれた時期

○ 「まめぶ」がいつの時代から食されていたのか、それを示す文献資料はないが、次のような事実、状況等から推測すると、「まめぶ」の誕生・定着は、少なくとも、明治以前の江戸時代までさかのぼることができると考えられる。

① 「まめぶ」の由来として、前述のとおり「江戸時代に、麺類や蕎麦切りを禁止する令達があったことがきっかけ」という言い伝えがあること。

② 平成3年(1991)1月に、山形村生活改善協議会が、村制百年(明治22年(1889)7村合併で山形村誕生)と、同協議会十周年(昭和55年(1980)結成)を記念して、百年前(明治初期～中期)の山形村の晴れ食について、地域のお年寄りから聞き取り調査などをしてまとめた「百年前の晴れ食とくらし」を刊行した。

この資料の体験談には、「私の母は明治17年生まれで、--(略)--これまた万延元年生まれの私から見れば祖母にあたる人からゆずり受けた手料理--(略)--」や「生きていれば百才を越えた親のやり方から」といった記述もあり、明治初期の実際の「晴れ食」を伝えているものと言える。

「まめぶ」に関する部分としては、年とりや、元日、嫁とり、はしとらせ、葬式用の「お膳」(写真・図)に並べられており、また、「山形村あじごよみ」(行事食)の「特に使われる食器又は献立」には、女の年とり(旧1月15日)、すすはき(旧12月26日)、年とり(12月31日)の欄に載っており、「まめぶ」は、明治時代の初期にはすでに、旧山形村の「行事食」、「晴れ食」として定着していたものと考えられ、定着するまでの期間を考えれば、「まめぶ」という料理ができたのは、明治以前と考えられること。

③ 江戸時代に、旧大野村(現:洋野町)の名主で、豪農であった「晴山家」の年中行事に関する覚書の中に「まめぶ」に似た料理とされる「つぼっこ」が記されていること。

### 【参考資料】

#### 《百年前の晴れ食》

・平成3(1991)年 百年前の晴れ食とくらし(山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)

#### 《晴山家の年中行事に関する覚書》

・平成17(2005)年 大野村誌 第1巻(民俗編) 第4編 暮らしの様子(大野村)

・平成21(2009)年 大野村誌 第3巻(史料編2) 晴山家文書(大野村)

### 《百年前の晴れ食》

平成3(1991)年 百年前の晴れ食とくらし (山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)

The image contains two diagrams of food items. The left diagram is for '元日' (New Year's Day) and the right is for '年とり' (Year-taking). Both diagrams show various food items in circles, with '豆ぶ' (Mamebu) circled in red in both. The '元日' diagram includes items like 'お煮豆', '黒豆', '白米飯', 'クルミ', '栗餅', '酢の物', and '豆ぶ'. The '年とり' diagram includes items like '生揚げ', '焼き魚', '天ぷら', '豆ぶ', 'みそ汁', 'お吸い物', and '山女'.

## (2) 「まめぶ」が一部地域に限定されている背景・事情

- 旧山形村と同じような地理的条件、気象条件等にあった岩手県北地域の中であって、「まめぶ」が、旧山形村と周辺の一部地域にだけ限定されて、受け継がれてきたのは、次のような背景・事情によるものと考えられる。

### ① 農業生産～米・小麦生産

岩手県北地域は、全体としてみれば、基本的には、畑作地帯であるが、それぞれの地域における農業生産、農作物（得られた食材）は、立地条件によって異なっている。

山形地域は、気象条件、地形的にも稲作の立地条件が悪く、江戸時代における八戸藩の各地域の水田率（元禄10年（1697）資料）を見ると、八戸藩全体が57.6%、九戸郡軽米通が37.3%、山形地域を含む久慈通が52.7%であり、それと比べて、山形地域の水田率は3.0%と、ほとんど水田のない地域であった。

《表2 元禄10年（1697）郷村御内所高帳の石高（通別ごとの水田化進捗率）（山形村誌第3巻）》

地域	八戸藩 (計)	三戸郡	九戸郡		旧山形村(山形地域)					
			軽米通	久慈通	計	南山形	戸呂町	川井	繫	荷軽部
田率%	57.6	55.0	37.3	52.7	3.0	0.5	9.3	0.0	0.0	11.3
畑率%	42.5	45.0	62.7	47.3	97.0	99.5	90.7	100.0	100.0	88.7

このような状況は明治時代に入っても続き、昭和になってようやく稲作が普及し、村の人々が米を食べられるだけの米がとれるようになったのは昭和43年だったという。

米がほとんど穫れない期間が長く続く中で、行事や冠婚葬祭を彩る食事として、地元で生産される小麦や、クルミ、野菜を使った「まめぶ」が、山形地域に、しっかりと根付き、定着していった。

- 山形地域以外の地域では、米がある程度生産・調達できるような状況（自家で消費できる状況）であったことから、県北地域でも「最高の晴れ食」であった白米のご飯やもちなど米を使った料理が、年とり、正月や、冠婚葬祭の「晴れ食」、「行事食」として食されたものと考えられる。

### ② 行政区域～八戸藩・久慈通

- 旧山形村は江戸時代、八戸藩の久慈通という行政区域に属しており、各集落はそれぞれ山・峠が境になっており、また、隣接地域とも、山々で隔てられた地形となっている。

村内には、各集落を結ぶ街道や、内陸・沿岸に通じる久慈街道、野田街道が通っており他地域との様々な交流は行われていたが、生活圏的なまとまりとしては「久慈通山形」あるいは「久慈山形通」と呼ばれていた旧山形村の地域であり、生活のしきたりや食習慣などの広がりはこの地域内が基本であったものと考えられる。

- ◆ 「まめぶ」に似た「つぼっこ」が伝わる久慈市大川目町、旧大野村は、山形と同じ「久慈通」
- ◆ 「まめぶ」が伝わっていない隣接の九戸村、葛巻町は「軽米通」
- ◆ 山形地域と同様に米が穫れなかった、山を挟んだ隣接の「山根地区」は盛岡藩

- なお、「まめぶ」の作り方は、自分の母親ではなく、嫁ぎ先の姑から教えてもらったと  
 のことであり、「まめぶ」を作る習慣のない村外の家に嫁げば、その家のしきたりで年と  
 りや正月の準備をすることとなり、村外に「まめぶ」が広がらなかった一因であると考え  
 られる。

【参考資料】

《農業生産》

- ・平成 27 (2015) 年 山形村誌 第 3 卷 (通史編) 第 4 編 近世 第 2 章 八戸藩時代の山形
- ・平成 21 (2009) 年 山形村誌 第 1 卷 (民俗編) 序編 今なお山に暮らし 第 1 編 山のなりわい

《行政区域》

- ・平成 27 (2015) 年 山形村誌 第 3 卷 (通史編) 第 4 編 近世 第 2 章 八戸藩時代の山形
- ・昭和 51 (1976) 年 久慈市山根の民俗 (久慈市教育委員会)

◆ 「かけ」、「はっ」との由来・言い伝えについて ◆

- 「まめぶ」の言い伝えと同じように「食べてはいけない」という法度 (禁止) が、「かけ」や  
 「はっ」との由来・言い伝えの一つとして残っている。

これらも、「まめぶ」と同様、江戸時代の人々が様々な規制、制約の中で、いろいろ工夫しながら  
 少しでも素材を生かした食事を作ろうとしたことを伝える逸話と言えるのではないだろうか。

昭和 58 (1983) 年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにゃとやら編纂委員会)

(そばかけ・かけぱっと)

- 「かけ」の語源は、「角形 (かけい)」または「かけら」からくるといわれる。  
 「はっ」との名の由来は、延喜式の文中の「薄飩 (はくとん) からくる説と、南部藩が、農民  
 にはぜいたく過ぎると 御法度 にしたという説が伝えられている。

(柳ぱっと)

- かつて南部領において、切りそばを庶民にはぜいたく品として 御法度 (禁制) にした時代、この  
 柳ぱっとは、そばの粉をねって棒状にし、手のひらで押して柳の葉の形にしてゆでたもので、切り  
 そばのように手数を要しない簡易整形法であるため、御法度にふれずに食べられるという点、アイ  
 デア製品であり、為政者に対するささやかな反骨精神と、たくましいユーモアを感じとることがで  
 きる。

昭和 59 (1984) 年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事 (社団法人農山漁村文化協会)

(そばはっとう・そば切り)

- そばはっとう (そば切り) は最高の晴れ食で、卵でつなぎ、念入りに手打ちそばとしてつくる。  
 手がかかりぜいたくとのことで、南部藩で 御法度 (禁止) にしたので、はっとうの名があるともい  
 う。

うちの郷土料理 (農林水産省食文化室)

(かけ：青森県南部地方)

- 昔、南部藩の殿様がこの地でそばを食べたところ大変おいしく「このようにうまいものを庶民は  
 食べてはならぬ」と ご法度 にしたため、人々は、そばをつくるときに出る切れ端を三角に切って練  
 り味噌をつけて食べたのがはじまりという。

(はっとう汁・はっとうじる：宮城県北地域)

- 当初、「はっとう」は米の代用食であったものの、長年の工夫でより美味しい食べ物となり、好ん  
 で食されるようになった。ところが、登米地方を治めていた領主は、農民が米づくりを疎かにする  
 のではと心配し、この料理をハレの日以外に食べることを 禁止「法度」 するようになり、それ以来  
 「はっとう」と呼ばれるようになったともいわれている。

表3 久慈市山形町の近隣地域における行事食（主なもの）《昭和初期》

- ◆ ほとんどの地域で「行事食」として食されているのは、米（白米飯、餅）と煮しめ
- ◆ 「まめぶ」、「つぼっこ」が食されているのは、旧山形村、久慈市（大川目町）、旧大野村

地 域	1月 正月（元旦）	12月 年とり
県北一般	白米飯、尾頭付き魚、煮しめ、そばはつと、豆腐料理、雑煮、山菜料理、天ぷら、なます、黒豆、濁酒	餅、白米飯、煮しめ、魚、煮豆、山菜など多くの郷土料理。夜食として、煮栗など
久慈市 （旧山形村）	白米飯、クルミ、栗餅（すまし）、黒豆、酢の物（大根、ニンジン）、まめぶ、煮（焼き豆腐、ゴボウ、ニンジン、フキ）、昆布巻	白米飯、酢の物（大根、ニンジン）、酒、みそ汁、ぜんまいのクルミ和え、まめぶ、天ぷら、生揚げ、焼き魚（マス） 〈二の膳〉お吸い（山女）、口取り（羊かん、スルメ、卵）
久慈市 （旧久慈市）	つぼ（干しハモ、岩ノリ、乾し椎茸、ニンジン、ゴボウ、焼き豆腐、こんにゃく）…漁家で正月や祝い膳に作られた煮物。【侍浜】 ほっきなます、アワビのお吸い物、煮しめ、つぼっこ【大川目】	けえの汁（11/24の大師講の日、大師様のお年とり）に神様に備える「大師講粥」と一緒に食べる汁。小正月料理のひとつ。 はものお吸い、煮しめ（はも）
洋野町 （旧大野村）	白米飯、煮しめ、栗餅、雑煮餅、豆腐料理、山菜料理、黒豆、お頭付き魚、そばはつと、てんぷら、なます等	白米飯、けんちん汁、焼魚、クルミ餅、蕎麦切り、豆腐、稗しとぎ、お供え、御神酒、餅（7種類の御馳走）
洋野町 （旧種市町）	白米飯、雑煮（鶏肉、人参、ゴボウ、凍豆腐） 煮しめ（ハモ、焼豆腐、人参、ゴボウ、コンニャク、フキ）	白米飯、煮、煮豆、お頭付魚、刺身
野田村	クルミ餅、キジ汁、サケの新巻、イクラと大根のなます、昆布煮、刺身	サケの新巻、アワビ、ホッキ・魚のお吸い物、白飯、刺身、数の子、茶わん蒸し
普代村	煮、赤飯、餅（小豆、きな粉、クルミ）、雑煮（すまし汁）、昆布巻（身欠きにしんを巻く）、大根なます、天ぷら（干柿、人参、ゴボウ、さつま芋、ビスケット）、黒豆の煮物、タコの酢漬	大根なます、クルミ和え（ふき、夕顔）、煮、刺身（アワビ等）、焼き魚（サケ・マス） タラ菊汁、お吸い物（アワビ等）
軽米町	白米飯、雑煮、もち（くるみ、ごま、じゅうね（えごま）、納豆、きなこ、あめもち）、平目などの煮つけ、カレーやたらのお吸い物、尾頭付きの魚、ニシンの昆布巻き、きんぴらごぼう、タコの酢の物、大根とにんじんのなます、黒豆、山菜料理、豆腐料理、つぼ（野菜などが入った煮物に団子を入れたもの）、するめ、ようかん	そばはつとう、尾頭付きの魚（なめたがれい、さが）、煮つけ、塩びきさけ、なまこの酢の物、白菜のおひたし、もち（あんこ、くるみ、きなこ）、白米飯、天ぷら、お吸い物、甘煮、栗、山菜料理など、御神酒
九戸村	ぞう煮（けんちん汁にもちを入れる）、米飯、けんちん汁（人参、ごぼう、生豆腐、こんぶ、大根）、すまし汁、納豆、タコ刺身	白米飯、吸物（たら、凍豆腐、ネギ）、新巻きさけ、なます（大根、人参、ゴマ）、供え餅、ごんぼけあーば餅（山ごぼうの葉を干して餅に入れてついたもの）、小豆あん、くるみ、ごま、きなこ、納豆餅、水あめ
葛巻町	煮しめ、くるみもち、小豆もち、丸大根の漬物、ガックラ漬け、そば、山菜料理、なます、寒大根の煮物、干菜汁	くるみもち、煮しめ、丸大根の漬物、ガックラ漬け、山菜料理、なます、そば、寒大根の煮物、干菜汁



地 域	結 婚（嫁とり）	仏 事（葬式）
久慈市 (旧山形村)	《本膳》 白米飯、お吸い（焼きふ、揚豆腐、三ッ葉）、きのこなます、ウルの白和え、 <b>まめぶ</b> 酢の物（大根、ニンジン）、煮豆（小豆、ササゲ）、 <b>煮</b> （豆腐、しいたけ、ごぼう、ニンジン）、焼魚 《二の膳》 そば、発吸い物（うどん、切り豆腐、とろろ、ネギ）、ゆりの根とすき昆布の煮つけ、栗の餅（あんこ）、お口取り（スルメ、天ぷら、シソ、豆腐、柿の葉、しいたけ）	白米飯、ウルの漬物、みそ汁（豆腐、三ッ葉）、酢の物（赤カブ）、 <b>まめぶ</b> <b>煮</b> （豆腐、フキ、ニンジン、きのこ、ゴボウ、昆布）、油揚げ豆腐
久慈市 (旧久慈市)	<b>煮しめ</b>	<b>つぼっこ</b> 【大川目】、 <b>煮しめ</b>
洋野町 (旧大野村)	白米飯、 <b>煮</b> 、蕎麦切り、焼魚、吸い物	白米飯、精進料理、 <b>つぼっこ（まめぶ）</b>
洋野町 (旧種市町)	白米飯、吸い物、 <b>煮</b> 、お頭付魚、刺身	白米飯、精進料理、はっとう
野田村	赤飯、尾頭付き魚、タコ、 <b>煮しめ</b> 、ホッキのなます、マグロの紅白刺身、ナマコ、羊かん、茶わん蒸し、イカの五目酢締め、そば、あんこもち、	こんちゃんくの刺身、クルミ和え（黒きのこ）、かんぴょう、 <b>茶飯</b> 、 <b>くるみごはん</b> 、油揚げのおせち、 <b>けいらんのお吸い物</b> 、天ぷら、酢の物
普代村	《本膳》 腹合わせ（メヌケ）、クルミ和え、刺身、天ぷら（人参、ゴボウ、さつま芋、菊の葉、干柿）、漬物（大根・大漬け）、酢の物（人参・大根 or なまこ or ほやきゅうり）、吸い物（アワビ or タラ or マス） 《二の膳》ソバ or うどん	<b>黒飯</b> （赤飯）or <b>白飯</b> 、味噌汁（一分豆腐、ネギ）、酢の物（だいこん・ごま）、 <b>煮</b> （焼き豆腐、フキ、人参、きのこ、ゴボウ）、お吸い物（油揚げ豆腐）、天ぷら（人参、ゴボウ、ユキノシタ）
軽米町	《本膳》 刺身、天ぷら、酢の物、お吸い物、煮つけ、魚 《二の膳》 北寄貝の酢の物、タラ汁、貝の甘煮、茶碗（クワイ芋、鶏、シイタケ、春雨）、大引等 〈お刺身〉まぐろ、ひらめ等 〈お吸い物〉ぼら等 〈小井〉水貝等 〈大引〉魚 〈五つ盛り〉（折入） かまぼこ、寄せ物、錦玉子、数の子、ネーブル 〈焼き魚〉さが等 〈中皿〉あんかけ等 〈小皿〉 数の子等 〈お吸い物〉 〈七つ盛り〉かまぼこ、だて巻き、タイ、バナナ、栗きんとん等 〈小皿〉焼きホヤ甘煮等 〈茶碗蒸し〉〈硯蓋〉お土産になるもの これが三日三晩続いた	〈通夜〉 麦粉を丸く平らな餅にして串に刺してくるみ味噌をつけたカバヤキ餅を食べる 〈葬式〉 そば餅を四十八個作る
葛巻町	天ぷら、なます、 <b>煮しめ</b> 、お吸い物、茶わん蒸し、キジそば、 <b>赤飯</b> 、 <b>もち</b> （小豆、くるみ）漬物、すき昆布の煮つけ	天ぷら（野菜、山菜、しいたけ）、お吸い物、なます、 <b>味付けご飯</b> （にんじん、ごぼう、こんにゃく、きのこ）、そば、山菜のおひたし、漬物、へっちょこ団子（きびだんご）、田楽豆腐

- ※※出典 1 「なにやとやら 岩手県北地方の伝統食を探る」（昭和 58 年） 県北一般：昭和 10 年代  
2 「百年前の晴れ食とくらし」（平成 3 年） 旧山形村：明治時代  
3 「各市町村への文書照会調査」（令和 3 年 10 月） 旧山形村を除く市町村：明治～昭和 20 年代  
(各市町村によって調査・把握時点が異なる)

### (3) 「まめぶ」の語源

#### ① 名称の由来

- 「まめぶ」の語源については、さまざまな説があるが、そのいずれの説明も、「まめぶ」の特徴や成り立ち、「まめぶ」に込めた地域の人々の思いなどが感じられる。
  - ◆ だんごが、まり麩に似ていることから「まめぶ」と呼ばれ、これが後に麩がなまって「まめぶ」となった。
  - ◆ まめまめしく（豆々しく、忠実忠実しく）、健康で達者に、また無事に暮らせるようにとの願いが込められている。
  - ◆ 豆ぶの「豆」は、小麦粉を豆のような形に整形するところからきている。「豆富」という字を当てることもある。
  - ◆ 豆粒大の大きさに作ることからこう呼ばれている。
  - ◆ 昔は、小麦だんごの中に、大豆が入っていた。

#### ② 家族の願いが込められた「まめぶ」

- 「まめぶ」は、年とりや正月、結婚や仏事など、一年を通じて大切な日の特別な食事であったが、特に、年末（12月25日頃）に、家を綺麗にして正月を迎えるために「煤掃き」を行い、家中の煤を払い落とし、清々しい気持ちで新年を迎える準備が整ったあとに、家族みんなで食べる食事が「まめぶ」であった。
- 「まめぶ」作りは、クルミを割って、実を取り出し、そのクルミを包んで団子を作り、鍋を吊るして調理するまで、おじいさん、おばあさん、お父さん、お母さん、そして子供たちが、家族ぐるみで、「1年を無事に過ごせたことへの感謝と、新しい年も良い年であるように」との願いを込めて、大変手間のかかる作業を、手分けして、力を合わせて作る。
- 「まめぶ」の由来・語源の一つにある『忠実忠実（まめまめ）しく、健康で達者に暮らせるようにとの願いが込められている』という説は、そのような家族の平穏を願った料理であることを物語っている。

また、そのような願いを込めて、毎年、家族が力を合わせて作った「まめぶ」だからこそ、人々の心の拠り所となる原風景の一部となって、ごく自然に、当たり前のように、ふるさとの食として、今日に至るまで、家庭や地域の中で根付いているものといえる。



### ③ 「まめぶ」と「まめぶ汁」・「豆ぶ汁」

- 「まめぶ」は、各資料によって「まめぶ」や「まめぶ汁」、「豆ぶ汁」といった異なる表記の使い方が見られるが、「まめぶ」の料理の内容や、料理方法が異なっていることによって、異なる表記を使用しているものではない。

年代的に見ればNHK連続テレビ小説「あまちゃん」が、有名になった後は「まめぶ汁」という表記が多い傾向が見られるが、これは「まめぶ」という表記では、どのような料理なのかわかりづらいので「まめぶ」をイメージしやすいように「まめぶ汁」という表記を使ったものと考えられる。

- なお、「まめぶ」は、もともと「ツボ」（煮物）として作られてきた（本膳料理の坪：煮物）ようであり、「汁もの」ではない「まめぶ」であったと考えられる。
- 本調査では、山形村誌、久慈市リーフレット、「食の匠」等と同じく「まめぶ」という表記を使用することとするが、表記を「まめぶ」に統一することとするが、「まめぶ汁」の方が説明しやすい場合には「まめぶ汁」の表記を使用するなど、その時々状況に応じて標記の仕方が異なっても良いのではないかと考える。

《表4 各資料（年代順）における「まめぶ」・「まめぶ汁」・「豆ぶ汁」の使い方》

豆ぶ汁	昭和 51 (1976) 年	岩手の郷土食—高校生と教師のレポート集—
豆ぶ汁	昭和 57 (1982) 年	東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書
豆ぶ汁	昭和 58 (1983) 年	なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る
豆ぶ汁	昭和 59 (1984) 年	日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事
まめぶ	昭和 61 (1986) 年	山形村味ごよみ
まめぶ	平成 3 (1991) 年	百年前の晴れ食とくらし
まめぶ	平成 8 (1996) 年	平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ
まめぶ	平成 12 (2000) 年	食の匠 岩手の食文化発信
まめぶ	平成 15 (2003) 年	郷土食とうほく読本
豆ぶ汁	平成 20 (2008) 年	未来へ伝えたい「いわての郷土料理」
まめぶ	平成 21 (2009) 年	山形村誌第 1 巻 (民俗編)
まめぶ	平成 22 (2010) 年	久慈地域の食の匠
まめぶ	平成 23 (2011) 年	食べよういわて 伝統食と食の匠の技
まめぶ	平成 27 (2015) 年	山形村誌第 3 巻 (通史編)
まめぶ	平成 27 (2015) 年	平成 2 7 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ
まめぶ	令和元 (2019) 年	伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの
まめぶ		久慈市のまめぶのリーフレット (HP)
まめぶ		久慈地方の郷土食 (久慈農業改良普及センターHP)
まめぶ		郷土料理編 (いわての文化情報大辞典 HP)
まめぶ		郷土料理ものがたり (全国津々浦々に伝わる古里の味 HP)
まめぶ汁		まめぶ (まめぶの家 HP)
まめぶ汁	平成 27 (2015) 年	久慈市山形町の郷土料理「まめぶ汁」にハマる (旅ぐるなび HP)
まめぶ汁	令和 2 (2020) 年	食文化を旅する (日本食文化観光推進機構 HP)
まめぶ汁	平成 28 (2016) 年	せたがや日和 (世田谷自然食品 HP)
まめぶ汁		「久慈まめぶ部屋」のリーフレット (HP)

#### 【参考資料】

##### 《まめぶの語源》

- ・昭和 57 (1982) 年 東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書 (日本豆類基金協会)
- ・昭和 58 (1983) 年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにゃとやら編纂委員会)
- ・平成 8 (1996) 年 平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
- ・平成 15 (2003) 年 郷土食とうほく読本「まめぶ」(読売新聞東京本社地方部編)
- ・平成 22 (2010) 年 久慈地域の食の匠 (久慈農業改良普及センター)
- ・平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻 (通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向 第 1 節 平成期の山形村
- ・令和元 (2019) 年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの (社団法人農山漁村文化協会)

##### 《まめぶに込めた思い》

- ・平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 3 章 風習 第 1 節 年中行事
- ・令和 3 年 9 月 27 日 第 1 回「まめぶ」有識者会議 ・令和 3 年 11 月 13 日 山形歴史街道「まめぶ」講座

### (3) 「クルミや黒砂糖を包んだ小麦団子」が生まれた事情

- クルミや黒砂糖を使った汁ものの料理は珍しくどのような事情・経緯があったのか、「まめぶ」の材料や類似料理を調べてみる。

《表5 くるみ、黒砂糖を使った汁もの 令和元年「伝え継ぐ 日本の家庭料理」(一般社団法人農山漁村文化協会)》

食 材	汁もの全体 (92 品) うち だんごの汁 (9 品)
鬼ぐるみ(山ぐるみ)を使用	3 品 (まめぶ、岩手のけいらん岩手、秋田のけいらん)
黒砂糖を使用	2 品 (まめぶ、岩手のけいらん)

#### ① クルミ

- 久慈市山形町のお年寄りの中には、今でも「とても美味しい」ということを「クルミの味がする」と言う方がいる(岩手県内の他地域においても同様のようである)。

魚料理を食べて美味しいときも「クルミの味がする」と、肉を食べて美味しいときも「クルミの味がする」と言うように、昔は「クルミ=美味しい」という意味だった。

- 美味しい味の代名詞ともなっているクルミ(鬼グルミ、山グルミ)は、地域の人々にとっては、栄養的にも豊富な貴重な食料であり、昔は、山形地域の川沿いにたくさん自生しているクルミを、二百十日までは地主が取って、それ以後は、村の人がこぞってクルミを木から落とし、下流で拾い集めていたという。

このような身近で手に入る美味なクルミを用いて、年とり、正月、結婚や仏事など特別な日にいただく大事な美味しい「ごちそう」を作るために、クルミを小麦粉で包んだ「まめぶ」が生まれた。

#### ◆久慈市山形町とクルミについて◆

- クルミ(胡桃)は「昭和13年版 山形村誌」では、「山形村の名物」の一つに挙げられており、久慈市山形町においては、昔からクルミを大切な食材として利用してきた。

「百年前の晴れ食とくらし」の中では、「まめぶ」のほかに、数々のクルミを使った料理が掲載されており、また、クルミを使った餅としては、かます餅、ほど餅がある。

(「百年前の晴れ食とくらし」に掲載されているクルミ料理)

- ・まめぶ ・ぜんまいのクルミ和え(年とり) ・切り餅につけるクルミ(元旦)
- ・コウタケのクルミ和え(初七日) ・キクラゲのクルミ和え(元服祝、はしとらせ)

- クルミは、昔(50~60年前まで)は、二百十日が過ぎた頃、クルミ拾いが解禁(始まり)となり、集落の大人から子供たちまでが集まって、地域の一つの行事、イベントとして行われた。

クルミ拾いは、クルミを木から落とす専用棒(各家庭で作った先端が二股に分かれた木の長い棒)を持ち、木からクルミを落としたり、地面に落ちているクルミを拾って集めた。

主に川沿いにあるクルミの木から落とすため、川に落ちたクルミは子供たちが、タモ(虫取り網・ざる)で拾って、集めたりした。

集めたクルミは、バケツなどに入れて表面の外皮が取れやすくなるまで腐らせ、クルミの実から外皮が取れやすくなった頃、また、みんなで集まり、叩いて外皮をはがした。

はがした外皮は、集めて近くの川に流し、クルミの外皮の毒素により、川魚が弱り、浮かんできたところをタモですくい(毒流し漁)、その場で、火を起こして炭で焼いて、慰労会が行われた。

外皮をはいだクルミは、天日干しで乾かし、正月などの行事食に使われたが、このような行事を行う中で、子供たちが自然にクルミ拾いを遊びの一環として楽しみ、「まめぶ」の団子づくりの際には、「自分が拾ったクルミ」として、率先して作業に加わる子供もいたという。

## ② 砂糖

- 「まめぶ」に使用する材料のうち、地元の食材でないものは、だし昆布や煮干しといった海産物以外では、黒砂糖だけである。

実際に、黒砂糖が一般に手に入るようになったのは明治の中頃と言われており、それ以前に一般の人々が入手することは困難であっただろうから、「まめぶ」ができた当初には、小麦団子の中に「黒砂糖」は入っていなかったものと考えられる。

- その後、時代の経過とともに、貴重だった砂糖が普及し、手に入りやすくなっていく中で、山形地域の人々は、甘く美味しい「砂糖」を使うことによって、特別な日の、特別なごちそうである「まめぶ」を、さらに美味しくするために、「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」を作り出したと考えられる。

### ◆砂糖が旧山形村に入ってきた時期・ルートについて◆

- 砂糖は、資料によれば、九戸地方に江戸時代にも入荷しているという記録があることから、旧山形村にも、江戸時代に砂糖が入っていた可能性はあるが、当時は大変貴重だった砂糖を食することができたのは、裕福な旧家等ごく一部に限られていたと考えられる。
- 砂糖が旧山形村に入った経路についてであるが、旧山形地域の交通ルートは、陸路は、各集落間を結ぶ街道や、久慈街道（繋から久慈三日町ルート、戸呂町から久慈三日町ルート）、野田街道があり、久慈街道は八戸藩内の「塩の道」、野田街道は南部藩内の「塩の道」として、八戸、鹿角、盛岡など村外との経済交流の道、内陸と沿岸の文化交流の道として大きな役割を果たしていた。  
また、海上交通は直接的ではないが、街道でつながる先に、八戸湊、久慈湊などがあり、東廻り航路で、江戸や箱館等との交易で、様々な物資の移出入が行われ、たとえば、天保4年(1833)の文献には、江戸や大阪からの積荷の中に「玉砂糖」の記述が見られる。
- 「まめぶ」有識者会議や山形歴史街道「まめぶ」講座(令和3.11.13)では、委員や参加者から、商人(業者)が「塩の道」の野田街道や久慈街道を通じて運んだという話や、村人が、隣村の葛巻や久慈に買い出しに行った際に調達したなど、様々な意見が出されたところであるが、旧山形村の交通事情・役割を考えれば、様々なルート、手段を辿り、旧山形村に砂糖が入ったものと思われ、いずれの意見もそのとおりであったものと考えられる。

### 【参考資料】

#### 《クルミ》

- ・昭和13年版 山形村誌(岩手県教育会九戸郡部会第三支会)
- ・県産食品を考える 盛岡短期大学部 学部長(教授) 千葉 俊之
- ・令和3年9月27日 第1回「まめぶ」有識者会議

#### 《「まめぶ」が旧山形村に入ってきた時期》

- ・昭和44(1969)年 九戸地方史 上 (森 嘉兵衛)
- ・平成3(1991)年 百年前の晴れ食と暮らし(山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)
- ・平成21(2009)年 山形村誌第1巻(民俗編) 第2編 山の暮らし 第1章 衣食住 第2節 食
- ・平成27(2015)年 平成27年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ(久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
- ・平成27(2015)年 山形村誌第3巻(通史編) 第5編 近現代 第4章 平成期の動向 第1節 平成期の山形村
- ・令和3年9月27日 第1回「まめぶ」有識者会議
- ・令和3年11月13日 山形歴史街道「まめぶ」講座

#### 《砂糖の歴史》

- ・昭和57(1982)年 日本の食文化大系 第1巻 食生活の歴史(瀬川 清子 著 東京書房社)
- ・日本食文化の醤油を知る(村岡 祥次)

#### 《陸上交通》

- ・平成27(2015)年 山形村誌(通史編) 第4編 第2章 第10節 山形の交通・運輸 (久慈市)

#### 《海上交通》

- ・昭和45(1970)年 九戸地方史 下 (森 嘉兵衛)
- ・平成4(1992)年 野田村誌(通史、史料) (野田村)
- ・平成25(2013)年 八戸市史 通史編Ⅱ 近世 (八戸市)
- ・令和3(2021)年 探求 八戸藩と南部の歴史 (三浦 忠司 著 八戸の歴史刊行会)

◆「まめぶ」と他の郷土料理などとの関係について◆

◀「まめぶ」と「けいらん」▶

- 岩手県北地域における「粉食」の郷土料理は、「まめぶ」のほかに、「かけ」、「はっと」、「ひつつみ」などのほか、江戸時代に南部藩に伝わったとされる「クルミと黒砂糖」などが入った鶏卵の形をした米粉のだんごを椀種にした「けいらん」という吸い物があるが、クルミや黒砂糖を使った汁ものの料理は全国的にも珍しい。
- 「けいらん」は、山形地域においても、明治初期の頃、全域ではないにしても、一部の集落や家庭では、「まめぶ」とともに食されたことを示す資料があることから、「クルミや黒砂糖を包んだまめぶ」ができあがる過程の中で、「けいらん」を参考にしたのではないかとの推測も考えられるが、それを裏付けるような、また、その可能性を示唆するような資料等は見つからなかった。

◀「まめぶ」と「湯圓」▶

- 中国には、「湯圓（タンユエン）」という「元宵節」（日本の小正月）に食べる料理があり、「まめぶ」は小麦粉、「湯圓」はもち米粉という違いはあるものの、具の中に「クルミや黒砂糖」が入った団子という共通性が見られるが、「まめぶ」と「湯圓」を結びつけるような資料は見つからなかった。
- なお、「けいらん」は「室町時代、中国から伝来した吸いものが、禅宗の精進料理になった」という言い伝えがあり、その中国から伝わった吸いものが「湯圓」のような料理だった可能性はあるが、この点についてもそれを裏付ける資料は確認できなかった。

【参考資料】

◀まめぶとけいらん▶

- ・平成8（1996）年 平成8年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ 平成27（2015）年山形村村誌第3巻（通史編）
- ・平成23（2011）年 食べよういわて 伝統食と食の匠の技（岩手県監修）
- ・令和元（2019）年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの（社団法人農山漁村文化協会）

◀湯圓と甜湯圓▶

- ・平成31（2019）年 鹿角の家庭・郷土料理 けの汁・けいらん（鹿角市歴史民俗資料館）
- ・甜湯圓（甘湯圓 もち米団子の紅白スイーツ）の作り方（おいしい台湾料理の簡単レシピ 台湾移住倶楽部）
- ・湯圓（フリー百科事典ウイキペディア）

◀けいらんの由来等▶

- ・平成31（2019）年 鹿角の家庭・郷土料理 けの汁・けいらん（鹿角市歴史民俗資料館）

《表6 「まめぶ」と「けいらん」・「湯圓 (タンユエン)」の比較》

料理	料理の概要	具材	食べる時期
まめぶ	・クルミ入り（好んで黒砂糖）の小麦団子を、身近に手に入る野菜や豆腐などと煮込んだ汁物	<u>小麦粉</u> 、クルミ、黒砂糖、ごぼう、にんじん、油揚げ、しめじ、かんぴょう、焼き豆腐	・行事食や晴れ食として、年とり、正月、結婚などのお祝いの時、仏事の初七日など
けいらん	・くるみと黒砂糖と練り辛子が入った鶏卵の形をした米粉のだんごを椀種にした吸い物 (こしあんが入る地域もある)	<u>米粉</u> （もち米粉、白玉粉、うるち粉）、くるみ、黒砂糖、練りからし、昆布、春雨又はそうめん、椎茸、三つ葉、花麩	(地域によって異なる) ・仏事（不祝儀）のみ ・祝儀や不祝儀 ・冠婚葬祭、秋振る舞いなど
湯圓 タンユエン	・砂糖、胡桃、ゴマなど様々な具が入ったもち米の団子	<u>もち米粉</u> 、団子の具（甘いものとしては砂糖、胡桃、ゴマ、小豆餡、氷砂糖、塩辛いものとしては肉や野菜）	・旧暦の1月15日の「元宵節」 (日本でいう小正月)
甜湯円 テンタンユエン	・もち米粉を使った団子を甘いスープで煮たスイーツ	<u>もち米粉</u> 、団子の具（ゴマ、小豆）	・「元宵節」、寺の法会 ・冬至

《けいらん》



《湯圓》

(四川料理大辞典 HP から)



《甜湯円ー甜湯円の作り方》

(台湾移住倶楽部 HP [甜湯円の作り方] から)



(由来等)

まめぶ	・江戸時代に、「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」というご法度が出され、それに代わるものとして、小麦のだんごを入れた汁が作られるようになった
けいらん	・室町時代に、都の禅宗の寺で食べられていた点心（間食やお茶漬け）が南部藩に伝わる ・室町時代、中国から伝来した吸いものが、上方を経て禅宗の精進料理となり、江戸時代に南部藩に伝わる
湯圓 タンユエン	・「元宵節」に「湯圓」を食べる由来は、唐代に「元宵節」で食べられていた「麵蚕」にさかのぼる。宋代になると、「乳糖円子」と称されるようになり、これが「湯圓」の前身であると考えられる ・明代になると「元宵」の名称で呼ばれることが多くなり、清代になると「八宝元宵」と称される「湯圓」が美食として知られるようになり、「元宵節」に欠かせない料理として定着していくこととなった

出典 1 平成 8 (1996) 年 平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ

2 平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻 (通史編)

3 平成 23 (2011) 年 食べよういわて 伝統食と食の匠の技 (岩手県監修)

4 令和元 (2019) 年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの (社団法人農山漁村文化協会)

5 ウィキペディア元宵節 (HP)

《表7 岩手県北地域における「粉食」などの郷土料理》

《出典の主なもの》

まめぶ：平成8（1996）年 平成8年度岩手県食の匠認定料理まめぶ 平成27（2015）年 山形村誌第3巻（通史編）

つぼっこ：平成17（2005）年 大野村誌 第1巻（民俗編） 平成21（2009）年 大野村誌 第3巻（史料編2）  
平成31（2019）年 岩手県食の匠236 つぼ（つぼっこ）（岩手県農業普及技術課）

けいらん：平成23（2011）年 食べよういわて 伝統食と食の匠の技（岩手県監修）

令和元（2019）年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの（社団法人農山漁村文化協会）

っかけ、ひつつみ：うちの郷土料理（農林水産省食文化室）（HP）

けんちん汁：二戸地方の食文化（二戸農業改良普及センター）（HP）

（概要、地域、食べる時期）

料理	料理の概要	食べられている地域	食べる時期
まめぶ	・クルミ入り（好みで黒砂糖）の小麦団子を、身近に手に入る野菜や豆腐などと煮込んだ汁物	・久慈市（旧山形村）	・行事食や晴れ食として、年とり、正月、結婚などのお祝いの時、仏事など
つぼっこ 〔里〕	・「まめぶ」とほぼ同じ（具材がやや異なる）（「つぼ」と言われる蓋つきの椀で食べる） ・旧大野では胡麻入り麦餅もあり	・久慈市大川目町 ・洋野町（旧大野村）	・正月、結婚式、仏事（大川目） ・仏事（大野）
つぼっこ 〔海〕	・干しハモと、野菜や豆腐を煮込んだ料理（「つぼ」と言われる蓋つきの椀で食べる）	・久慈市の沿岸部（漁家） ・北海道檜山地方などに、よく似た料理がある	・正月、お祝い
けいらん	・くるみと黒砂糖と練り辛子が入った鶏卵の形をした米粉の団ごを椀種にした吸い物（こしあんが入る地域もある）	・遠野市、野田村、九戸村 ・青森県三八・下北地方 ・秋田県鹿角市	（地域によって異なる） ・仏事（不祝儀）のみ ・祝儀や不祝儀 ・冠婚葬祭、秋振る舞いなど
っかけ	・そば粉（小麦粉）を薄くのぼし、三角形に切ったものを茹でて、にんにく味噌をつけて食べる	・岩手県北の二戸・九戸・久慈地域	・日常的に食べられる
ひつつみ	・小麦粉を小さくちぎって、野菜やキノコ、魚介類を入れて煮込んだ料理	・岩手県北地域 ・青森県南部地方	・主食として食べる
けんちん汁	・根菜と豆腐でつくる汁物（肉をつかわず、山菜を入れるのが特徴）	・全国	・二戸地方では、1月の小正月（女正月）

《まめぶ》



《つぼっこ〔里〕》



《けいらん》



《っかけ》



《ひつつみ》



《けんちん汁》

（二戸農業改良普及センターHPから）





(具材)

料理	具材 団子等	具材										その他の具材 等	
		に ん じ ん	ご ぼ う う	油 揚 げ	焼 き 豆 腐	か ん び よ う	し め じ	し い た け	大 根	ね ぎ	こ ん に ゃ く		
まめぶ	<u>小麦粉</u> クルミ、黒砂糖	●	●	●	●	●	●	▲				▲	さつまあげ、さつまいも、揚げ豆腐
つぼっこ 旧大野村	<u>胡麻を入れた小さな麦餅</u>	●	●		●							●	さつまいも、ゆり根
	<u>小麦粉</u> クルミ、黒砂糖	●	●	●	●	●		●					
つぼっこ 久慈市大川目	<u>小麦粉</u> クルミ、三温糖	●	●		●			●				●	さつまいも、ゆり根
つぼっこ 〔海〕	(なし)	●	●		●			●				●	干しハモ、ゆり根
けいらん	<u>米粉(もち、白玉、うるち)</u> クルミ、黒砂糖、 <u>練り辛子</u>							●					春雨又はそうめん、三つ葉、花麩
かけ	<u>そば粉(又は)小麦粉</u>								●	●			豆腐、にんにく
ひつつみ	<u>小麦粉</u>	●	●				●	●		●			魚、カニ、鶏肉を入れたりする
けんちん汁	(なし)	●	●	●				●	●	●	●		豆腐、山菜(ふき、わらび、たけのこ)

(由来等)

まめぶ	<ul style="list-style-type: none"> <li>江戸時代に、「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」というご法度が出され、それに代わるものとして、小麦のだんごを入れた汁が作られるようになった</li> </ul>
つぼっこ 〔里〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>「つぼ」とは、お膳の真ん中をいい、一の膳の真ん中に置くので「つぼっこ」となった。江戸時代から食べられていた。</li> </ul>
つぼっこ 〔海〕	<ul style="list-style-type: none"> <li>久慈の漁家で、正月や祝いの膳に、「つぼ」と呼ばれる蓋つきの椀に盛りつけられたので「つぼっこ」と呼ばれるようになった。</li> </ul>
けいらん	<ul style="list-style-type: none"> <li>餅の外見が「鶏卵」に似ていることから、「けいらん」となった。室町時代、中国から伝来した吸いものが、上方を経て禅宗の精進料理となり、江戸時代に南部藩に伝わる</li> </ul>
かけ	<ul style="list-style-type: none"> <li>江戸時代に殿様がそばを食べたところ大変美味しく「このようにうまいものを庶民は食べてはならぬ」とご法度にしたため、そばを作るときの切れ端を三角に切って食べるようになった。</li> <li>※ <u>そばはっとう(そば切り)</u>は最高の晴れ食で、卵でつなぎ、念入りに手打ちそばとしてつくる。手がかりをぜいたくとのことで、南部藩で御法度(禁止)にしたので、はっとうの名があるともいう。</li> </ul>
ひつつみ	<ul style="list-style-type: none"> <li>「手でひきちぎる」ことを、方言で「ひつつむ」と言うことから「ひつつみ」となった。かつて山梨の出身であった南部氏が、故郷の「ほうとう」を偲んで作ったという説もある。</li> </ul>
けんちん汁	<ul style="list-style-type: none"> <li>鎌倉市にある建長寺の開山大覚禅師が鎌倉時代に中国から伝えたとき、食材を無駄なくいただく精進料理の原点を象徴する汁もので、修行を終えた僧たちによって全国に広まった。</li> </ul>

《表8 岩手県久慈市山形町に伝わる餅、団子》

栗餅 《栗》	<ul style="list-style-type: none"> <li>栗餅は、淡い黄色で、米の餅に比べて粘り気は少ないものの、作りたてはあっさりとした上品な味をしており、<u>正月、節句</u>といった節目に食べられていた。</li> <li>農繁期には間食として用いられたり、山仕事の弁当代わりになったりしたという。</li> </ul>
すつとぎ(しとぎ) 《稗、米》	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>すつとぎ(しとぎ)</u>は、神社の祭日や神々の年取りのときなど、<u>神にかかわる年中行事</u>の際、供え物としてよく用いられた。単にすつとぎと言った場合、<u>稗か米の粉、またはその混合</u>で作られたものを指す。</li> </ul>
かます餅 《小麦》	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>かます餅</u>は、今でいう「<u>みみこ餅</u>」であり、<u>小麦の粉で作った皮の中には味噌や黒砂糖、クルミ</u>が入っている。形は半月状。<u>様々な節目</u>のほか、普段の間食や子どもが学校に持っていく弁当代わりとしても食べられた。</li> </ul>
ほど餅 《蕎麦、小麦》	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>ほど餅</u>は、もともと<u>蕎麦粉</u>で作る場合が多かったが、最近では、<u>小麦粉</u>が主流になっている。かます餅と同様、<u>中には味噌や黒砂糖、クルミ</u>が入るが、形は円形であり、茹でずにホド(囲炉裏)の中で焼く。</li> </ul>
けえば餅 《稗》	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>けえば餅</u>は、<u>稗</u>で作り、カシワなどの葉でくるんでから火のそばに直接置いて焼く。ほど餅、けえば餅とも農作業や山仕事の弁当、間食としても用いられた。</li> </ul>
うきうき団子 (へっちょこ団子) 《黍、小麦》	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>うきうき団子(へっちょこ団子)</u>は、団子を小豆で煮る、いわゆるお汁粉の一種である。小正月や秋じまいなど、主に、<u>喜びの日</u>に食べられた。団子は<u>黍(高黍)</u>の粉で作るのが基本だが、これも最近では<u>小麦粉</u>を使うこともある。</li> </ul>

出典：平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 1 章 食

## 【参考資料】

### ≪ 3(1)①「まめぶ」が生まれた背景～由来・言い伝え ≫

平成3(1991)年 百年前の晴れ食とくらし (山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 南部領は、凶作の常襲地であって、多くの餓死者が出たりするので、幕府から南部藩主に、凶作に備え、年貢を納めるのに、<u>「百姓共は麺類やそばきを食べてはならない」</u>と御法度の令達があって、それで麺類の事を方言で「ハット」と呼ぶ言語になった。 このように晴食に麺類を作られなくなり、<u>小麦の練粉に味つけて食べるに、クルミの実を包んで団子にしたものではないか。</u></li></ul>
平成27(2015)年 山形村誌第3巻(通史編)第5編 近現代 第4章 平成期の動向 第1節 平成期の山形村
<ul style="list-style-type: none"><li>● 「まめぶ」の語源は、江戸時代、「百姓は麺類や蕎麦切りを食べてはいけない」という法度が出され、<u>それに代わるものとして、小麦のだんごを入れた汁が作られるようになった。</u></li></ul>
平成27(2015)年 平成27年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 久慈市山形町(旧山形村)のあった南部領は、凶作の常襲地であったため、幕府から南部藩主に、凶作に備え年貢を納めるのに<u>「百姓は麺類やそば切りを食べてはならない」とご法度</u>の令達があった。 晴れ食に麺類を作ることができなくなり、その代わりに、<u>小麦の生地でくるみの実を包み団子状にして食べたのがはじまり</u>と言われている。</li></ul>

### ≪ 3(1)①「まめぶ」が生まれた背景～江戸時代の農民統制、凶作・飢饉 ≫

平成15(2003)年 近世前期における「儉約令」の全国的展開とその特質 (朴 晋燦 著 京都大学)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 幕府が、庶民生活の「奢り」や「華麗」を問題にし、<u>百姓や町人の衣食住に全面的な規制を加え始めるのは、異常気象による飢饉が各地に現れる寛永19年(1642)以降</u>のことである。</li><li>● 幕府は、異常気象による飢饉の被害が各地で深刻化するにつれ、その具体策として<u>寛永19年(1642)5月14日に諸国へ、次の高札を立てる</u>ことを決定した。 それは、「諸国在々所々田畠あれさるるに、入精耕作すへし、若立毛損亡なきの所申撩、年貢令難渋族在之者、可為曲事者也」とし、<u>領主階級の年貢収入を確保するため</u>のものであった。</li><li>● 幕府の飢饉対策の全国令は、5月14日の高札以後、6月29日・閏9月14日などに出されている。 その内容を見ると、<u>6月29日の法令の第1条</u>では、(中略) とし、<u>飢饉に備えるための対策として食物などの「儉約」を打ち出し</u>、「町人・百姓」を飢えさせないようにする責任を「諸侍」へ取らせている。</li><li>● <u>この触</u>は、「諸国人民草臥」という危機を乗り切るための責任を全領主に確認させると同時に、<u>飢饉対策の基本方針として儉約を強調する</u>という幕府の方針を提示したものである。</li></ul>
平成16(2004)年 図説 久慈・二戸・九戸の歴史 (郷土出版社)
(飢饉と百姓一揆)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 県北地方はやませの常襲地帯であり、冷害によってもたらされるケガズ(飢渴)に悩まされてきた。八戸藩が盛岡藩から分離独立して誕生した<u>寛文5年(1665)以後の記録を見ると、驚くべきことに4、5年に1回の割合で凶作に見舞われていた</u>ことがわかる。</li><li>● <u>八戸・盛岡両藩ともに、元禄・宝暦・天明・天保の飢饉を「四大飢饉」と</u>呼んでいるが、なかでも天明3年(1783)から6年連続して全国的に大凶作となった天明の大飢饉の被害は特に大きく、石高2万石の八戸藩では1万9,200余石の減収となり、収穫はほぼ皆無とあってよかった。</li><li>● 八戸藩では天保3年(1832)から同9年にかけて「七年ケガズ」と呼ばれる凶作に襲われた。このとき藩政を仕切っていた野村軍記は飢饉対策として、領内の農民たちの食糧を、ひとりにつき一日分を玄稗三合だけとし、ほかの食糧はすべて強制的に低価格で買い上げたが、これに怒った百姓が蜂起したのが、同5年正月の「稗三合一揆」と呼ばれる八戸藩史上最大の一揆である。</li></ul>

(第 4 章 農民の統制)

- 寛永 19 年 (1642) 5 月の幕令では、祭礼仏事等を結構にはしてはならないこと、などが命ぜられているが、更に在々にて酒を造ってはならない、在々の百姓に酒を売ってはならない、豆腐を作ってはならない、百姓の食物は雑穀を用いて米を多く食べぬように申し付けること、勸進や肴売などが在中にはいることを厳禁するという令も出ている。
  - また、在々にてうどん・切麦・素麵・そば切・まん頭等五穀の費えになるものを作って商売してはならないとも命じている。
  - 翌 20 年の 3 月にも 8 月にも同様に命じている。19 年は凶作であったから特にこういう法令を出したのかとも思われるが、慶安 2 年 (1649) の御触書においても、酒や茶を買って呑んではならないといい、更に、百姓は分別もなく末の考えもないものであるから、秋になれば米や雑穀をむざと妻子にも食わせる。いつも正月二月三月時分の気持で食物を大切にすべきであるから、雑穀を専一にするように、麦・粟・稗・菜・大根その他何でも雑穀を作って、米を多く食いつぶさないようにすべきである。
- 飢饉の時を考えれば、大豆の葉・あずきの葉・ささげの葉・いもの落葉などをむざと捨てるのはもったいないと述べ、家主子ども下人等にいたるまで、ふだんはできるだけ疎飯を食うようにせよ。ただし田畑を起し、田を植え、稲を刈り、又は折ったりする時にはふだんより少し食物をよくし、たくさん食わせて使うようにせよ。そうすれば精を出して働くものである、といい、食物と労働を引きかえにするように命じているのである。
- これはのちの寛文 6 年 (1666) や同 8 年 (1668) の法令でも同じである。

- 住民の生活については、慶安 2 年 (1649)に出された 31 条の「諸国郷村江被仰出」によって伺い知ることができる。別に「慶安の御触書」と称しているが、そのねらいは百姓に対する規制で、生産を高めるために時を惜しんでよく働け、そして日常生活では極度の儉約を求めたものである。
- 諸藩ともに財政の窮迫は厳しく、財政的基礎を確保するために貢租収入しかなかったから、儉約令をしばしば発している。
- 「慶安の御触書」では、-----
    - 百姓は分別もなく末の考えもなきものであるから、秋になれば米・雑穀をむさと妻子にくわせている。いつも正月・二月・三月時分の心をもち、食物を大切にし、雑穀を第一に考え、麦・粟・稗・菜大根・その外何にても雑穀を作り、米を多く食いつぶさないようにすること、飢饉の時を思い出せば、大豆の葉、小豆の葉、ささげの葉、いもの落葉などむやみに捨てるのはもったいないことである。

≪ 3(1)②「まめぶ」が生まれた時期～晴山家の年中行事に関する覚書 ≫

(つぼっこ)

- 山形村でいう「まめぶ」である。粥の汁が味噌味なのに対しこれは醤油味である。
- 具は、胡麻を入れてこねた小さな麦餅、焼豆腐、にんじん、ごぼう、サツマイモ、こんにゃく、百合根である。これを盛る器がつぼ椀なのでこの名がある。仏事に作る料理だった。

- 晴山吉三郎家は、長年名主を勤め、また大野を代表する豪農であったため、年中のしきたりや、また広い交際相手に対して、年始の挨拶状などの決まりの覚書があった。

この覚書を見ると、まず年中行事の献立が出ている。(中略) 御初穂とは、その年に取れた最初の作物のことであり、神様に供える作物の代金という意味である。二十日は雑煮、二十五日はお供えの小豆餅、晦日には、小豆飯、汁ものに、坪もの(つぼっこ)といった具合である。

覚 一 同廿日雑煮 同廿五日備卸小豆餅也 同晦日小豆飯、汁二坪

※ 晴山家文書 安永 7 年 (1778) ~昭和 21 年 (1946)

◀ 3(2)②「まめぶ」が一部地域に限定されている背景・事情～行政区域▶

昭和 51 (1976) 年 久慈市山根の民俗 (久慈市教育委員会)
<p>※ <u>山根地区 → 旧山形村の小国地区の山を挟んだ隣接地域だが、「まめぶ」は食されていない</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 久慈市山根の食生活は、山村特有の気候、風土のもとに自然環境の中ではぐくまれていった。明治末期頃は稗の収穫が主で、大麦は半分も実らなかったが、大豆は豊作になりやすかった。米の試作は大正年間に行われたが次の種をとるまで実にならず成功しなかった。</li> <li>● <u>昭和 22 年</u>の記録によると、この土地に合った食物として生産された稗、大麦、大豆、馬鈴薯はその収穫量の大部分をしめ、<u>小麦、粟、そばはその三分の一</u>程度であり、小豆はほんの少量であった。</li> <li>● このような収穫から自然に主食には稗が使われ、大豆はいつも自給自足の態勢がとられ-----。この稗飯に変化をつけたり、糧にするために「かけ」、「ぱっと」、「とってなげ」(ひつつみのこと)、「だんご」、「小麦もち」が使われ、山からとれるしだみ(どんぐり)で「しだみだんご」をつくった。</li> <li>● この地方の<u>唯一のご馳走は「とうふ」</u>で-----の大きさのものをはしぎでつくった串にさして、にんにくみそをつけ、いろいろであぶりながら食べる料理であった。</li> <li>● <u>行事食としての特別な習慣はなく、正月と盆には米の飯を食べるのが唯一の楽しみ</u>であった。</li> <li>● 正月・・・年越の前の日かその前日に 10 人家族で 5 斗位のもちを搗く。正月には秋に山からとれたくるみをつぶしてくるみもちにしたり、小豆もちにし、ごまもち最近になってからつくられるようになった。</li> </ul>

◀ 3(3)①「まめぶ」の語源～名称の由来▶

昭和 57 (1982) 年 東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書 (日本豆類基金協会)
昭和 58 (1983) 年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにゃとやら編集委員会)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 豆ぶの「豆」は、小麦粉を豆のような形に整形するところからきているというが、<u>まめまめしく健康で、無事・達者・息災を願う気持ち</u>を豆に託してつけた名だとも思われる。 また、<u>昔は小麦だんごの中に、大豆が入っていた</u>からだともいわれている。 現在は親指大のくるみ入りの小麦だんごであるが、あるいは本来は、小麦粉から作った生麩(なまふ)であったのかもしれない。 南部叢書によると「喜ばしいことの意味も含め、だんごの中に大豆を入れ、喜ばしい時に食べられた」と記されている。この地方は、山の幸が豊富であるため、いつのころからか中に入れる大豆がくるみに変わり、現在に伝わっていると推定される。</li> </ul>
平成 8 (1996) 年 平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>豆粒大の大きさに作る</u>ことからこう呼ばれているが、<u>豆々しく、健康で達者に、また無事に暮らせるようにとの願い</u>が込められている。</li> </ul>
平成 15 (2003) 年 郷土食とうほく読本「まめぶ」(読売新聞東京本社地方部編)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「豆富」という字を当てることもある。だが、作られ始めた時期も、言葉の意味もはっきりしない。</li> <li>● 一説には、<u>団子を豆粒ぐらゐに小さく作る</u>ところからこう呼ばれるという。岩角さんは「<u>まめまめしく、健康で達者に暮らせるように、との願い</u>がこめられているのでしょうか」と解説する。</li> </ul>
平成 22 (2010) 年 久慈地域の食の匠 (久慈農業改良普及センター)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● まめぶは豆粒大の大きさに作ることからこう呼ばれていますが、<u>豆々しく、健康で達者に、また無事に暮らせるようにとの願い</u>が込められています。</li> </ul>
平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻(通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向 第 1 節 平成期の山形村
<ul style="list-style-type: none"> <li>● その形が「<u>まり麩</u>」に似ていることから「<u>まめぶ</u>」、それがなまって「<u>まめぶ</u>」と呼ばれるようになったという説がある。</li> <li>● また、まめまめしく、健康で達者に暮らせますようにと言う願いも込められている。</li> </ul>
令和元 (2019) 年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの (社団法人農山漁村文化協会)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 名称は、<u>まめで達者にとの願い</u>がこめられたとも、「<u>まり麩</u>」がなまったともいわれます。</li> </ul>

◀ 3(3)②「まめぶ」の語源～まめぶに込めた思い▶

平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻(民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 3 章 風習 第 1 節 年中行事
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 神々に年を取らせた後、ようやく自分たちの年取り準備が始まる。まずは「<u>煤掃き</u>」、すなわち家中の大掃除である。</li> </ul>

神棚には、お神酒のほか、炒った大豆を一升桝に入れて供え、古くは節分同様に豆撒きも行ってた。  
一段落した後、赤飯やまめぶなど、いつもよりよいものを食べた。

- 年取りの夜には、まめぶ、鮭の切り身、お吸い物などふだんなかなか口にしないようなものを豪華に膳組みし、家族全員で会食する。

会食中は、互いに一年の思い出を振り返ったり、年寄りや親が子どもたちに昔の話を聞かせたりと穏やかな団らんのときを過ごす。

令和3年9月27日 第1回「まめぶ」有識者会議

- 「まめぶ」を作るということは、そもそもは、クルミを割る、殻から取ることから始まります。「まめぶ」が山形村で伝承してきたのは、「まめぶ」の特徴に合ったと私は考えます。家族全員が手分けして、クルミを割るのは子供と年寄の仕事、殻から身を取り出すのはおばあさんの仕事、粉をこねて丸めるのはお母さんの仕事、鍋を沸かすのはお父さんの仕事というように、家族全員が「まめぶ」に取り組んできた。全員が「まめぶ」を作ることに参加した。

- 12月31日はどこの家も、「まめぶ」は特別な一品で、お雑煮はお正月に食べる。「まめぶ」で一年の感謝をしながら、健康で豊かな年を過ごさせてありがとうございました、来年も良い年であるよう、いろんな思いを込めながら、姿勢を正して「まめぶ」をいただいたというおばあちゃんもいる。

令和3年11月13日 山形歴史街道「まめぶ」講座

- 山形の集落では必ず「年末のすす払い」、「大掃除」を昔はした。炉端で煤が沢山出るから、家財を出してすす払いをして、大晦日の間までに、一年ご苦労様ということで「まめぶ」を食べたんだと。必ずおばあちゃんが先頭に立って「まめぶ」を作りなさい。嫁さんも娘さんも一緒になって何の抵抗もなく、郷土食を作ってきたんですね。

- 5~6歳のころ、ばあさんの膝につかまり、まあるくなって地域のおばあさんが作っているところを見て、自分も大人になったら作りたいと思い、見ていたことを思い出します。あの光景は中学校の頃、夜遅くおばあさんたちが丸まって作っていたのを時々思い出して仕事をしています。

- もう故郷には帰らないと言ってあっちで嫁さんを持っている息子も、大晦日になって年越しそばを食べている時に、「ふっと」今日年越しだなど、故郷では、親父もおぶくろも兄貴も「まめぶ」を食べているだろうと家を思い出したり、年老いた父親を考えたり母親を考えて、家に電話でもしようかと、電話をする。そこには、年取りの日に「まめぶ」を食べることを何年も続けているうちに、故郷と大きく、お父さんやお母さんと強く結ばれているのです。

「まめぶ」を通じて故郷と繋がる、お父さんやお母さんと繋がる。今度の休みに帰ろうかな、親父を東京に呼ぼうかな、そんな繋がりが生まれてくる。これが郷土料理であり郷土の文化だと思います。

- 「まめぶ」の面白いところは、クルミを割るのはおばあさん、クルミの実をほじくって出すのは子供たち、そのクルミを入れて団子を包むのはお母さん、薪をくべて鍋を吊るして用意するのはお父さん、こうして家族全員が取り組んでやっている。

《 3(3)③「まめぶ」の語源～「まめぶ」と「まめぶ汁」・「豆ぶ汁」 》

各資料（年代順）における「まめぶ」・「まめぶ汁」・「豆ぶ汁」の使い方と料理の説明	
豆ぶ汁	昭和51（1976）年 岩手の郷土食－高校生と教師のレポート集－
●	小麦粉で作った小さなだんごの中にくるみ、あるいは黒さとうを入れる。かたくり粉で汁にとろみをつけるが、好みによっては黒さとうを少々入れる。
豆ぶ汁	昭和57（1982）年 東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書
●	各家庭により材料、味つけに個人差があるが、材料が多く汁が少ない現在の旨煮に似ている。
豆ぶ汁	昭和58（1983）年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る
●	各家庭で味つけに差があるが、汁気が少なく実だくさんの「うま煮」の料理に似ている。小麦粉でつくった「豆ぶ」の中に、くるみと共に黒砂糖を入れるのが特徴で、甘党の人には楽しみな味である。
豆ぶ汁	昭和59（1984）年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事
●	汁とはいっても、汁気が少なく、実だくさんで、一口にいうと「小麦だんごと焼き豆腐入りの野菜のうま煮」といったものである。
まめぶ	昭和61（1986）年 山形村味ごよみ
●	ねった小麦粉の中にくるみ、黒さとうを入れて小指の先ほどに丸め、いろいろな具と煮たもの

<b>まめぶ</b>	平成3(1991)年 百年前の晴れ食とくらし
※ 掲載か所によって、「まめぶ」、「豆ぶ」、「まめぶ汁」の表現がある。	
● ねった小麦粉の中にくるみ、黒ごとうを入れて小指の先ほどに丸め、いろいろな具と煮たもの	
<b>まめぶ</b>	平成8(1996)年 平成8年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ
● 「まめぶ」とは、豆粒大のくるみ入りの小麦だんごで、好みで黒砂糖も入れられる。身近に手に入る各種野菜や豆腐、くるみが用いられており、栄養上からも好ましい料理である。	
<b>まめぶ</b>	平成12(2000)年 食の匠 岩手の食文化発信
● 身近かに手に入る各種野菜やとうふ、くるみが用いられており、栄養上からも好ましい料理である。	
<b>まめぶ</b>	平成15(2003)年 郷土食とうほく読本
● キノコと野菜をベースにした醤油味でありながら、クルミや黒砂糖まで入った鍋。	
<b>豆ぶ汁</b>	平成20(2008)年 未来へ伝えたい「いわての郷土料理」
● 小麦粉をこねて親指大にちぎり、中にくるみと黒砂糖(地域、家庭によって、くるみだけの場合もある)をいれてまるめたものを「豆ぶ」という。汁とはいっても汁気が少なく、とろけ具合や風味のよい料理である。	
<b>まめぶ</b>	平成21(2009)年 山形村誌第1巻(民俗編)
● まめぶとは、クルミ入りの小麦団子や、豆腐やキノコ、野菜などを一緒に煮込んで作られる汁物の一種である。	
<b>まめぶ</b>	平成22(2010)年 久慈地域の食の匠
● まめぶは豆粒大の大きさに作ることからこう呼ばれています。	
<b>まめぶ</b>	平成23(2011)年 食べよういわて 伝統食と食の匠の技
● 「まめぶ」とは、豆粒大のくるみ入りの小麦だんごで、好みで黒砂糖も入れます。身近に手に入る各種野菜や豆腐、くるみが用いられており、山形町の家庭料理として定着しています。	
<b>まめぶ</b>	平成27(2015)年 山形村誌第3巻(通史編)
● 「まめぶ」は、小さく丸めた小麦だんごと、茸・根菜・焼き豆腐等を入れた具だくさんの料理である。	
<b>まめぶ</b>	平成27(2015)年 平成27年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ
● まめぶは、くるみ入りの小麦団子と豆腐、野菜、きのこが入り、しょうゆ味のとろみがついた具沢山の煮ものである。なかでも、日野沢地区では、具材にさつまいもが入っていることと甘みのある味つけととろみが強いのが特徴となっている。	
<b>まめぶ</b>	令和元(2019)年 伝え継ぐ 日本の家庭料理 汁もの
● モチっとした中にも歯切れのよいだんごで、かじると中から溶けた黒砂糖が現れ、醤油味の汁と相まってなんともいえない味わいです。だんごにまぶしたかたくり粉が汁と混ざり合いとろみが生まれ、寒い時期に食べると温まります。	
<b>まめぶ</b>	久慈市のまめぶのリーフレット(HP)
● まめぶ汁は、小麦だんごと焼き豆腐・野菜・きのこが入った具だくさんの汁です。小麦だんごの中には、くるみと黒砂糖が入っています(くるみだけの地域もあります)。	
<b>まめぶ</b>	久慈地方の郷土食(久慈農業改良普及センターHP)
● 「まめぶ」とは、豆粒大のくるみ入りの小麦粉だんごで、好みで黒砂糖も入れられる。身近に手に入る各種野菜や豆腐、くるみが用いられており、栄養上からも好ましい料理である。	
<b>まめぶ</b>	郷土料理編(いわての文化情報大辞典HP)
● 身近かに手に入る各種野菜やとうふ、くるみが用いられており、栄養上からも好ましい料理である。	
<b>まめぶ</b>	郷土料理ものがたり(全国津々浦々に伝わる古里の味HP)
● 豆粒大のくるみ入りの小麦だんご。好みで黒砂糖を入れることもある。	
<b>まめぶ汁</b>	まめぶ(まめぶの家HP)
● 久慈まめぶ汁とは、煮干しと昆布のだし汁に、ごぼう・にんじん・油揚げ・しめじ・かんぴょう・焼き豆腐を加え、醤油で味を整えたあと、まめぶ(クルミと黒砂糖を包んだ親指大の小麦団子)を入れて煮込む料理です。	
<b>まめぶ汁</b>	平成27(2015)年 久慈市山形町の郷土料理「まめぶ汁」にハマる(旅ぐるなびHP)
● 「まめぶ汁」は、野菜や焼き豆腐、キノコなどが入った具だくさんの醤油汁に、小麦粉で作った丸い団子「まめぶ」がコロコロと入ったものだ。	
<b>まめぶ汁</b>	令和2(2020)年 食文化を旅する(日本食文化観光推進機構HP)
● 久慈まめぶ汁は、煮干しと昆布のだし汁に、ごぼう、にんじん、油揚げ、しめじ、かんぴょう、焼き豆腐を加え、しょうゆで味を整えた汁に、まめぶと呼ばれるクルミと黒砂糖を包んだ親指大の小麦団子を入れて煮込む料理だ。	
<b>まめぶ汁</b>	平成28(2016)年 せたがや日和(世田谷自然食品HP)
● 久慈まめぶ汁とは、まめぶが入ったけんちん汁のようなもので、かつては冠婚葬祭の行事食でした。「まめぶ」とは岩手県久慈市の山形町、旧山形村を中心に食べられていたくるみと黒砂糖入りのお団子のこと。	
<b>まめぶ汁</b>	「久慈まめぶ部屋」のリーフレット(HP)
● 久慈まめぶ汁とは、煮干しと昆布のだし汁に、ごぼう・にんじん・油揚げ・しめじ・かんぴょう・焼き豆腐を加え、醤油で味を整えたあと、まめぶ(クルミと黒砂糖を包んだ親指大の小麦団子)を入れて煮込む料理です。	

◀ 3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～クルミ▶

昭和 13 年版 山形村誌 (岩手県教育会九戸郡部会第三支会)
(第 18 章 社会 7 山形村名物)
● 木炭 胡桃 干ぜんまい 河鹿 かもしか (青猪) 松茸 木材 山焼 栗 勝栗 夜蚊の居ないこと 狐 しめじ べこ マンガン 山葡萄 山女魚 狸 椎茸 山形蕎麦きり 相撲 をしどり いはな むささび 仏法僧
県産食品を考える 盛岡短期大学部 学部長 (教授) 千葉 俊之
● <u>岩手は、昔からクルミを大切な食材</u> として利用してきた。クルミを利用した郷土料理の種類も豊富で、日本各地の郷土料理を県単位で収集し紹介している「日本の食生活全集」の「聞き書 岩手の食事」巻には、 <u>クルミごはん、クルミ雑煮、クルミだれ、クルミ豆腐、クルミひつつみ、クルミもち、クルミ入り赤飯</u> の 7 種類の料理が紹介されている。
● このことは、 <u>岩手においてクルミは食生活に根差した食材</u> を物語っており、独特の食文化を築いてきた。
● 県内には「 <u>おいしい味</u> 」の例えとして「 <u>くるみあじ (くるびあじ) がする</u> 」との言葉もあり、 <u>クルミは、おいしい食品と、理解</u> されていることが窺われる。
令和 3 年 9 月 27 日 第 1 回「まめぶ」有識者会議
● この辺の人達や、盛岡の人、九戸や二戸の人は、 <u>もの凄く美味しい味を「クルミの味がする」と</u> 言います。「クルミの味」は最高の味でございます。 <u>「クルミ」を入れた「まめぶ」ですから最高</u> なんです。
● 山形では、「まめぶ」のような小麦粉も貴重で、クルミも貴重で、そういう食材を入れて、 <u>もっと美味しく工夫した</u> ということになると思います。

◀ 3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～砂糖が旧山形村に入ってきた時期▶

昭和 44 (1969) 年 九戸地方史 上 (森 嘉兵衛)
● また年代は明らかではないが <u>砂糖も利用</u> されている。 <u>大野の晴山文書</u> の多賀重兵衛の書簡に、黒砂糖正味三貫目入臺樽進上致候、右之内少々宛野田并喜兵衛方江御遣ス可被下候、外二大白砂糖同目方入ニモ樽玉砂糖同目方入臺樽都合貳樽右ハ工藤玄順様御宿元江御届可被下候 この地方で「一つしかないものを一人で食べれば角が生える」と言っているから、 <u>まだ非常に珍しいもので一般化してなかった</u> ためと思われる。
平成 3 (1991) 年 百年前の晴れ食とくらし (山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)
● <u>江戸時代このように九戸地方に玉砂糖及び黒砂糖が入荷</u> しているようだが、 <u>実際に一般民に手になったのが明治の中頃</u> で、平成の現在、山形名物として残り伝えられている豆ぶも黒砂糖を入れる家はまれでくるみだけの家が大半だったという。
平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 1 章 衣食住 第 2 節 食
● まめぶの団子が、小麦粉で作られ、中にクルミが入るといふ点においては、今も昔も、そしてどの地区にも共通している。しかしながら、クルミとともに、黒砂糖を入れるかどうかについては状況が異なる。(中略) しょっぱい汁物の中に甘い団子というこの取り合わせは、今でこそまめぶを特徴づける要因の一つになっているのだが、 <u>まめぶが明治以前からあると考えた場合、黒砂糖を手に入れることは困難であったろうから、そもそもは入れなかった</u> と考えてよいのかもしれない。
平成 27 (2015) 年 平成 27 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
● <u>黒砂糖が手に入るようになったのは明治の中ごろ</u> と言われ、 <u>昔はまめぶに黒砂糖を入れる家はまれで、くるみだけの家が大半</u> であった。それを日野沢地区では今も伝えている。
平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻 (通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向 第 1 節 平成期の山形村
● 時代を経て <u>食生活が豊かになると、だんごの中には、胡桃の外に黒砂糖が入るようになった</u> 。
令和 3 年 9 月 27 日 第 1 回「まめぶ」有識者会議
● 江戸時代には砂糖はなかったと思っています。 <u>明治、大正になってからは砂糖は入ったと思いますが、砂糖は貴重</u> なものですから、これも贅沢すぎる食べ物のございます。その「クルミ味」のする <u>クルミと砂糖をいれたもの</u> ですから、 <u>山形村にとっては最高の料理</u> なんです。
● <u>明治初年の頃の、牛方の運搬した荷物を調べてみると、大分明治も進んでからと言っても 10 年以前ですが、砂糖</u> が出てきました。江戸時代ではどうしても出てこないです。



- 12月に入ると、年取り支度のために、山形村では-----私の所は、霜畑という所にいるんですが、町使いと称して、葛巻に半分、久慈に半分行くんです。

その中で、大正になってからですが、砂糖を買いに行っているのです。町使いの中の買い物の一つに砂糖が入っている、砂糖はそのくらい非常に貴重な物で、庶民の口に入らなかった。葛巻と久慈には砂糖はその頃売っていたのですね。

令和3年11月13日 山形歴史街道「まめぶ」講座

- 「黒砂糖」を追いかけていくと、「塩の道」と繋がります。塩を持っていった、炭を持っていった、短角牛に積んで「塩の道」を歩いて行ったわけですけども、帰りに県北沿岸で欲しい物を積んで、帰りに荷物を運んでくるということで、その中に「一斗樽」で積んできたようです、「黒砂糖」は。

それぞれの地域の有力者が、お砂糖も買ってきてくれと頼んだようです。その「黒砂糖」を集落単位で分けてあげたというのを聞きました。

「黒砂糖」はとっておきといますか特別な物だったので、普通の流通はなかったようで、「塩の道」から入ってきたのではないかと思っております。

- 「黒砂糖」は沖縄、鹿児島が産地ですね。北前船に乗って北海道を通過して「黒砂糖」が入っていくという歴史があります。明治の初め頃は既に、山形村でも黒砂糖を使っていたと私は思っています。(参加者)
- 「塩の道」-----いずれ短距離の運送屋さんと長距離の運送さんがあったんじゃないかと。短距離の人は野田を出て、葛巻まで行って次の人に渡す。荷物は「塩」だけでなく「砂鉄」を運んだり、帰り荷にはまた違ったものを運んできた、そんな中に「黒砂糖」があったのは確かなようです。それがいつかはわかりません。

#### 《3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～砂糖の歴史》

昭和57(1982)年 日本の食文化大系 第1巻 食生活の歴史(瀬川 清子 著 東京書房社)

- 文献によれば砂糖は奈良朝時代(8世紀)に舶来し、平安朝時代の延喜式(10世紀)には宮中御料の砂糖が十石八斗とあり、室町時代(15世紀)に下ると武家の間にも味わわれるようになる。
- 天明年間(18世紀末)の記録には江戸の人は一日に160樽の砂糖を食うとあるが、地方の村々では明治時代(19世紀末)になっても、遅い所では大正時代になっても平素の煮物に砂糖を入れるということは殆どなく、物日の餅団子に入れるか、客にすすめるものにふりかける位で、塩飴が普通であった、という村がめずらしくない。

日本食文化の醤油を知る(村岡 祥次)

- 国内での砂糖の生産は、正徳3年(1713)に、薩摩藩(奄美・琉球)の黒砂糖が、全国の中央市場である大阪にはじめて積出した。  
1750年代(宝暦期)には、中国地方西端の長府藩が白砂糖の一貫生産に成功し、1780年代(文化期)になってからは四国讃岐の高松藩において白砂糖の栽培面積が拡大して、良質の白砂糖の生産地となった。

#### 《3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～陸上交通》

平成27(2015)年 山形村誌(通史編) 第4編 第2章 第10節 山形の交通・運輸 (久慈市)

- 山形地域の交通ルートは、繋・霜畑・小国・川井・戸呂町・日野沢・荷軽部の各集落間を結ぶ街道とともに、繋から久慈三日町へ至る通称久慈街道、および戸呂町から久慈三日町へ至る通称久慈街道、さらには、関を經由して盛岡藩領野田と同領沼宮内を結ぶ通称野田街道があった。
- 八戸藩の専売移出品である大豆は、領内各地に強制的に割り当てて買い上げされた。集荷された大豆は湊へ運ばれ、ここで廻船に積み込まれて領外に輸送されることになる。久慈通と葛巻・伊保内周辺の軽米通は、久慈湊から廻船に積み立てられた。久慈湊までの駄送には牛が使われた。
- 馬寄平にあった旧馬場家は、-----「塩の道」の中継地点として----人々の出入りが頻繁であった。その様子が、馬場家に残る万覚帳(よろずおぼえちょう)に残されている。安政年間から明治初期にかけて記録したもので、塩・米雑穀・日用品の出し入れをはじめ、牛方や商人の宿泊の様子が克明に記録されている。
- 「塩の道」久慈・野田街道は、塩や穀物を運ぶ経済交流の道であると同時に、内陸と沿岸の文化交流や歴史の道として重要な役割を果たしてきた。

《 3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～海上交通》

昭和 45 (1970) 年 九戸地方史 下 (森 嘉兵衛)

- 国内海運は江戸の出現によってその展開の様相をかえた。東北地方では、それまで日本海航路（西廻航路）を専用していたが、江戸の開府と相まって太平洋航路（東廻）の発展となった。
- 幸いに南部領内の太平洋沿岸には下北郡の田名部七湊（脇野沢・川内・大平・伏井・大間・易国間・大畑）があり、それに八戸・久慈・野田・宮古・山田・吉里々々・釜石の諸港があり、外船の来航するもの年とともに増加した。

平成 4 (1992) 年 野田村誌 (通史、史料) (野田村)

- 野田浦から積出された商品は、---鰯粕、鰯油、ふのり、塩などからなる海産物、それに米、小麦、粟、稗、大豆、小豆、蕎麦などからなる農産物である。  
廻漕先きはほとんど宮古浦であった。このことは、野田地方と宮古との海上交通が盛んであったことを物語っているといえよう。

平成 25 (2013) 年 八戸市史 通史編Ⅱ 近世 (八戸市)

- (箱館交易)
- 幕末期の動向として箱館との交流には注目すべきものがある。  
恵風丸は、徳利入りの焼酎と茶を八戸に運び、---八戸から何らかの商品を積み帰っている。大神丸は---八戸へ運んで売却したのは越後酒や大阪酒、それに鰯油だった。これらのうち茶や酒は、箱館あるいは蝦夷地で生産されたものではなかった。
  - 19 世紀に入り、箱館は港湾都市として急速な発展を遂げていた。人口は増大し、色々な生活必需品が本州側から供給された。八戸藩からは盛岡藩同様、多くの鉄原料と鍋釜、鍬釜（くわかま）などの鉄製品が移出されていった。

令和 3 (2021) 年 探求 八戸藩と南部の歴史 (三浦 忠司 著 八戸の歴史刊行会)

- 海運には東廻り海運と西廻り海運とがある。八戸藩は江戸の北、太平洋北部に位置していた関係から、藩創立当初より東廻り海運を利用して江戸市場と結びついていた。

● 表四 天保 4 年御雇船の積荷 (一部抜粋) (天保 4 年「鮫御役所日記」小井川家文書)

月日	船の形態	船名	出帆地	積 荷	荷主	荷受人
3. 21	御雇船	順風丸	江戸	御用油明樽、酒明樽	(省略)	(省略)
4. 12	大阪御雇船	明神丸	大阪	夜着布段取合、 <u>玉砂糖</u> 、稲扱、木香	(省略)	(省略)
				白木綿、花品木綿、生姜 (船頭商売物)		

● 表五 天保 4 年前金船の積荷 (一部抜粋) (天保 4 年「鮫御役所日記」小井川家文書)

月日	船の形態	船名	出帆地	積 荷	荷主	荷受人
6. 6	御前金船	露栄丸	江戸	荒物・小間物取合、 <u>玉砂糖</u> 、綿、木綿	(省略)	(省略)
				古手取合、菓種 生姜、たばこ (船頭商売物)		

◀図4 「塩の道」経路図 平成2年 山形歴史街道「塩の道」講座（山形地域集落ネットワーク圏協議会）



≪ 3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～湯圓と甜湯円≫

平成 31 (2019) 年 鹿角の家庭・郷土料理 けの汁・けいらん (鹿角市歴史民俗資料館)
● 「甜湯円」(テンタンユエン) は、中国で食べられるおやつをさし、 <u>冬至に食べられる</u> 。もち米で作ることが多い。普通は紅白二色で、 <u>餡はゴマと小豆</u> が入る
甜湯圓 (甘湯円 もち米団子の紅白スイーツ) の作り方 (おいしい台湾料理の簡単レシピ 台湾移住倶楽部)
● <u>甜湯圓</u> (ティエンタンユエン、甘湯円) とは、もち米粉を使った団子を甘いスープで煮たスイーツです。 <u>台湾では紅白二色の団子</u> を使い、お祝い事や各種行事などの時に食卓に並ぶことが多いです。 お祝い事などとは、例えば、-----「 <u>元宵節 (げんしょうせつ)</u> 」やお寺の法会などのことです。
湯円 (フリー百科事典ウイキペディア)
● <u>湯円</u> (繁体字:湯圓、簡体字----) は、中国の伝統的な小吃のひとつ。 <u>冬至の風物詩的な食品</u> で、もち米で作ることが多い。----- 通常は紅白の二色で、餡はゴマとアズキで作る甘いもの(甜湯圓)と肉で作る塩辛いもの(○湯圓)がある。
● 各地における違い
・ <u>四川</u> : 四川地域では <u>湯圓</u> と称される。毎年、 <u>春節の時期</u> に食べられている。特に旧暦の元日と 15 日の両日を象徴する食べ物である。湯円は甘いものと塩辛いものがある。甘いものは黒砂糖やブラウンシュガーを使い、落花生、クルミ、ゴマ、バラなどを加える。
・ <u>台湾</u> : 比較すると小さく、餡も入っていない。通常、黒砂糖と水を加えて煮るか、-----を作る。

≪ 3(4)「クルミや黒砂糖が入った小麦団子」が生まれた事情～けいらんの由来等≫

平成 31 (2019) 年 鹿角の家庭・郷土料理 けの汁・けいらん (鹿角市歴史民俗資料館)										
≪けいらんの伝承範囲≫										
● 「けいらん」の名称で「お吸い物」と「お菓子」の二つのタイプの食べ物が <u>全国各地</u> に伝わっている。										
● <u>お吸い物</u> として伝承されている「けいらん」の分布は、 <u>青森県三八・下北地方、岩手県北部、秋田県鹿角市郡から南部弁・下北弁の方言が使われている範囲に集中</u> していることが読み取れる。										
<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">伝承しており、 今でも食べている</td> <td>岩手県</td> <td>遠野市、久慈市、野田村、洋野町 (旧種市町)、九戸村</td> </tr> <tr> <td>他道県</td> <td>[北海道]松前町、江差町、[青森県]深浦町、むつ市、東通村、十和田市、七戸町、野辺地町、八戸市、[秋田県]鹿角市</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">伝承していた、現在は食べない</td> <td>岩手県</td> <td>八幡平市、二戸市、一戸町、洋野町 (旧大野村)</td> </tr> <tr> <td>他道県</td> <td>[秋田県]小坂町</td> </tr> </table>	伝承しており、 今でも食べている	岩手県	遠野市、久慈市、野田村、洋野町 (旧種市町)、九戸村	他道県	[北海道]松前町、江差町、[青森県]深浦町、むつ市、東通村、十和田市、七戸町、野辺地町、八戸市、[秋田県]鹿角市	伝承していた、現在は食べない	岩手県	八幡平市、二戸市、一戸町、洋野町 (旧大野村)	他道県	[秋田県]小坂町
伝承しており、 今でも食べている		岩手県	遠野市、久慈市、野田村、洋野町 (旧種市町)、九戸村							
	他道県	[北海道]松前町、江差町、[青森県]深浦町、むつ市、東通村、十和田市、七戸町、野辺地町、八戸市、[秋田県]鹿角市								
伝承していた、現在は食べない	岩手県	八幡平市、二戸市、一戸町、洋野町 (旧大野村)								
	他道県	[秋田県]小坂町								
≪発祥地と歴史≫										
● 料理名「 <u>けいらん</u> 」の初見は、 <u>慶長 8 (1603) 年</u> の『邦訳 日葡辞書』(イエズス会宣教師が日本布教のために編纂した辞典)で、「 <u>食物の一種。米の粉で卵の格好に似せて作り、中に砂糖か粗糖かを入れたもの</u> 」と記載している。										
また、 <u>寛永 20 (1643) 年</u> に出版された『 <u>料理物語 (作者不明)</u> 』(江戸時代の料理本の原点と言われている)にはその調理法が記載されている。										
● 吉川誠次は『日本・食の歴史地図』(日本放送出版協会 2002 年刊)で、 <u>鹿角の「けいらん」</u> を取り上げ、----下記のように述べている。										
<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>日本中を見渡してみると、徳島県や香川県の正月のみそ仕立ての雑煮は、餡入りの餅を入れるし(中略)台湾を訪れた際、中国大陸出身の方から一族○○人の大祝賀パーティーに招待された。そのとき、最初の料理として出てきたのが、<u>あん入り白玉だんごが入ったスープ(湯円)</u>だった。(中略)案外<u>大陸文化の影響かもしれない</u>。</p> </div>										
と述べ、 <u>大陸から伝わったのではないかと推察</u> している。										

- また『料理物語』に調理方法が記載されていることから、

東北地方に限った料理とは考えにくい。(中略) 中央の影響を受けにくい東北地方の食風習のなかで今に生きつづけているのだろうと考えたいのだが

と結び、江戸時代から広く親しまれた料理で、しかもお吸い物として東北地方に残った要因として「変化の少ない食のしきたり」と推察している。

- 伝播とその分布を探るヒントは「北前船」、「祇園祭」、「禅宗」と思われる。

北前船(西廻り廻船を含む)が整備されたのは江戸時代中頃である。-----この西廻り、東回り廻船は、上方と日本海・太平洋側の都市を結び文化の伝播役として寄港地とその周辺に上方文化をもたらした。

その代表的なものとして食文化や山車(屋台)行事等があげられる。

- 北前船によって北海道や青森県にもたらされた文化として----山車行事等があり、これを「祇園祭り」と呼ぶところもある。-----このように北前船によって北東北にもたらされた文化・物品は陸路で運ばれる量と比べ遥に多かったと考えられ、山車行事・用具とともに「京都の料理 けいらん」が伝わってきた可能性は否定できない。

- 太田雄治(『秋田 たべもの民俗誌』昭和42年刊の著者)は、古い文献から「けいらん」が禅宗とともに東北地方に伝播したと想定している。

- 禅宗とともに中国から日本に伝わったものとして精進料理や点心がある。精進料理は----であり、点心とは「食事の合間にとる間食で、羊羹や饅頭など」である。

日本に伝来した当時の羊羹は今のものと程遠い食べ物で「羹(あつもの・カン)」と言われた。これは、「具材を汁に浮かべた食べ物」を指した。

「羹」には羊羹、白魚羹、猪羹、鶏卵羹など計48種類があったとされている。

- 羊羹とは「羊の肉を細かく切って汁に浮かべたもの」であったが、動物の肉を嫌った日本では、小麦粉や米粉、小豆粉を丸めたものを汁に浮かべたものへと変化していったと言われている。これが茶道が盛んとなった室町時代には点心として喜ばれるようになり、次第に汁が除かれ、現在私達が口にする「羊羹」に発展したと言われている。

- 羊羹と同様の材料の変化が「鶏卵羹」でもあったのではないだろうか。

中国に餡入り団子を汁に浮かべた「甜湯円(テンタンユェン)があり、冬至やパーティーで食べており、「けいらん」の原型の候補でもあるが、コショウの存在が気になる。

- 鹿角市ではみつ葉や舞茸などの彩が加えられている。小豆餡とコショウのミスマッチともいえる組み合わせは、日本に「羹」として入ってきた時、肉等の生臭さを押さえる・消すために入ってきたものが、鶏卵羹が羊羹と同じような変化を辿りながらも、香辛料として使用され続けた結果と考えられ、鹿角の「けいらん」は、「鶏卵羹」の当時の姿を留めている可能性が高いのではないだろうか。

《まとめ》

- ① 禅宗とともに「羹」の一つとして中国から伝わった「鶏卵羹」が原型で、動物の肉を好まなかった日本において米粉や小豆を使う料理として変化した食べ物と考えられる。
- ② 京で料理として完成された「お吸い物 けいらん」は、北前船によって青森県の各湊に伝えられたものと考えられる。鹿角へは野辺地湊・八戸湊、来満街道を経由して伝わってきた可能性が高い。
- ③ 『料理物語』から、江戸時代初め頃にはすでに一般庶民の間でも食べられていた。  
鹿角に伝わった時期は、市内の禅宗の寺院の創建年代から16世紀中頃から17世紀中頃と考えられる。
- ④ 日本の食文化の変化の過程で、材料が「もち米粉・小豆餡」に変化したのが、鹿角の「けいらん」にコショウが入っているのは、中国から伝わった「羹」に由来するものと考えられ、当初の味を留めている可能性が高い。

## 4 「まめぶ」の作り方

### (1) 使用される材料と調達方法

- 「まめぶ」は、昆布と煮干しでとった出汁に、醤油で味を調え、クルミや黒砂糖（集落や家庭によっては、黒砂糖を入れない）を包み親指大に丸めた小麦粉の団子と、地元で採れたごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、焼き豆腐などを一緒に煮込んだ具だくさんの料理である。好みで、かたくり粉を水で溶かし、汁にとろみをつける。
- 使用される材料は、地域の畑や山で採れたもの（ごぼうやにんじん、しめじ（しいたけ）、クルミ）や地域で作ったもの（焼き豆腐）など、身近に手に入る地元の食材であり、栄養的にも焼き豆腐のたん白質や、各種混合の野菜から出るビタミン類が多いなどバランスがとれており「行事食」、「晴れ食」として食べられたことは日頃の栄養の偏りを是正する先人の「生活の知恵」であった。
- 「まめぶ」は、久慈市山形町内の各地域、各家庭によって、それぞれの個性が発揮され、少しずつ、使用する材料や調理の方法が異なっているが、基本の具材は次のとおりである。

《表1 「まめぶ」の基本の具材》 ※地域、家庭によって入れる具材、味付けが異なること

団子	小麦粉、塩、クルミ、黒砂糖（黒砂糖を入れない場合もある）
汁の具	ごぼう、にんじん、焼き豆腐、かんぴょう、しめじ（しいたけ）、油揚げ
味付け・出汁	醤油、塩、昆布、煮干し、かたくり粉（とろみをつける）

※ キノコについては、基本は「しめじ」であるが、しいたけで代用する場合や、しめじであっても生しめじをそのまま煮込む場合の方が多い。かつては、山で採ってきたしめじを囲炉裏の上部の火棚につるして乾燥させたしめじを使っていた。

#### 《「まめぶ」の材料の例》

まめぶ パンフレット（久慈市）	平成3年 百年前の晴れ食とくらし	平成8年 「食の匠」認定	令和元年 伝え継ぐ日本の家庭料理
	(5人分)	(4人分)	(4~5人用)
だし昆布 少々	だし昆布 少し	出し昆布 15 cm	昆布 15 cm
小麦粉 400 g	小麦粉 400 g	小麦粉 200 g	薄力粉・すいとん粉 200 g
クルミ 30 g	むきぐるみ 30 g	むきぐるみ 30 g	山グルミ 15 g
黒砂糖 50 g			黒砂糖 25 g
かたくり粉 適量	かたくり粉 適宜	かたくり粉 適宜	かたくり粉 適量
にんじん 20 g	人参 20 g	人参 70 g	にんじん 70 g
ごぼう 20 g	ごぼう 20 g	ごぼう 80 g	ごぼう 80 g
油揚げ 40 g	油揚げ 40 g	油揚げ 40 g	油揚げ 40 g
焼き豆腐 150 g	豆腐 150 g	焼き豆腐 150 g	焼き豆腐 150 g
干びょう 10 g	干びょう 10 g	かんぴょう 10 g	かんぴょう 10 g
干ししめじまたは 干しいたけ 15 g	干しいたけ 15 g	干ししめじ 15 g	しめじ 40 g
しょうゆ 50 cc	しょうゆ 50 cc	しょうゆ 50 cc	醤油 大さじ4
		煮干し 5~6本	煮干し 5~6本
		塩 少々	塩 少々

※ 分量についてはそれぞれ異なっており、こだわりの味付けがあると思われる。

## 【参考資料】

### ≪「まめぶ」料理の説明≫

- ・昭和 58 (1983) 年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにゃとやら編纂委員会)
- ・昭和 59 (1984) 年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事 (社団法人農山漁村文化協会)
- ・平成 8 (1996) 年 平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
- ・平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 1 章 衣食住 第 2 節 食
- ・平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻 (通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向 第 1 節 平成期の山形村
- ・平成 27 (2015) 年 平成 27 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)

### ≪ 4(1)「まめぶ」の作り方～「まめぶ」料理の説明≫

昭和 58 (1983) 年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにゃとやら編纂委員会)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 各家庭で味付けに差があるが、<u>汁気が少なく実だくさんの「うま煮」の料理</u>に似ている。</li><li>● 小麦粉でつくった「豆ぶ」の中に、くるみと共に黒砂糖を入れるのが特徴で、甘党の人には楽しみな味である。</li><li>● 栄養的にも焼豆腐のたん白質や、各種混合の野菜から出るビタミン類が多く、バランスがとれて好ましい料理である。晴れ食として、または行事として周年的に食べられたことは、<u>日頃の栄養の偏りを是正する昔人の「生活の知恵」</u>であったのかもしれない。</li></ul>
昭和 59 (1984) 年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事 (社団法人農山漁村文化協会)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 「豆ぶ汁」とはいても、<u>汁気が少なく、実だくさん</u>で、一口にいうと「<u>小麦だんごと焼き豆腐入りの野菜のうま煮</u>」といったものである。</li></ul>
平成 8 (1996) 年 平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"><li>● 「まめぶ」とは、豆粒大のくるみ入りの小麦だんごで、<u>好みで黒砂糖</u>も入れられる。</li><li>● 身近に手に入る各種野菜や豆腐、くるみが用いられており、<u>栄養上からも好ましい料理</u>である。</li></ul>
平成 21 (2009) 年 山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 1 章 衣食住 第 2 節 食
<ul style="list-style-type: none"><li>● まめぶとは、<u>クルミ入りの小麦団子、そして豆腐やキノコ、野菜などを一緒に煮込んで作られる汁物</u>の一種である。</li><li>● まめぶの団子が、小麦粉で作られ、中にクルミが入るという点においては、今も昔も、そしてどの地区にも共通している。しかしながら、クルミとともに、黒砂糖を入れるかどうかについては状況が異なる。(中略) しょっぱい汁物の中に甘い団子というこの取り合わせは、今でこそまめぶを特徴づける要因の一つになっているのだが、<u>まめぶが明治以前からあると考えた場合、黒砂糖を手に入れることは困難であったろうから、そもそもは入れなかった</u>と考えてよいのかもしれない。</li></ul>
平成 27 (2015) 年 山形村誌第 3 巻 (通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向 第 1 節 平成期の山形村
<ul style="list-style-type: none"><li>● 「まめぶ」は、小さく丸めた小麦だんごと、茸・根菜・焼き豆腐等を入れた<u>具だくさんの料理</u>。</li><li>● 時代を経て<u>食生活が豊かになると、だんごの中には、胡桃の外に黒砂糖が入るようになった</u>。</li></ul>
平成 27 (2015) 年 平成 27 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"><li>● まめぶは、くるみ入りの小麦団子と豆腐、野菜、きのこが入り、しょうゆ味のとろみがついた具沢山の煮ものである。なかでも、<u>日野沢地区では、具材にさつまいもが入っていることと甘みのある味つけととろみが強い</u>のが特徴となっている。</li><li>● <u>黒砂糖が手に入るようになったのは明治の中ごろ</u>と言われ、昔はまめぶに黒砂糖を入れる家はまれで、くるみだけの家が大半であった。それを日野沢地区では今も伝えている。</li></ul>

## (2) 調理の方法

○ 調理の方法は、おおむね次のとおりである。

- 1 出汁をとる（昆布や煮干しなど）
- 2 汁に入れる具材を切る（各家庭によって、三角、四角など切り方が異なる）
- 3 まめぶの団子をつくる（親指大の大きさにして、中身が出ないように丸める）
- 4 鍋で煮込む（具材を順番に入れて、最後に「まめぶの団子」を入れる）

### ≪「まめぶ」の調理方法の例≫

まめぶ パンフレット（久慈市）
<ol style="list-style-type: none"> <li>1 水 1ℓに、だし昆布を入れてだしをとる</li> <li>2 にんじん、ごぼうは、いちょう切り、油揚げはせん切り、焼き豆腐は拍子木切り、干びょうは 1.5センチの長さ、干ししめじ（干しいたけ）は水に戻してせん切りにする</li> <li>3 小麦粉は、お湯でこねる それを親指大くらいの大きさに分け、黒砂糖とクルミを入れて中身が出ないように丸くする（クルミだけの地区もあり） ※水でこねると硬くなり、お湯でこねるとやわらかくなります。</li> <li>4 鍋に 2 の野菜を入れ、煮えてきたら 3 の「まめぶ」をいれて、しょうゆで味をつける。 (適量の水溶きかたくり粉でとろみをつける地域もあり) (材料・作り方は地域・家庭により多少違います)</li> </ol>
平成 3 年 百年前の晴れ食とくらし
<ol style="list-style-type: none"> <li>1 水でだし汁をとる</li> <li>2 にんじん、ごぼうはいちょう切り、油揚げはせん切り、豆腐は拍子木切り、干びょうは 1.5センチの長さ、干しいたけは水にもどしてせん切りにする</li> <li>3 小麦粉はかたくり粉を混ぜ、水でこね、親指大位の大きさに分け、くるみをいれて中味がでないように丸くする。</li> <li>4 鍋に 2 の野菜を入れ、しょうゆで味をつけ、1%のかたくり粉でとろみをつける</li> </ol>



### ≪まめぶ団子の作り方≫

#### ◆材料のクルミと黒砂糖



#### ◆練った小麦粉にくぼみをつけて・・・



#### ◆スプーンで黒砂糖を入れる



#### ◆クルミをのせて、“ギュっと”中身が出ないように慎重に



#### ◆手のひらでコロコロと丸めて完成！





《「まめぶ」の調理方法の例》

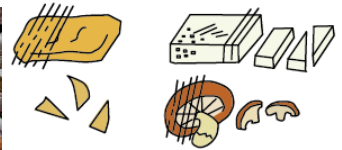
平成8年 「食の匠」認定
<p>1 水に昆布と煮干しで出し汁をつくる</p> <p>2 人参、ごぼうはいちょう切り、油揚げはせん切り、とうふは菱形切り、かんぴょうは1.5センチの長さに切る、干ししめじは水でもどしておく</p> <p>3 小麦粉に少々塩をいれ水でこね、親指大の大きさに分け、くるみを入れて、中身がでないように丸くする（丸くした“まめぶ”は、くっつかないようにかたくり粉をまぶしておく）</p> <p>4 鍋に2の野菜を入れ、一煮たちさせ、まめぶを入れ、しょうゆ、塩で味をととのえる</p>

令和元年 伝え継ぐ日本の家庭料理
<p>1 昆布と煮干しで出しをとる</p> <p>2 にんじん、ごぼうはいちょう切り、油揚げと焼き豆腐は1.5～2cmの三角に切る</p> <p>3 かんぴょうは戻して1.5cm長さに切るしめじは食べやすくほぐす</p> <p>4 おぼんまたはバットにかたくり粉をたっぷり広げておく</p> <p>5 ボウルに粉と塩を入れ、熱湯を加えて箸でざっと混ぜる</p> <p>さわれる熱さになったら、生地がなめらかになるまで手でこねる</p> <p>まな板などに打ち粉をし、直径1.5～2cmの棒状にのばしてから親指大（1個9～10g）にちぎり丸める</p> <p>6 5を指で押しつぶして中心をくぼませ、そこへ黒砂糖をティースプーン1/3量ほどを入れて指で押し、くるみ1かけをのせて、中身が出ないように指でつまんでとじて丸くする</p> <p>4のおぼんに、できたまめぶを入れ、ゆすって転がし、全体にかたくり粉をまぶす</p> <p>7 1のだし汁に2と3を入れ火にかける</p> <p>野菜に火が通ったら醤油と塩で味を調べ、まめぶを入れて煮る</p> <p>まめぶが浮いてきたら、もう一度味を見て整える</p>



《「平成8年「食の匠」認定」の作り方》

- 1 水に昆布と煮干しで出し汁をつくる
- 2 人参、ごぼうはいちょう切り、油揚げはせん切り、とうふは菱形切り、かんぴょうは1.5センチの長さに切る、干ししめじは水でもどしておく



- 3 小麦粉に少々塩をいれ水でこね、親指大の大きさに分け、くるみを入れて、中身がでないように丸くする（丸くした“まめぶ”は、くっつかないようにかたくり粉をまぶしておく）



- 4 鍋に2の野菜を入れ、一煮たちさせ、まめぶを入れ、しょうゆ（塩）で味を調える



### (3) 時代の経過とともに変わってきた食材

- 「まめぶ」は、古くから久慈市山形町（旧山形村）に伝わる郷土食として、地元で手に入る食材で作られ、各家庭に代々受け継がれてきたが、時代の経過とともに、食材の調達が可能になったり、食生活が豊かになるにつれて、「まめぶ」の食材も変わってきた。
- 現在は、味付けに醤油を使っているが、もともとは「澄まし」（味噌に水を加えて、煮たててしぼりとした汁で、醤油の代わりに使うもの）や「たまり」（発酵させた味噌の上澄み）が使われていた。
- また、「まめぶ」の団子の中には、クルミとともに黒砂糖が入っており、「しょっぱい汁物の中に甘い団子」という「まめぶ」を特徴づける要因の一つにもなっているが、明治の初期・中期の「晴れ食」を伝える「百年前の晴れ食とくらし」に掲載されている「まめぶの作り方」の材料に「黒砂糖」は入っておらず、また、久慈市山形町の各集落の「まめぶ」に関する調査（平成18年「昔の暮らし調査」等）によれば「昔は砂糖を入れないこともあった」という集落が複数あるという結果となっている。

黒砂糖が一般に手に入るようになったのは明治の中ごろと言われており、それ以前は入手が困難であったから、「まめぶ」ができた当初には、小麦団子の中に「黒砂糖」は入っていなかったものと考えられる。

#### （「まめぶ」と大豆、生麩）

- なお、「まめぶ」と「大豆」との関係について言及した説がある。  
「東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告」（昭和57年）等においては「昔は、小麦だんごの中に、大豆が入っていたという説もある。現在は、豆粒大のくるみ入りの小麦だんごであるが、あるいは本来は、小麦粉から作った生麩（なまふ）であったのかもしれない」などの記述がある。
- 江戸時代の山形地域においては、大豆が、八戸藩の商品作物として、多く栽培されたこと、一方、小麦の栽培は多くなく貴重な食料であったことから、上記資料のように「まめぶ」あるいは「まめぶのような料理」の始まりの頃は、「大豆」を材料にして作った可能性は考えられるが、それを裏付ける資料等は確認できなかった。

※ 旧山形村には「おっこ」という、おから（卯の花）を除かず、呉汁のまま作られた豆腐が現在も伝えられており、食べ物を大切にして、無駄にしない地域の人々の姿勢、生き方がうかがわれる。

#### 【参考資料】

##### 〈「まめぶ」と大豆〉

- ・昭和57（1982）年 東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書（日本豆類基金協会）
- ・昭和58（1983）年 なにゃとやら 岩手県北地方の伝統食を探る（なにゃとやら編纂委員会）

#### (4) 食され方や盛り付け方法

##### ① 食され方

○ 「まめぶ」は、昔から、「行事食」や「晴れ食」として、年末の煤掃き、年とり、正月、結婚式などのお祝いの時や仏事など、一年を通じて、節目節目の大切な日に、地域や家庭の中で食されてきている。

特に、年末（12月25日頃）に「煤掃き」（大掃除）を行い、家中の煤を払い落とし、清々しい気持ちで新年を迎える準備が整ったあとに食べる食事が、家族みんなで手分けして作った「まめぶ」であった。

○ 最近は、身近な家庭料理として食べられており、平成25（2013）年のNHK朝の連続テレビ小説「あまちゃん」により一躍有名になってからは、行事の際には、「まめぶ」を提供する飲食店や出店もあり、久慈市内で、手軽に「まめぶ」を味わうことができる。

##### ② 盛り付け方法

○ 「まめぶ」は現在、漆器や焼物の器に盛られ、食べているが、昔は、「行事食・晴れ食」として、「お膳」で食べる際には「つぼ」（蓋付きのお椀で、本膳料理に使う小さくて深い器）に盛り付けられた。

○ なお、久慈市大川目町、洋野町大野地区（旧大野村）では、「つぼ」と呼ばれる蓋つきの椀に入れることから、「まめぶ」に似た料理を「つぼっこ」と呼んでいる。

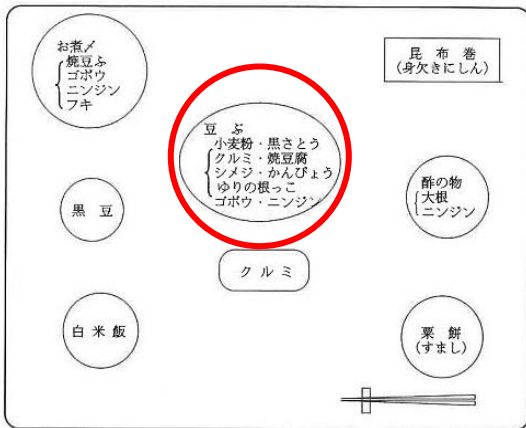
#### 【参考資料】 「まめぶ」を食する時期

- ・昭和57（1982）年 東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書（日本豆類基金協会）
- ・昭和59（1984）年 日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事（社団法人農山漁村文化協会）
- ・平成3（1991）年 百年前の晴れ食と暮らし（山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター）
- ・平成8（1996）年 平成8年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ（久慈農業改良普及センター、農業普及技術課）
- ・平成21（2009）年 山形村誌第1巻（民俗編）第2編 山の暮らし 第1章 衣食住 第3章 風習
- ・平成22（2010）年 久慈地域の食の匠（久慈農業改良普及センター）
- ・平成23（2011）年 食べよういわて 伝統食と食の匠の技（岩手県監修）
- ・平成27（2015）年 山形村誌第3巻（通史編）第5編 近現代 第4章 平成期の動向
- ・平成27（2015）年 平成27年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ（久慈農業改良普及センター、農業普及技術課）

〈図2 「まめぶ」の膳（年とり） 明治初期（1890年）前後〉



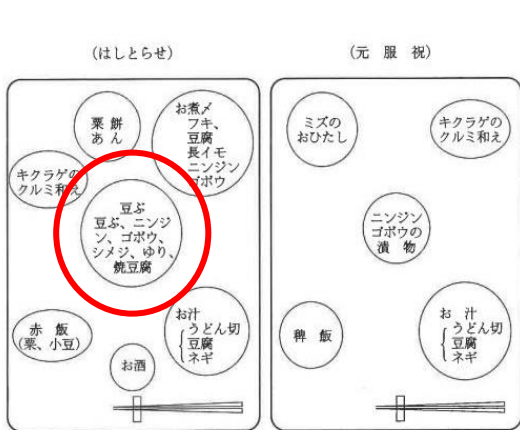
《図5 「まめぶ」の膳(元旦) 明治初期(1890年)前後》



元旦  
(元旦)  
(常餐会調)



《図6 「まめぶ」の膳(はしとらせ) 明治初期(1890年)前後》



元旦祝とはしとらせ  
(圖攝生活改善グループ調)

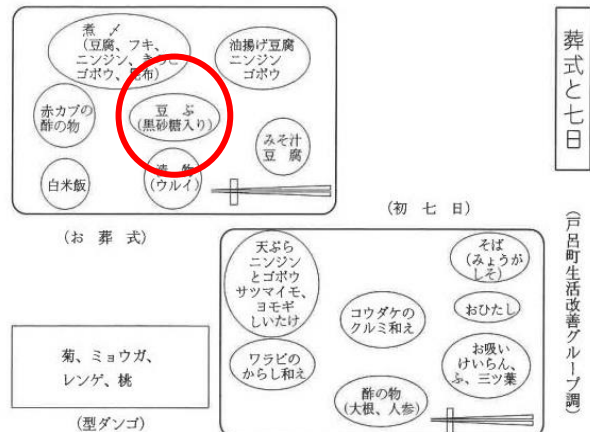


※はしとらせ 嫁いだ2日目に、里帰りで帰った娘と花婿の二人を呼んで、嫁側の親戚がお祝いする

《図7 「まめぶ」の膳(嫁とり) 図8 「まめぶ」の膳(葬式) 明治初期(1890年)前後》



嫁とり  
(あゆみ会調)



葬式と七日  
(戸呂町生活改善グループ調)

## (5) 集落によって異なる作り方

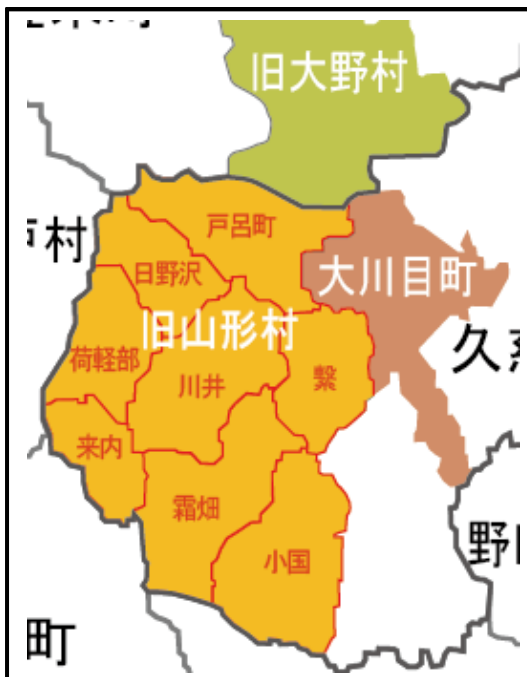
- 久慈市山形町には8つの集落（川井、霜畑、小国、繫、戸呂町、日野沢、荷軽部、来内）があるが、「まめぶ」の団子が小麦粉で作られ、中にクルミが入るといふ点において共通しているものの、団子の形（丸や楕円形）や具材の種類、味付けなどは、8集落ごとに異なっているなど、多様性、独自性に富み、各集落の人々が、「まめぶ」に対して、それぞれ愛着やこだわりを持ち、様々な思い・願いをこめていることがわかる。

### ① 団子の形

- 団子の形は、丸や楕円形であるが、集落によっては、慶弔時によって形を変えて、それぞれの願いを込めたものになっている。

- ・川井 祝い事は鶏卵形（子宝に恵まれますように）、法事は丸形（丸く収まりますように）
- ・戸呂町 嫁とりは「長く」（末永く）、人が死んだときは「丸く」（丸く収まるように）
- ・来内 正月や法事には丸形（何事も丸くおさまりますように）、結婚式には楕円形（末永い幸せを願って）

《図1 「まめぶ」が食される地域》



### ② 団子の中に包む具材

- 団子の中に包む具材は、ほとんどの地区が「クルミと黒砂糖」となっているが、日野沢地区は、団子の中は「クルミ」のみ。

### ③ 汁の具材

- 汁の具材は、基本は「にんじん、ごぼう、油揚げ、焼き豆腐、かんぴょう、しめじ（しいたけ）であるが、そのほか、さつまあげ、こんにゃく（川井）、山菜（小国、繫）、揚げ豆腐（日野沢）、さつまいも（日野沢、戸呂町）が加わる集落がある。



《表9 久慈市山形町の8集落における「まめぶ」の違い》

※ 各家庭によっても、団子の形や具材が異なること

集 落	団子の形	団子の具材	汁の具材					その他	
			ごぼ う	にん じん	焼 き 豆 腐	か ん び よ う	し め じ		油 揚 げ
川 井	お祝い事は <u>鶏卵の形</u> (子宝に恵まれますように)、 法事(葬式)は <u>丸形</u> (丸く収まりますように)	<u>クルミと黒砂糖</u> 昔は、 <u>白砂糖</u> もあったし、 <u>砂糖を入れない</u> こともあった	●	●	●	●	●	●	さつまあげ こんにゃく
霜 畑 (関)	<u>丸形、卵の形</u> (慶弔で違いあり)	<u>クルミと黒砂糖</u> 昔は <u>白砂糖、砂糖を入れない</u> こともあった	●	●	●	●	●	●	
小 国	<u>丸形</u>	<u>クルミと黒砂糖</u> 昔は <u>クルミだけ</u> 大正時代は <u>白砂糖</u>	●	●	●	●	●		季節により 山菜、ふき わらび
荷軽部	<u>丸形</u>	<u>クルミと黒砂糖</u> 昔は白砂糖はなかった	●	●	●	●	●		
日野沢	<u>球体、ラグビーボール</u>	<u>クルミ</u> <u>※汁に砂糖を入れる</u>	●	●	●	●	●	●	揚げ豆腐 さつまいも
戸呂町	<u>球体</u> 嫁を取るときは「 <u>長く</u> 」(末永く) 人が死んだときは「 <u>丸く</u> 」(丸く収まるように)	<u>クルミと黒砂糖</u>	●	●	●	●	●	●	しいたけ さつまいも
繫	<u>丸形</u>	<u>クルミと黒砂糖</u> 昔は <u>白砂糖</u>	●	●	●		●		ふき
来 内	正月や法事には <u>丸形</u> (何事も丸くおさまりますように) 結婚式には <u>楕円形</u> (ラグビーボール) (末永い幸せを願って)	<u>クルミと黒砂糖</u>	●	●	●	●	●	●	干しいたけ
特 徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>丸か楕円形</li> <li>慶弔時によって異なる集落もあること</li> <li>お祝い(楕円形)、仏事(丸)</li> <li>来内地区は、正月も法事も(丸)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日野沢地区は、クルミのみ(汁に砂糖)</li> <li>昔は、クルミのみ、あるいは白砂糖の集落も(霜畑、小国、繫)</li> </ul>	(特徴的な具材)					<ul style="list-style-type: none"> <li>さつまあげ、こんにゃく(川井)</li> <li>山菜(小国、繫)、</li> <li>揚げ豆腐(日野沢)</li> <li>さつまいも(日野沢、戸呂町)</li> <li>しめじの外にしいたけ(戸呂町、来内)</li> </ul>	

出典：1 平成18年(2006)10月山形村誌編さん事業「昔の暮らし調査」

2 令和3年(2021)聞き取り調査

【「まめぶ」のお膳の再現～令和4年1月15日 「まめぶ」展 2022&「まめぶ」食フェスタ 2022】

この料理は、「平成3年（1991）年に製作された『百年前の晴れ食とくらし』に基づいて、明治時代初期の行事食を、現在手に入る材料で再現したものである。

《年取り》



年取り

《元旦》



元旦

《はしとらせ》



はしとらせ

《葬式膳》



葬式膳

【参考資料】

≪ 4(3)時代の経過とともに変わってきた食材～「まめぶ」と大豆、生麩 ≫

昭和 57 (1982) 年	東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書 (日本豆類基金協会)
昭和 58 (1983) 年	なにやとやら 岩手県北地方の伝統食を探る (なにやとやら編集委員会)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● また、昔は小麦だんごの中に、大豆が入っていたからだともいわれている。 現在は親指大のくるみ入りの小麦だんごであるが、あるいは本来は、小麦粉から作った生麩(なまふ)であったのかもしれない。 <b>南部叢書</b>によると「喜ばしいことの意味も含め、だんごの中に大豆を入れ、喜ばしい時に食べられた」と記されている。この地方は、山の幸が豊富であるため、いつのころからか中に入れる大豆がくるみに変わり、現在に伝わっていると推定される。 (※ 南部叢書を調べたが、該当する記述は見つけることはできなかったこと)</li> </ul>	

≪ 4(4)食され方や盛り付け方～「まめぶ」を食する時期 ≫

昭和 57 (1982) 年	東北地方における豆類・雑穀類等の郷土食慣行調査報告書 (日本豆類基金協会)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 行事食や晴食として<b>結婚などお祝いの時や、正月、仏事の初七日</b>などに「つぼ」として必ず作られた。</li> <li>● 昔は正月とか節句の一番のごちそうとして食べられた。初めは「豆」ということからおめでたい日に食べられたものが、だしを変え、仏儀にも使われるようになった。</li> <li>● 豆ぶ汁は、<b>祝事でも仏事でも必ず“つぼ”に盛り付けられた</b>。“つぼ”とは、正式の日本料理で使う小さくて深い器を意味し、野菜の料理などを盛って出すものだそうである。</li> </ul>	
昭和 59 (1984) 年	日本の食生活全集③ 聞き書 岩手の食事 (社団法人農山漁村文化協会)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 九戸郡大野村や山形村に伝わっているもので、<b>結婚式、正月、法事</b>などのときにつくる。</li> </ul>	
平成 3 (1991) 年	百年前の晴れ食と暮らし (山形村生活改善協議会、山形村、久慈農業改良普及センター)
(まめぶの起源と原語の自説 - 平田 勝雄 さん投稿)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● この作業(12月27日の煤掃き)が終わってからの<b>夕食の汁</b>は、自在鍵に大きなつるなべを下げて、地味噌を煮て絞った汁に、干ししめじのだしの<b>「まめぶ汁」であったから、煤掃きの晴食</b>であったと思う。 (写真、図、表中に、「まめぶ」の表示がある行事等)</li> <li>● <b>元日、嫁とり、葬式膳、はしとらせ、女の年とり、すすはき(はらい)、年とり</b></li> </ul>	
平成 8 (1996) 年	平成 8 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>行事食や晴食として結婚式などのお祝いのときや仏事の初七日などの「つぼ」として作られた。</b> 最近では年中、家庭の行事食として食べられており、山形村の家庭料理として定着している。</li> </ul>	
平成 21 (2009) 年	山形村誌第 1 巻 (民俗編) 第 2 編 山の暮らし 第 1 章 衣食住 第 3 章 風習
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 現在においては、何かしらの催しなどで、山形村の郷土料理として出品されている例が多いのだが、暮らしの中では、<b>年取りの日などに欠かさず作られていた。</b></li> <li>● また、<b>お祝い事や仏事</b>といった節目のときにおける団子の作り方を見ると、---- (省略) ----。</li> <li>● このほか、「年取り」に日には大抵の家で作られたし、<b>「時節句」、「秋振る舞い」</b>など、さまざまな場面でまめぶが登場した。</li> </ul>	
平成 22 (2010) 年	久慈地域の食の匠 (久慈農業改良普及センター)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「まめぶ」は、<b>行事食や「ハレ」食として、正月や結婚などお祝いの時</b>などに作られた、久慈市山形町の伝統食です。</li> </ul>	
平成 23 (2011) 年	食べよういわて 伝統食と食の匠の技 (岩手県監修)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>行事食や晴食として結婚式などのお祝いのときや仏事の初七日などの「つぼ」としてつくられてきました。</b></li> </ul>	
平成 27 (2015) 年	山形村誌第 3 巻 (通史編) 第 5 編 近現代 第 4 章 平成期の動向
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手間のかかるものであるが、晴れ食として大切に受け継がれてきており、今でも、<b>正月</b>はもちろん、山形の<b>冠婚葬祭</b>には欠かせないものとなっている。</li> </ul>	
平成 27 (2015) 年	平成 27 年度岩手県食の匠 認定料理まめぶ (久慈農業改良普及センター、農業普及技術課)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>主に年取り、お祝い事やご不幸のときに、蓋付きのお椀(つぼ)に入れて</b>食べられているほか、各家庭で季節の食材や家族の好みに合わせた具材を用いて食べられている。</li> </ul>	



## 5 「まめぶ」の継承

### (1) 伝承者の主体

- 「まめぶ」の誕生以来、「まめぶ」を伝え、守ってきたのは、地域の人々であり、各家庭であった。

各家庭には、それぞれの集落の「まめぶ」の作り方、味を基本に、各家庭の「まめぶ」の作り方、味があり、年末や正月などに、家族みんなで「まめぶ」を作る中で、親から子へ、おばあさんからお嫁さんへと、「まめぶ」料理の技術・作法が伝承されてきた。

また、冠婚葬祭があるときは、必ず近隣の家々から手伝いがあり、みんなで「まめぶ」を作っていくことを通じて、地域の先輩などから、「まめぶ」の作り方などを学んできた。

- 近年においては、地域の女性で組織する山形村生活改善協議会（現：久慈市生活研究グループ連絡会山形支部）などの団体が、積極的に、「まめぶ」などの地域の郷土食の普及・伝承活動を行っている。

《表 10 「まめぶ」等の郷土料理の保存・継承団体》

(生活研究グループ等)

団体名	地 域
久慈市生活研究グループ連絡会山形支部	久慈市山形町全域
おふくろの味友の会、常磐会	川井
成谷自然食の会、あゆみ会	霜畑
小国古然食の会	小国
日野沢館石会、日野沢ふるさとライブの会	日野沢
戸呂町母ちゃん短角牛まんの会	戸呂町
まめぶの家、久慈まめぶ部屋、荷軽部生活研究グループ	荷軽部

(郷土料理)

郷土料理	団体等
まめぶ	小国古然食の会、成谷自然食の会 まめぶの家、おふくろの味友の会
手打ちそば	成谷自然食の会
小豆団子、栗団子、みみこもち	まめぶの家、おふくろの味友の会
べご汁	JA 新いわてくじ短角牛肥育部会
ほどもち	バッテリー村、来内曲がり屋の会 まめぶの家
へっちょこ団子（うきうき団子）	生活研究グループ
山形短角牛と変わり団子汁	まめぶの家

## (2) 「まめぶ」の知名度・周知の広がり

- 「まめぶ」は、岩手県北地域の一部だけに伝わる郷土食であり、地域外では、ほとんど無名であったが、山形村生活改善協議会などの生活研究グループや「久慈まめぶ部屋」などの地域団体による積極的な活動や、「北のコナモン博覧会」の開催、さらには、NHK連続テレビ小説「あまちゃん」の放送により、広く全国的に知られるようになっていく。

(地域(旧山形村)外ではほとんど無名の「まめぶ」)

- ☆ 平成 4年 山形村生活改善協議会が、「まめぶ」で国土庁長官賞
- ☆ 平成 8年、「まめぶ」を伝承する「山形村生活改善協議会」が岩手県の「食の匠」に認定
- ☆ 平成 10年、「北東北知事サミット」で、岩手の郷土食として提供  
(平成18年、久慈市と山形村が合併～地域活力の低下に危機感)
- ☆ 平成 22年、「北のコナモン博覧会」に「まめぶ」出展(以後、平成25年度の第5回まで、毎回出展)
- ☆ 平成 22年、「久慈まめぶ部屋」が結成
- ☆ 平成 23年3月11日東日本大震災発災、翌日から久慈まめぶ部屋が「まめぶ」の炊き出し活動
- ☆ 平成 23年、東日本大震災の炊き出し活動が評価され「B-1グランプリ」初出場  
(以後毎年出場。平成25年5位入賞。26年6位入賞。県内外のイベント・行事に参加)
- ☆ 平成 25年(4月～9月)、NHK朝の連続テレビ小説「あまちゃん」に「まめぶ」が紹介  
(郷土食として「まめぶ」登場～全国的に、「まめぶ」が知られるようになる)

## ① 国土庁長官賞を受賞

- 平成4（1992）年、山形村生活改善協議会が「まめぶ」で、国土庁主催の食アメニティ・コンテストの国土庁長官賞（「集いの食」部門で“晴れ食の研究賞”）を受賞した。

このコンテストは、国土庁の「食アメニティを考える会」が、農山漁村の隠れた食文化を発掘しようといわれたもので、「まめぶ」は、晴れ食に欠かせない素晴らしい郷土食であること、地域の特産品である小麦、クルミ、しめじ、豆類、山の幸をふんだんに活用していることが認められた。

- なお、山形村生活改善協議会は、その1年前の平成3（1991）年、村政百年と結成十周年記念として、地域のお年寄りから聞き取り調査などをして、晴れ食の伝承活動の成果をまとめた「百年前の晴れ食と暮らし」を刊行し、その後の「地域の食文化」の普及・伝承活動に大いに役立てている。



〔平成4年 広報やまがた（336号）〕

## ② 「食の匠」に認定

- 岩手県は、平成8（1996）年、これまで培われてきた知恵や技能を保存、伝承するとともに、「岩手ならではの食文化」を丸ごと消費者に発信し、地域農産物の生産拡大や「食の匠」による“ふるさとの味”づくりを通して、地域活性化につながることをねらいとして、郷土食等の優れた技術を有し、その技術を伝承できる方を「食の匠」として認定する制度を創設した。

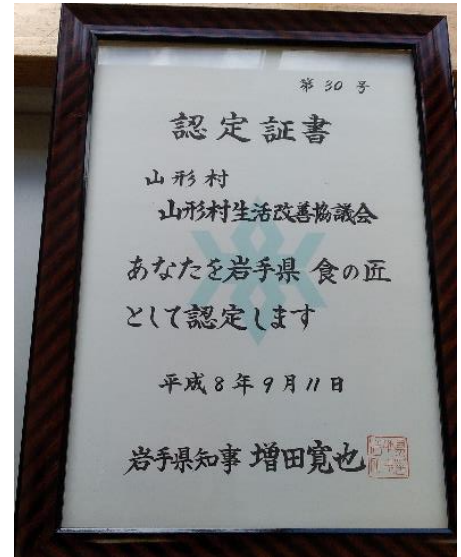
### 【「食の匠」の認定要件】

- 1 いわての郷土食に係わる優れた技術を有する者で、地域の中あるいは飲食業界等で相当評価されていること。
- 2 技術を公開し、伝承できること。
- 3 各種イベントや講座等で指導、実演ができること。
- 4 匠の技は、地域内（県内）で生産される食材の加工、料理に関するものであること。
- 5 自ら伝承活動を積極的に行い、地域住民から厚い信頼を得ていること。

- 「まめぶ」は、初年度の平成8（1996）年に、当時の山形村生活改善協議会が「まめぶ」を伝承する「食の匠」として認定された。

また、平成27（2015）年には、久慈市山形町内では、さつまいもを具材に入れるなど特色のある「まめぶ」を伝承しているとして、日野沢地区で「まめぶ」の普及・伝承活動に取り組んでいる方が、「食の匠」に認定されている。

《平成8年度》



《平成27年度》



③ 「北東北知事サミット」で「まめぶ」が提供

○ 北東北三県（青森県、秋田県、岩手県）が、共通の政策課題をテーマに意見交換を行い、一層の交流・連携により北東北全体の発展をめざすために、平成10（1998）年10月22日、岩手県滝沢市（旧滝沢村）の岩手県立大学において、北東北三県の知事が出席して「第2回北東北知事サミット」が開催された。

サミットでは、「北東北からの提案“21世紀人と環境の新時代”」をテーマに、当時の西澤潤一岩手県立大学学長、瀬戸雄三アサヒビール(株)社長など6名のゲストの方々と議論、意見交換が交わされ、6項目の広域連携事業を進めることが合意された。

○ このサミットにおける昼食の献立は、三県自慢の食材・料理で構成されたが、その献立の一品に、「他地域にはない、岩手を代表する郷土食、伝統食」として岩手県山形村の「まめぶ」が提供された。

当日は、山形村生活改善協議会のメンバーの方々が、岩手県立大学に出向いて料理し、出来立ての「まめぶ」で、知事やゲストの方々をもてなした。



[平成10年10月23日 岩手日報]

		御 献 立
一、	御飯	(秋田県産)
一、	雑穀飯	(岩手県産)
一、	まのぶ汁 (岩手県山形村郷土料理)	
一、	山女の塩焼き	(岩手県産)
一、	ほたての貝焼き	(青森県産)
一、	じゅんさいの酢のもの	(秋田県産)
一、	ほうれん草のお浸し	(岩手県産)
一、	豆腐田楽	(秋田県産、岩手県産)
一、	手打蕎麦	(岩手県産)
一、	漬けもの	(青森県産、秋田県産)
一、	果物	(青森県産)
一、	冷菜	(岩手県産)

### 【北東北サミットでの「まめぶ」の解説】

- 昔から、すすはき（旧暦 12/28）、年取り（12/31）、正月などの「晴食」として、また、慶弔などの「行事食」として食されてきた、岩手県山形村の郷土料理。
- 豆粒大のくるみ入りの小麦だんごを、身近に手に入る各種野菜や豆腐などで煮るもの。
- まめぶは、豆粒大の大きさに作ることからこう呼ばれているが、豆々しく、健康で達者に、また、無事に暮らせるようにとの願いが込められている。
- 各家庭、集落によっても作り方が異なっている。味付けは、まめぶの中にクルミのほかに砂糖（黒砂糖、白砂糖）を入れるもの、入れないものなど、地区によっても違っている。
- 賓客の来客があると、「まめぶ汁」や「田楽」などでもてなしていた。

### ④ 「北のコナモン博覧会」に「まめぶ」出展

- 岩手県久慈地域・二戸地域及び青森県八戸地域（三圏域）に古くから根付いている粉食文化を発信し、地域の交流拡大はもとより、新しい冬季観光の目玉として地域外からの誘客を図るために、「北のコナモン博覧会」が開催された。

「北のコナモン博覧会」とは、「三圏域」をひとつの博覧会の会場にみたくて、開催期間中、コナモンを取り扱う飲食店や販売店などのコナモンメニューを紹介したガイドブックを作成し、お客様には、スタンプラリー形式でお店をめぐるもらうイベントであり、平成 21 年度から 25 年度まで開催された。

- 「まめぶ」は、久慈地域を代表するコナモンとして選定され、第 1 回から毎回「北のコナモン博覧会」に出展したことにより、当圏域内外に周知される大きな契機となった。

#### 《北のコナモン博覧会》

- ◆ 主催 三圏域連携懇談会（八戸市、久慈市、二戸市、青森県三八地域県民局、岩手県県北広域振興局）
- ◆ 協力 日本コナモン協会
- ◆ 開催 第 1 回 平成 22. 1. 9～22. 3. 22  
第 2 回 平成 22. 12. 4～23. 3. 27  
第 3 回 平成 23. 12. 1～24. 2. 29  
第 4 回 平成 24. 12. 1～25. 2. 28  
第 5 回 平成 25. 11. 1～26. 1. 31
- ◆ 三圏域の代表的なコナモン
  - ・まめぶ（久慈地域） ・へっちょこ団子（二戸地域）
  - ・せんべい汁（八戸地域）
  - ・ひつつみ、くしもち、豆しとぎ など



## ⑤ 「久慈まめぶ部屋」の結成

- 平成 18 (2006) 年、久慈市と山形村が合併したが、市村合併によって地域の活性化が低下したのでは、との声が出始めた。

そこで、「食」で何か活動ができないかと、久慈市観光物産協会の協力を得て、山形地区の 8 集落の一つの荷軽部の青年会が調査したところ、「まめぶ」は山形町だけで食べられていたことが分かった。

このため、荷軽部青年会の有志により、平成 22 (2010) 年、郷土料理「まめぶ」の伝承活動を通して地域活性化をめざす地域づくり団体「久慈まめぶ部屋」が結成された。

- 「久慈まめぶ部屋」は、平成 23 (2011) 年 3 月 11 日の東日本大震災津波が発生した際には、その翌日から、久慈市内の避難所で「まめぶ」の炊き出し活動を開始した。

以来、「久慈まめぶ部屋」は、メンバーそれぞれが仕事を持ちながらも結束し、半年もの間、毎週土曜日・日曜日を中心に、総数 1 万食を用意して、岩手県沿岸部と宮城県の一部の被災地で、「まめぶ」の炊き出し活動を展開した。

- このような活動が、「ご当地グルメでまちおこし団体連絡協議会（愛 B リーグ）」に認められ、平成 23 (2011) 年 11 月 9、10 日に兵庫県姫路市で開催された「B-1 グランプリ」に初めて出展した。

さらに、イベント終了後に「スタジオに生出演してほしい」と全国区のテレビ局からオファーを受け、翌朝の 11 月 11 日、東京で、生放送番組に出演し「まめぶ」が紹介され、この放送後あたりから、メディアなどで「久慈市の郷土料理まめぶ」として紹介されることが増えていった。

### ◀ 「久慈まめぶ部屋」の名前の由来 ▶

- 山形町は相撲が盛んで、山形町出身の郷土力士である元小結・栃乃花関（現春日野部屋、二十山親方）の生誕地であることから名づけられた。

### ◀ 「B-1 グランプリ」の主な成績 ▶

- ・平成 25 年  
「第 8 回 B-1 グランプリ in 豊川」  
岩手県勢初の 5 位入賞
- ・平成 26 年  
「第 9 回 B-1 グランプリ in 郡山」  
2 年連続となる 6 位入賞



〔平成 25 年 11 月 久慈市山形総合支所だより〕

『東日本大震災』災害ボランティア炊き出し支援（久慈まめぶ部屋）

- 3/11(金) 東日本大震災発生
- 3/12(土) 久慈市に300食提供（市役所避難所、久慈東高校避難所に配給） 部屋員：6名
- 3/16(水) 湊分館避難所に50食提供 部屋員：2名
- 3/17(木) 防災センター避難所に100食提供 部屋員：2名
- 3/18(金) 久喜保育園避難所に50食提供 部屋員：2名
- 3/19(土) 福祉の村避難所に100食提供 部屋員：10名、サポーター1名（太田）
- 3/25(金) 野田村の避難所(4カ所)に400食提供 部屋員：10名+久慈割烹着隊
- 4/10(日) 田野畑村の避難所に400食提供 部屋員：14名
- 4/17(日) 宮古市田老の避難所に700食提供 部屋員：10名、サポーター3名（太田・山崎・恭平）
- 4/24(日) 宮古市の避難所(2カ所)に500食提供 部屋員：10名、サポーター1名（太田）
- 4/29(金・祝) 陸前高田市の避難所に600食提供 部屋員：10名、サポーター2名（太田・中屋敷）
- 4/30(土) 大船渡市の避難所に600食提供 部屋員：10名、サポーター2名（太田・中屋敷）
- 5/3(火・祝) 宮城県石巻市の避難所に1,000食提供 部屋員：6名
- 5/4(水・祝) 宮城県石巻市の避難所に600食提供 部屋員：6名
- 5/15(日) 岩泉町の避難所に100食提供 部屋員：8名、サポーター3名（太田・中屋敷・欠ノ下）
- 5/21(土) 大槌町の避難所に350食提供 部屋員：9名、サポーター4名（太田・中屋敷・欠ノ下・大木戸）
- 5/22(日) 釜石市の避難所に400食提供 部屋員：11名、サポーター3名（太田・中屋敷・欠ノ下）
- 5/27(金) 山田町の避難所に500食提供 部屋員：6名、二十山後援会4名（南野・小山・市長奥様・桑田）
- 5/29(日) 野田村はじまるの日巡業 300食提供 部屋員2名、サポーター2名（太田・欠ノ下）
- 6/25(土)・26(日) 宮城県石巻市B-1団体合同炊き出し 部屋員2名
- 7/18(祝・月) 県北観光企画炊き出しライナー巡業（昼：山田町、夜：大槌町）各500食提供 部屋員10名
- 7/20(水) 学習院大学ボランティア支援合同炊き出し in 田老巡業 500食提供 部屋員2名ほか

⑥ NHK連続テレビ小説「あまちゃん」に登場

- 平成25（2013）年4月、久慈市を主な舞台としたNHK連続テレビ小説「あまちゃん」の放送が始まったが、第1話から、ドラマ上の架空の町「北三陸市」の郷土食として、「まめぶ」が登場した。
- 「あまちゃん」は、連続テレビ小説の中でも大きな話題を呼んだ番組となり、「まめぶ」は節目節目の「晴れの日」の食事としてたびたび登場し、全国的にも大いに知られるようになり、久慈市とともに「まめぶ」が全国に広まり、「まめぶ」を求めて、観光客が訪れるようになった。

《NHKウイークリーステラ（あまちゃん特別編集版）平成25年4月5日発行から（抜粋）》

この地方の郷土料理「まめぶ汁」。東京から北三陸にやって来たヒロイン・アキが大好きになる郷土料理だ。久慈駅にほど近い「まめぶの家」にお邪魔した。「まめまめしく、達者で暮らせるように」という願いが込められているんです」と店主の谷地さん。しょっぱい煮汁のなかで、だんごの黒砂糖の甘さとクルミの香ばしさが広がり、絶妙なハーモニーを奏でる。はじめは「え？」と思うかもしれないが、最後は「これは！」と納得すること請け合い。この地を訪れたら是非味わいたい。







### (3) 「まめぶ」による地域活性化

- 「まめぶ」は、年間を通して、節目節目の行事の際に食されているなど、地域の人々の生活に溶け込み、身近な家庭料理として親しまれてきたが、様々な地域団体による「まめぶ」の伝承活動、宣伝・普及活動の展開、さらには、NHK連続テレビ小説「あまちゃん」で全国的に有名になったことを背景・強みとして、様々な地域活性化の取り組みが進められている。
- 久慈市山形町内の生活研究グループなどは、定期的に「まめぶ」の講習会や、郷土料理作り体験を開催しているほか、学校給食でも「まめぶ」が提供されるなど、「ふるさと」を見つめ直し、地域への愛着・誇り・連帯感を高める取り組みが様々展開されている。
- 「久慈まめぶ部屋」は、久慈市山形町の代表的な行事である「平庭闘牛大会」（6月、8月、10月）や、山形町内8集落のお祭り「ぐれっと！やまがた街道（けえどお）祭」（10月）などの地域行事・イベントをはじめとして、久慈市中心部や県北地域、さらには県レベルのイベント等にも出向き、「まめぶ」や久慈市のPR、宣伝活動に取り組んでいる。
- このような地域の多くの人々による活動が実を結び、「まめぶ」は、全国の「粉食文化」の中でオンリーワンとも言えるコナモンとして、久慈市・県北地域の代表的な観光資源に定着し、久慈市の魅力増進・情報発信に貢献する「地域の宝」となっている。

《北いわて広域観光情報ガイドブック（久慈広域観光協議会）》 《久慈市観光ガイドブック》



《表 11 「まめぶ」取り扱い店》

久慈市内		久慈市山形町内	
①	道の駅くじ やませ土風館内「山海里」	①	道の駅白樺の里やまがた 食楽「くうらく」
②	おおみ屋	②	平庭山荘内 レストラン「やまぼうし」
③	鮭処きよ田	③	炭々館
④	魚棚	④	平庭高原レストラン「白い森」
⑤	産直まちなか	⑤	まめぶの家
⑥	ふれあい産直ショップ「花野果」	⑥	農家レストラン「成谷自然食の会」
⑦	KENSOH	⑦	ジンギスカン白樺
		⑧	リカーフーズきちや

#### (4) 「まめぶ」の保存・継承活動の取り組み

○ 本事業を契機として、新たな「まめぶ」の保存・継承の活動が推進され、その取り組みは、「まめぶ」だけに限定しないで、久慈市山形町の郷土料理全般の保存・継承活動へと展開されている。

○ 本事業を契機として、新たな「まめぶ」の保存・継承の取り組みが動き出してきた。

地元の小中学校の児童・生徒に、地域の「食文化」を守り育てていくことの意義・大切さを学んでもらうために、学校と連携した「まめぶ未来継承講座」を開催し、子供たちの感想をまとめた文集を作成した。また、「まめぶ」の保存・継承の地域の担い手を育成するための「まめぶ継承講座」を開催した。

また、地域の住民をはじめ多くの方々に、「まめぶ」の魅力や、歴史、文化的価値などを広く知ってもらうために、『山形歴史街道「まめぶ」講座』（開催結果を小冊子として編集）と『「まめぶ」展 2022&「まめぶ」食フェスタ 2022』を初開催した。

さらに、地域の宝「まめぶ」を広く知ってもらい、次の世代にも引き継いでいくために、クオリティの高い動画「まめぶ」を作成するとともに、「まめぶ未来継承講座」、「まめぶ継承講座」の記録動画も作成した。

○ このような保存・継承活動を「まめぶ」を含めた久慈市山形町の郷土料理全体に広げ、組織的・継続的に展開していくために、山形町内の生活研究グループ、郷土料理グループや、行政、外部専門家などで構成する「山形町郷土食保存継承の会」が、令和4年3月に発足した。

○ 今後は、「山形町郷土食保存継承の会」を中心に、各種講座や企画展などを継続的に開催するとともに、各活動団体の連携を強めながら、「地域の宝」である郷土料理・「食文化」を守り、継承していくことで、地域の振興、活性化に取り組んでいく。

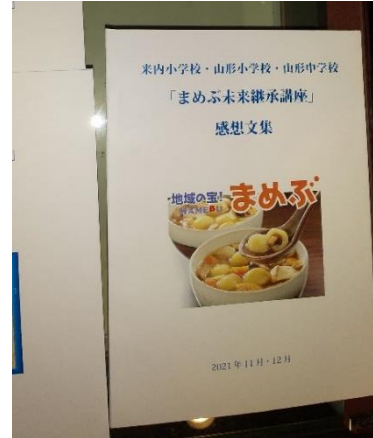


[令和4年1月30日 岩手日報]

《表 12 「まめぶ未来継承講座」実施状況》

実施日	実施校	参加人員
令和3年11月11日(木)	山形中学校 3年生	3年生全員15名+担任3名、校長、副校長
令和3年12月1日(水)	来内小学校 全学年	全校児童7名+担任、校長
令和3年12月2日(木)	山形小学校 6年生	6年生全員10名+担任、校長、副校長
令和3年12月3日(金)	山形中学校 1年生	1年生全員17名+担任3名、校長、副校長
令和3年12月14日(火)	山形中学校 2年生	2年生全員11名+担任4名、校長、副校長

(令和3年12月1日 来内小学校での未来継承講座風景)



「まめぶ」を作った子供たちの感想文



「まめぶ」を次世代に 来内小で継承講座

久慈市久慈・来内小(柴田 智子校長、児童7人)の全校児童は1日、久慈市の「まめぶ未来継承講座」を受講し、調理体験などを通じて郷土料理に理解を深めた。

市職員が同市山形町の同校を訪問し、まめぶの歴史を解説。児童は▽地域で嗜れ食として欠かせない▽地区ごとに材料や風味が異なる一などの話に真剣に聞き入った。

その後、地元の主婦らとまめぶ作りに挑戦。四苦八苦しながら野菜や豆腐などの具材を切った後、小麦団子でクルミと黒砂糖を優しく包み、全員で味わった。

大上煌魁君(6年)は「一からまめぶを作り工程を知ることができた。久慈市以外の

人にも味わってほしい」とうなずいた。

講座は「まめぶ」の無形民俗文化財登録を目指す市の事業の一環。年内に同市山形町内の全3小中学校で行い、登録の機運を高める。

地元の主婦にコツを教わりながらまめぶを作る来内小の児童

[令和3年12月3日 岩手日報]

《表 13 「まめぶ継承講座」実施状況》

実施日	実施場所	参加人員
令和3年12月4日(土)	久慈市山村文化交流センターおらほーる	30人



《表14 山形歴史街道「まめぶ」講座・「まめぶ」展2022・「まめぶ」食フェスタ2022実施状況》  
 (山形歴史街道「まめぶ」講座)

実施日	実施場所	参加人員
令和3年11月13日(木)	久慈市山村文化交流センターおらほーる	160人
(「まめぶ」展2022)		
実施日	実施場所	参加人員
令和4年1月15日(土)～21日(金)	久慈市山村文化交流センターおらほーる	260人
(「まめぶ」食フェスタ2022)		
実施日	実施場所	参加人員
令和4年1月15日(土)・16日(日)	久慈市山村文化交流センターおらほーる	230人

《「まめぶ」展2022・「まめぶ」食フェスタ2022 オープニングセレモニー》



《「まめぶ」の食べ比べ(8種類)》



《資料展示》



《「まめぶ」を紹介するロールスクリーン》



[令和4年1月15日 岩手日報]

## 見て食べて まめぶ知ろう

### 山形町できょうから2行事

**久慈** 久慈市山形地区の郷土料理まめぶをPRする「まめぶ展2022」と「まめぶ食フェスタ2022」は15日から、同市山形町のおらほーるで開かれる。江戸時代から受け継がれる地域の宝を再評価する。

まめぶ展は21日まで、ロールスクリーンパネルによる魅力紹介や、「百年前の晴れ食」御膳の再現、文庫資料展示を行う。午前10時～午後4時。初日の15日は午前11時から、オープニングセレモニーを行う。

まめぶ食フェスタは16日までの2日間、町内の各集落に伝わるまめぶの食べ比べができる。形や具材が違う8種類のまめぶ汁100食分を無料で振る舞う。午前11時～午後2時。

市は昨年9月に「まめぶ」有識者会議を発足。食文化ストーリーを構築し、国の無形民俗文化財登録を目指している。

「まめぶ食フェスタ2022」で振る舞われる各集落のまめぶ

## 《山形町郷土食保存継承の会》

**1 組織の名称** 山形町郷土食保存継承の会

**2 設立年月日** 令和4年3月8日

### **3 目的**

山形町を中心に伝承、食されている郷土料理が、地域の食文化として文化的価値があることの実証や広く情報発信することで知名度を高めるとともに、関係団体や地域の達人、郷土料理愛好者などが一体となってこれを保存継承し、山形町の郷土料理の振興発展と山形町地域振興の向上に寄与することを目的とする。

### **4 事業**

- (1) 会員相互の郷土料理の情報交換に関する事業
- (2) 郷土料理の保存継承に関する事業
- (3) 郷土料理が、生活文化における文化的価値があることの実証に関する事業
- (4) 郷土料理を広く周知発信する事業
- (5) 郷土料理を活用しての地域振興への寄与に関する事業
- (6) より優れ文化的価値があると思われる郷土料理等の、無形の民俗文化財への登録推進に関する事業
- (7) その他、本会の目的達成に必要な事業

#### **《令和4年度の活動計画》**

- ① まめぶ展 2023&まめぶ食フェスタ 2023 の開催（まめぶ以外の郷土料理の拡充も検討）  
11月頃を想定
- ② ぐれっとやまがた街道祭での郷土料理の紹介と普及
- ③ 未来継承講座の開催（子供たちへの理解力向上と継承）  
市内の園児や児童生徒を対象に実施する予定。  
久慈地方農業農村活性化推進協議会との連携を図りながら取り組んでいく。
- ④ 100年フードの促進（のぼり旗の作成等）
- ⑤ 各種イベントへの出展によるPR
- ⑥ おらほーる活用事業の実施（食文化ミュージアムの促進）
- ⑦ 郷土料理のレプリカづくりと展示
- ⑧ 食の匠の推薦
- ⑨ その他、事業の方針に沿って取り組む

### **5 会員**

- (1) 各地域の「食の匠」や、名人・達人、郷土料理を愛好する個人等
- (2) 山形町内の生活研究グループ、郷土料理グループ
- (3) 体験受け入れ可能な既存組織
- (4) 各地区婦人会や女性組織、老人クラブの女性部会
- (5) 「まめぶ」など、郷土料理が食べられる町内の店
- (6) 行政機関や指導機関

### **6 活動資金**

- (1) 会員の会費
- (2) その他の収入（久慈市補助金、民間団体の助成事業の活用）