

# 愛媛県における魚食の食習慣とその背景

松浦紀美恵\*, 垣原登志子\*\*

## The Eating Habits of Fish food and Its Environment in the Ehime Prefecture

Kimie Matsuura \*, Toshiko Kakihara \*\*

### 要 約

我が国では高度経済成長に伴う工業の発達や所得の向上により、人々の生活が大きく変化した。流通や交通網の発達により、都市部をはじめ農産漁村地方においても食や暮らしが画一化され、都市部・農産漁村部の特色が失われつつある。地域の個性を知る1つの方策として「食」が重要であると考えられる。こうして時代の食が失われ、日本独自の食文化が伝承されなくなっていることが懸念される。

本稿では、主菜である魚を通して食習慣について調査を行うことにした。今回は現在、魚の養殖が日本一である愛媛県を調査対象地とした。愛媛県の特徴は、耕作面積が全国平均より少ないこと、海岸線がリアル式で長いこと、山地と海が近く急峻であること、島嶼部が多いことである。

研究目的は、愛媛の食文化形成要因を明らかにすることである。調査は史誌、村史、書籍等の資料を用い、昭和40年代までの生活および食生活に焦点を絞った。

調査結果より、愛媛県で食用とされていた魚の種類は、現在とほぼ同じであること、また瀬戸内海独特の魚の存在が確認された。ほとんどの地域で魚が主菜として食されていた。

日常食としてはイワシなどの小魚や雑魚を用い、天ぶらや地域で椀種（すり身）、酢漬け、煮付けなどに加え、おからを白飯にみたてた「すし」のネタとして利用していた。非日常食に利用する魚は、愛媛県全域でタイであった。料理法として生食（刺身）は同じであるが、東予地域では丸焼きか、炊き込みご飯の具材として、南予地域ではさつまであった。同じイワシの保存法でも地域により、異なることがわかった。魚の保存方法も、東予地域では天ぶらや乾燥で、中予地域は乾燥（調味液に浸漬、そのまま乾燥）、南予地域は塩辛、味噌と合わせていた。これらのことにより、魚を通して地域の特性が認められた。

キーワード：食文化、食習慣、魚、魚食、愛媛県

---

\* 神戸女子大学健康福祉学部健康スポーツ栄養学科

\*\* 愛媛大学教育・学生支援機構

## I. はじめに

わが国では高度経済成長に伴う工業の発達や所得の向上により、人々の生活が大きく変化した。都市部への人口集中をはじめ家族形態の変化、女性雇用の増加、単独世帯が増加している反面、農山漁村地方は農林水産業の衰退、高齢化、過疎化に伴い地方のコミュニティが衰退している。また流通や交通網の発達により、都市部をはじめ農産漁村地方においても食や暮らしが画一化され、都市部・農山漁村部の特色が失われつつある。

そこで、地域の個性を知る1つの方策として「食」が重要であると考え。食は各地域で生産あるいは収穫される食材を用いているのが特徴で、調理方法も他に見られない独特のものがある。また食は地方の産業（農業・漁業・林業）と深く関わりがある。現在は交通網や流通・通信等が活発になるに従い、各地域の郷土料理が都市部や他の地方でも食されるようになったが、郷土食として存続している料理は、地方に支持、あるいは継承されてきたものであると思われる。

日本人は従来、米を主食に、魚を主な副食にする食事が浸透していた。また、水産物の中には伝統習慣と深くかかわっているものがある。例えば、祝事や仏事に水産物を用いることは全国的な慣わしであるといえる。このように、水産物に食べ物以上の意味を持たせているところに、わが国の魚の歴史や水産物とのかかわりの深さがよく表れている。しかし、近年は「欧米食の傾向」や「米離れ」、「魚離れ」が叫ばれており、昔から食された食生活の体系が失われつつある。

本研究では、主菜である魚を通して愛媛の食習慣について調査を行い、地域の風土と地域食との関わりや特徴について明らかにすることを目的とした。

## II. 調査方法

調査は、主に統計資料による産業の変容の把握、地誌や民族誌による風土や伝統的な暮らし、食の移り変わりなどを把握し、伝統的な食習慣が伝承されていた明治時代から昭和初期までの食生活を対象に、各地の魚介類にまつわる食習慣を具体的に捉えることを目的とした。本報では、各県ごとに食生活および生活等についてまとめた「聞き書き 日本の食生活全集」全48巻と、愛媛県がまとめた「えひめの記憶」3巻を資料とした。<sup>1)</sup> 本資料は、日本全国のほぼ同時代の食生活を比較することが可能であるという点で、本研究には適切な資料であると考えた。しかし、地域によって魚の呼び名などに異なりがあることから、地元の漁業組合関係および住民に当時の生活や食に関する聞き取りを行った。

聞き取りの期間は、平成24年4月から12月である。対象地は愛媛県の南予（8名）・中予（4名）・東予（7名）地域。対象者は50歳以上（59～87歳）の方で性別は女性であった。

## III. 調査対象地概要

愛媛県の総面積は5,677.36km<sup>2</sup>である。県土は、北は瀬戸内海、西は豊後水道に沿う細長い陸地部分と内海に点在する大小200余の島々から成り、海岸線の長さは、1,632kmと全国第5位である。気

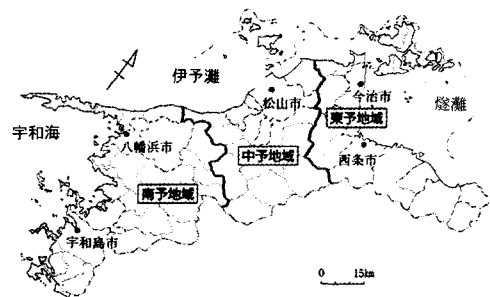


図1：愛媛県の地域区分  
愛媛県—都道府県資料集から作成<sup>2)</sup>

候は全般的に温暖寡雨であり、特に東・中予の平野部、島嶼部は年間を通じて降雨量が1,200mmと少なく、典型的な瀬戸内気候である。

愛媛県は、東予、中予、南予の3つの地域に大別(図1)<sup>2)</sup>される。耕作面積は58,998haであり、国土の総面積に占める農地面積の割合は、10.4%と全国平均(12.7%)に比べて少ない。地方によって異なるが、南予地域は畑地のほとんどが果樹園である。また、平坦地は少なく傾斜も急峻で、南予・東予地域では、平坦地が少ないため段畑に米や芋類(サツマイモ、里芋)を植栽している。島嶼部においても同様で、柑橘栽培が盛んであるため畑地が少ない。海域の魚場は、燧灘、伊予灘、宇和海と3つの海域に分けられており、漁獲の種類も地域によって異なっている<sup>1)</sup>各地域とも古来より海上交通の要所として栄えた瀬戸内海に面しており船での往来が盛んであったため、各地域で特色ある文化を形成している。

#### IV. 結果

##### 4.1. 愛媛県の食文化の成り立ち

明治11年(1878年)に政府の地租改良事務局に提供された全国食料調査の報告書には、愛媛県について、「平坦村落の民は米麦を併食し、海岸及び島嶼部では麦とサツマイモに雑魚を常魚としていて米穀は大変まれである。山間僻地にいたってはトウモロコシとサツマイモを常食とし、米穀はやはりまれであるが、その原因は米穀を産出しないことにある。」と記載されていた<sup>3)</sup>。

基本食の特徴をあげると、南予地方の平野部では麦・甘藷・魚であり、中予地方と東予地方の平野部は、麦や雑穀に野菜を加えた炊きごみ・魚で、山間部は麦・甘藷・トウキビ等の雑穀であった<sup>4)</sup>。また、米が全くとれない島嶼部では、麦・甘藷・魚貝という食事形態であった。従って麦と米

との混合率は、麦10割から3割までと地域によりさまざまであることがわかった。愛媛県は海岸線が長いことから、一部の山間部を除いて「魚」の記載が多く、日常食として用いられていたことがわかった<sup>5)</sup>。

##### 4.2. 明治時代から昭和初期の魚類数と種類

明治時代から昭和初期までの時期は、輸送用の自動車や、冷蔵・冷凍の技術がない時代であったため、日常食として摂取される魚の利用頻度は高くないと推察される。

調査の結果、非日常食と日常食を合わせると、全国で食用として利用された魚の種類は70 - 90種であることがわかった<sup>6)</sup>(雑魚あるいは、名前が判らない魚と記載されており、魚の名前が判明しないものがある)。

魚料理の記載が多い県を記載数の多い順に並べると福岡県(38種)、愛媛県・兵庫県(35種)、香川県・山口県・和歌山県(33種)であった。また、魚料理の記載が少ない県を摂取量が低い順に並べると群馬県(7種)、栃木県(9種)、長野県(11種)、新潟県(12種)、山梨県(14種)であった。結果より、魚料理の記載数が多い県は瀬戸内海沿岸地域に集中しており、魚料理の記載数が少ない県は関東地域、中部地域であることが明らかになった。これらの要因としては、中国・四国地方は寒流・暖流の接触部で潮目をつくりさまざまな海洋生物を育むため、生息する魚類の数が多くなり、それに伴い魚料理の記載数および摂取量が高くなったものと思われる<sup>7)</sup>。

次に全国的に出現率が高い魚を、出現率が高い順に並べると、イカ(出現率87.2%)、イワシ(出現率85.1%)、サバ(出現率80.9%)、カツオ(出現率76.6%)、アジ(出現率74.5%)であった。日本全体で出現が認められた魚の種類は70 - 90種であり、全国共通で出現していた魚はイカ、イワシ、

表1：地域における魚類の種類

地域	東 予	中 予	南 予
魚 名	アジ	アジ	アジ
	アナゴ	アマギ(エボダイ)	アマダイ
	イカ	イカ	イカ
	イシモチ(シログチ)	イワシ	イワシ
	イワシ	ウグイ (イダ)	イトヨリ
	エビ	エビ	エガミ
	エソ	コノシロ	エソ
	カイ	サバ	カサゴ
	カキ	サワラ	カツオ
	カサゴ	タイ	キビナゴ
	コノシロ	タコ	コノシロ
	サケ	ハモ	コズナ
	サバ	ブリ	サバ
	雑魚		サメ
	サワラ		サヨリ
	ジャコ		シラウオ
	タイ		ジャコ
	タコ		雑魚
	ハモ		スマ(アオザカナ)
	ブリ		タイ
ボラ			
メバル			

サバ、カツオ、アジの5種類であった。結果より出現率が高い5種類の魚以外は地域独自の魚であると考えられる。そこで、全国的に出現率は低いが、愛媛県あるいは瀬戸内海沿岸地域の他県でも出現が認められた魚を調査した結果、アナゴ、イシモチ、エソ、サワラ、エイ、ハモ、コノシロ、メバルの8種類であり、これらは瀬戸内海沿岸地域の魚であると推察される。

4.3. 愛媛県下の地域による魚類

表1に地域における魚類の種類を示す。東予地域は22種、中予地域13種、南予地域は20種が認められた。愛媛県下の各地域で共通に出現していた魚としては、アジ・イワシ・イカ・サバ・タイの5種類であり、全国的に出現率が高い魚とほぼ同じであった。東予地域と中予地域ではサワラをはじめハモ、アナゴなど同じ種類の魚が認められたが、南予地域は他の2地域(東予・中予)と魚の種類が異なることがわかった。非日常食の魚としてはタイをはじめスズキ、メバルなど6-9種類の魚

表2：愛媛県における代表的な魚の種類別加工

魚 類	乾燥品	調味加工品	水産漬物	塩 辛	節 類	焼き物
イワシ	煮干 かいぼし 生干しいわし ウルメイワシ 煮干 まるぼしいわし	さくらぼし すり身の天ぷら		塩辛	削り節 いわし節	
タイ	串干し(小鯛)	佃煮(小隊)				浜焼き
雑魚		佃煮				
エソ		すり身の天ぷら				
エビ	干し物	すり身の天ぷら				
ホタルジャコ		すり身の天ぷら				
カツオ		すり身の天ぷら			削り節	
サバ			酢漬け		削り節	
アジ					削り節	
アサリ		佃煮				
タコ	干しもの					
トリ貝	干しもの					
マコガレイ	干しもの					
ブリ	干しもの					
イダ(ウグイ)			酢漬け			

※空欄は該当なし

が認められた。その中には日常食として用いられているイワシ、コノシロなどの魚も含まれていた。

表2に愛媛県における代表的な魚の種類別加工の一覧を示す。イワシを用いた加工品、小魚等を用いた加工品、すり身としての加工品の3つに分けまとめた。

- 1) イワシを用いた加工品；瀬戸内海沿岸ではイワシが豊漁であったが、腐敗が早いので、長期存在の方法として乾物（イリコ：食用、だし汁用）あるいは削り節として加工・販売されており、現在でも削り節として全国展開している<sup>8) 9)</sup>。イワシは日常食あるいは非日常食として利用されていた。
- 2) 小魚等を用いた加工品；カタクチイワシの稚魚であるイリコやチリメン、ハギ、カレイ、ヒラゴ、アジ、キス、イカナゴなど200種を超える小魚を加工した珍味（儀介煮）や二名煮等は現在でも継承され、販売されている。珍味の加工は、焼く・炊く・蒸す・乾燥・揚げる・裂くなどがある。味付けもミリン干しをはじめ佃煮風、塩辛風など、同じ素材を使用しても販売する地域によって味付けを変えているようである。二名煮は、小魚本来の自然風味を残し、小魚を丸ごと食べられるような独自の乾燥法で製法している<sup>10)</sup>。またタコ・エビ・カイなど自家用として食しており、大量に獲れた場合は乾物として保存し換金作物として利用されていた。
- 3) すり身としての加工品；地域によって異なるが、ホタルジャコをはじめエソ、海老、イワシなどのすり身を加工し、天ぷら・かまぼことして各地域で伝承されている<sup>11)</sup>。

自家用としてイワシ等をすり身にし、日常食として用いていた。

愛媛県の加工品の特徴としては、200種を超える小魚を加工した記録があり、珍味として加工販売されていたことがわかった。魚の利用法としては珍味以外、魚のすり身に加工した天ぷらや、かまぼこが各地域に多いことがわかった。しかし、漁醬の製造の記載は認められなかった。食環境（漁業規模・加工・経済）に関する要因が大きいことが明らかになった。

聞き取りから、雑魚や小魚の利用法として、各家庭ですり身を作り天ぷらや椀種として、あるいは小魚（エビ、イワシ、雑魚）を乾燥させた後、出し汁として使用されていたことがわかった。

#### 4.4. 地域別の魚を用いた料理

表3に各地域の料理名および魚類を示す。東予地域の魚を用いた料理の特徴としては、日常食として摂取している魚の種類が多いこと、非日常食としては祝い事や祭事にはタイを用いた料理が多い、仏事にはイリコ飯や海藻を用いたいぎす豆腐が食されていることがわかった。中予地域の魚を用いた料理の特徴としては、海からの距離があるため日常食としては川魚（ウナギ、アオノウオ、イダ、ドジョウ等）と、海の魚を食べる場合は干物や塩蔵品が中心であり、非日常食の時にはタイやサワラなどの魚を利用していることがわかった。南予地域の魚を用いた料理の特徴としては、日常食・非日常食ともイワシ料理が多いことである。また、非日常食としては皿鉢料理でもてなし、ふかをはじめ魚肉の練り製品、タイなどを用いることがわかった。

愛媛県全体の特徴としてはほとんどの地域で日常食として米が食べられなかった。そのため各地域で、代用品としておからと魚を組み合わせた料理をはじめ、新鮮な魚を用いて火を一切使わないひゅうが飯、新鮮な魚と麦味噌を合わせた冷や汁（さつま）、量を増すために米や麦に野菜と魚を加

表3：愛媛県における地域別の魚を用いた料理

料理名	食 材	非日常		日常	
		祝事	仏事		
東予	いずみや	コノシロ	○		○
	えび飯	エビ			
	いお飯(鯛めし)	タイ	○		
	魚島ずし	魚(エソ, エビ, タイなど)	○		
	ひゅうが	タイ, アジなど			○
	いりこ飯	いりこ(イワシ)		○	
	でびら飯	マコガレイ			○
	ほうちょう汁	エビ, カキなどの魚貝			○
	めぶとのだんご汁	オシモチ			○
	せっか汁	カイ			○
	いぎす豆腐	イギス		○	
	さばの煮付け	サバ			○
	小だいの串干し	シバダイ	○		
	小だいのつくだ煮	シバダイ	○		
	さつま	魚			○
	さばとなすの味噌煮	サバ			○
	せと貝のぬた	イガイ	○		
	たいの浜焼き	タイ	○		
	めばるとたけのこの煮つけ	メバル	○		
	ぼらのあらい	ボラ			○
	いかとわけぎのぬた	イカ			○
	とり貝の干しもの	アオヤギ			○
	とり貝のぼっかけ	アオヤギ			○
	あさりの佃煮	アサリ			○
きずし	コノシロ			○	
いりこ	イワシ	○	○	○	
すぼし	イワシ			○	
すまき	魚のすり身	○		○	
ちくわ	魚のすり身	○			
はんぺん	魚のすり身	○			
中予	さくらぼし	イワシ			○
	いずみや	イワシ, 小ア, コノシロ	○		
	いりこ	イワシ	○	○	○
南予	ほうかけ	アカウオ			○
	ひゅうが	アジ, 魚			○
	丸ずし	ゼイゴアジ, アマダイなど	○		
	ふかのみがらし	サメ	○		
	ほおたれいりこ	イワシ			
	ほうたれの煮つけ	イワシ			○
	いわしの味噌汁	イワシ			○
	寒ぼおたれのさらし	イワシ			○
	きびなごの煮つけ	キビナゴ			○
	さつま	タイ, コズナ, イトヨリ	○		○
	さつま汁	魚			○
	しらうおのおどり食い	シラウオ			○
	すり身の味噌汁	魚			○
	冷や汁	魚			○
	いりこ味噌	イワシ			○
	ほおたれの塩辛	イワシ			○
	いりこ	イワシ	○	○	○
	たいめん	タイ	○		○
	ふくめん	白身魚	○		
	けずりかまぼこ	エソ	○		
すがた	イワシ	○		○	
じゃこてん	ホタルジャコ	○			
すり身の味噌汁	イワシ			○	
くずし	魚	○			

※空欄は該当なし

えたにごみ料理があることがわかった。

おからをご飯にみため、鮮度の良い魚を酢でしめておからを包んだおからすしが各地域で認められた。呼称は、いずみや、きずし、すがた、まるずし、きらずと各地域で異なっていた。魚の種類はコノシロをはじめアジ、イワシ、サバ、タイ、アマギ等さまざま、地域や季節により入手しやすい魚が用いられていた。特に島嶼部や海岸に面した地域では生食として、山間部ではイワシなどの干物や乾物を食用として用いられていた。全地域を通してイワシを用いた料理が多く、要因としては愛媛県沿岸ではイワシ漁が盛んであったこと、イワシが安価であったことなどが考えられる。また、イワシは田畑の肥料としても用いられた。イワシの他に燧灘に面した東予地域では芝エビ漁も盛んであったことからエビを用いた料理や加工品が認められた。これらを用いた加工品は日常の出し汁をはじめ料理の食材として、あるいは保存食として活用されていたことがわかった。また、聞き取りでは、雑魚の食べ方として、種類を問わず焼き、二杯酢につけて食し、雑魚も廃棄せず保存食として利用していたことがわかった。愛媛県下全般で、おからと魚を用いたすしが食べられていた。名前は地域により「いずみや」「まるずし」などと異なるが、米の貴重だった時代に、米の代用品としておからを利用し「すし」を食していたことに、県民の知恵と工夫が感じられた。また、この「すし」を県下に広めたのは四国八十八箇所をお参りしているお遍路さんであったと言われている。

流通や交通等が発達していなかった時代、伝統的な食文化の中で、魚介類を無駄なく有効的に活用・保存し、台風や凶作などの自然災害に備えて、できるだけ安定した食生活が営めるよう工夫していたことがわかった。特に島嶼部や海岸地域など

穀類がほとんど栽培されない地域では、魚介類が日常食としてあるいは換金作物として重要な役割を果たしていたことがわかった。

## V. まとめ

愛媛の食文化について魚を中心に探ってきた。その結果、以下のような特徴が明らかになった。

- ①愛媛の食生活の中にあつて、東予地域をはじめ島嶼部、南予地域においては、明治時代から日常食として魚が食されていた。
- ②食用として利用されていた魚の種類は35種類前後であり、全国で摂取されているイカ、イワシ、サバ、カツオ、アジ以外に、地域独特の魚であるアナゴ、イシモチ、エソ、サワラ、エイ、ハモ、コノシロ、メバルなどが利用されていた。
- ③加工品の特徴としては、長期保存の方法として乾物や練り製品に用いられていることが多いこと、小魚を加工した珍味の製造が行われていたことが明らかになった。
- ④魚を用いた料理としては、魚と穀類（米）を用いたものや穀類の代用としておからを用いた料理があることがわかった。また、イワシ漁が盛んであったことから、日常食・非日常食・肥料などに用いられていた。
- ⑤日常食としては、山間部は乾物などの加工品を、沿岸部および島嶼部では生食と乾物を併用していることがわかった。

愛媛県は耕作面積が全国平均より少ないこと、地形が急峻であること、島嶼部が多いことなどから考えると、稲作のできる地域が限定されるのではないかと推察される。米の栽培面積が少ない南予地域と、米を栽培していない島嶼部では、サツマイモが主食であったという記述がある。このような地域に住む住民にとって魚介類は、重要なタ

ソバク源であり、重要な換金作物としての役割を果たしていたと思われる。さらに、魚介類は非常時の保存食としての役割も果たしていたと考えられる。

愛媛県の魚加工品の特徴として、儀助煮(二名煮)がある。換金作物にならない小魚を加工して商品化し、日本国内だけではなく、戦前は海外にも行商していた。また、日常食としてイワシや雑魚は、すり身にして天ぷらや、酢漬けにして、住民の日常食として利用していた。住民は、魚の大小を問わず捨てることなく利活用していた。ここに先人の魚の加工に対する工夫や智慧、技術、を感じることができた。

近年、魚の消費が減少している。魚の食べ方を知らない人も増えてきている。魚は何千年も前から日本の食として育んできた食材である。今回の調査結果から得られた調理方法や保存方法を伝承していくことが必要であるのではないかと考える。

## 謝辞

稿を終えるにあたり、ご協力を賜りました愛媛県生涯学習センターの関係者の皆様、また、聞き取り調査にご協力を頂きました各地域の漁業組合関係をはじめ住民の皆様に厚く御礼申し上げます。

## 引用文献

- 1) 愛媛県(編): 愛媛県史 地誌 I (総論). (愛媛県生涯学習センター) (1993)
- 2) 愛媛県一都道府県資料集一: <http://www.mapion.jp/>
- 3) 瀬川清子: 食生活の歴史, (東京書房社) (1982)
- 4) 愛媛県(編): えひめ, その食とくらし. (愛媛県生涯学習センター) (2003)
- 5) 日本の食生活全集編集委員会(編): 聞き書愛媛の食事. (農産漁村文化協会) (1988)
- 6) 日本の食生活全集編集委員会(編): 「日本の食生活全集」全48巻. (農産漁村文化協会) (1988)
- 7) 福永健治: 日本人と魚食文化. 食生活研究. pp 9-17. (2007)
- 8) 愛媛県(編): 臨海都市圏の生活文化. (愛媛県生涯学習センター) (1995)
- 9) 愛媛新聞: 四国の日本一・世界一 削り節. 1995年6月25日掲載 (1995)
- 10) 愛媛新聞: 四国の日本一・世界一 小魚珍味. 1995年10月22日掲載 (1995)
- 11) 西野祐輔: 蒲鉾・練りもの名品辞典. (日の出出版株式会社). pp141-143.(2008)