

東紀州の三種のなれずし（なまなれずし）について

成田 美代*・磯部 由香*・大川 吉崇**
水谷 令子***

Three Fishes pickled with Cooked Rice in the South Area of Mie Prefecture (Higashi Kisyu Area)

Miyo NARITA, Yuka ISOBE, Yoshitaka OKAWA
and Reiko MIZUTANI

【は じ め に】

なれずしは塩漬けた魚類を発酵させるもので、発酵が進むにつれて「馴れる・熟れる」状態になることから、「馴れずし・熟れずし」と呼ばれている。また一部の地域ではくされずしとも呼ばれている。これは乳酸発酵によって酸味が増して酸っぱくなるもので、現在の酢を使用したすし（早ずし）¹⁾の原点として位置づけられるものである。かつて我が国には郷土色豊かな各種のなれずしが見られたが、今日では多くのものが廃れ、現存するものは少なくなり^{1, 2, 3)}、琵琶湖周辺の鮒ずし⁴⁾はその典型例である。

三重県内のなれずしについては、昭和50年当初、伊勢市辻久留のあゆのなれずし、安芸郡芸濃町萩野のこのしろずし、阿山郡伊賀町音羽のこのしろずし、東紀州（南牟婁郡）紀和町板屋のあゆずし・さんまずしなどが残っていることが聞き取り調査によって確認されている⁵⁾。平成7年には、再度伊勢市周辺のあゆのなれずし^{6, 13)}、阿山郡音羽のこのしろずし^{7, 13)}について、平成8年には安芸郡芸濃町萩野のこのしろずし⁸⁾について聞き取り調査が行われ、まだ存続していることが確認されている。また、伊勢市のあゆずしについては、平成7年（1995年）に聞き取り調査と共に実験的に漬け込みも行い、いくつかの理化学的成分を分析し、併せて食文化的特徴を報告している⁹⁾。平成10年には熊野川流域におけるなれずしについて、かつてはあゆずしが多かったが、最近はさんまやさばがよく漬けられるようになったと報告されている¹⁰⁾。また、伊勢市のあゆずし、萩野のこのしろずしについて、滋賀県のふなずしと比較を行い、製法上の特徴を明確にしている¹¹⁾。

今回は、東紀州の中で紀宝町・熊野市にて作られ、食されているなれずしについて記録・保存のために現地にて聞き取りと現物資料収集により調査を行ったので、紹介・報告する。なお、三重県南部の8市町村を東紀州と呼んでいるが、これは熊野川を境にして和歌山県側を南紀州と呼ぶのに対しての通称であり、行政的には紀南（鵜殿村、紀宝町、紀和町、御浜町、熊野市の5市町村包含）・紀北（尾鷲市、海山町、紀伊長島町の3市町包含）と呼んでいる。

* 三重大学

** 三重調理専門学校

*** 鈴鹿国際大学

【方 法】

調査・取材地域は、図のように、熊野川沿いにある三重県東牟婁郡紀宝町浅里(A)、同成川(B)、および熊野市金山(C)である。また取材先A・Bは商売で漬けている2夫妻(A夫妻は昭和7年および同8年生まれの68歳と67歳、A氏の夫人は和歌山県出身であるが、結婚するまで食べたことはなく、また作るようになったのは、A氏が体をこわして紀宝町に戻ってきてからとのこと、なれずし作成歴約30年、商売にし出して約20年。B夫妻は昭和14年および同15年生まれの61歳と60歳)、Cは個人で自家用に漬けている方(昭和15年生、60歳)であった。なお、比較のために和歌山県新宮市の飲食店Dにても現地での取材調査を行った。

調査方法は、文献調査、電話と商品郵送による事前調査および事後調査、現地での聞き取りと写真撮影による取材調査を行った。現地での調査は平成12年2月10・11日及び3月20日である。

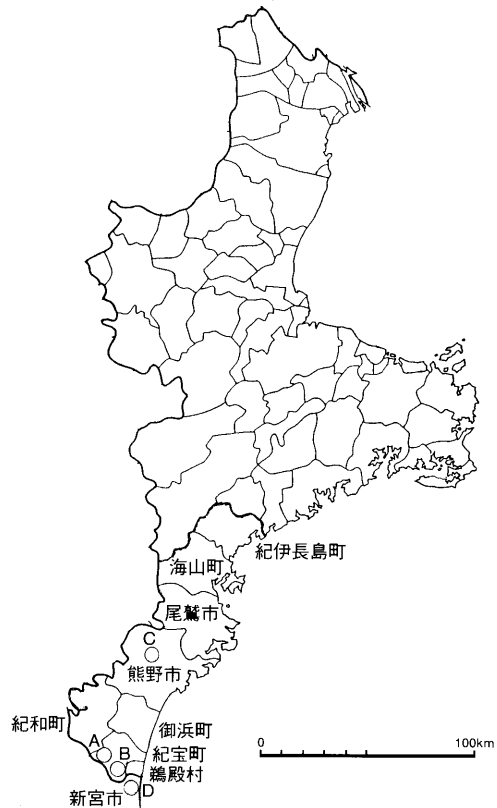


図. 3種のなれずしの作成場所

【結 果】

(なれずしの種類と漬ける目的) 今回調査をした東紀州で漬けられているなれずしは、写真1のように、さんまずし、あゆずし、さばずしの3種類であった。なお、A氏が子どもの頃はあまごのなれずしも作っていたとのことであった。最近は獲れる数が少なくなり、漬けなくなったという。また今回は漬けられていないが、はやがたくさん獲れたときにはこれも漬けるということであった。

これらはすし製法上の分類に従えば、いずれもなまなれずし^{1,12)}に属する。したがってその漬ける目的は主に酒の肴など嗜好品としての性格が強い。また今回の3種のなれずしは祭事との関わりはなく、最大の目的は正月用の食べ物として漬けられるため、漬け込みは正月に向けて最盛期になり、12月の第1週目頃が最も忙しい。

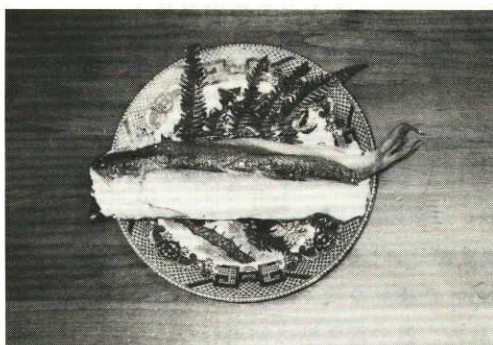
(呼び方) 地元では、「なれずし」の他に「やりずし」¹⁰⁾とも呼んでいる。「やり」とは「遣り」で、親戚・知人や商売の顧客への贈答品にするためにこう呼ばれるのである。特にお正月過ぎると、購入する人が減るので、贈答を目的に漬けるという。A家は特にさばずしとあゆずしは主に「やりずし」用に漬けるということであった。A夫人は「顧客にもったる」と表現された。「もったる」とは「持って行って、あげる」の短縮形かと思われる)



さんまずし



さばずし



あゆずし

写真1 漬け上がった3種のなれずし

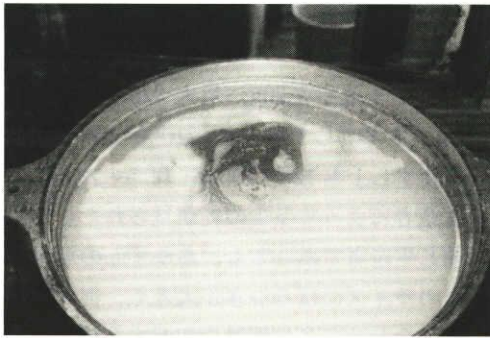
(サンプルサイズ) 今回収集した試料によって計測したところ、表1のように、さんまずし1本最小が205～最大270 g・17～25 cm、さばずし1本150～210 g・14～18 cm、あゆずし1本120～195 g・13.5～19 cmで、生産者によって多少の差が見られた。また同じ生産者であっても、あゆずしの場合は魚のサイズにばらつきが大きく、従って魚体に合わせて多少飯量を加減するので、すしとしてのばらつきは大きくなると思われる。なお、同じあゆのなれずしと呼んでいても、伊勢市のあゆずしとは、サイズも漬け方も全く異なる^{6, 11)} 点は興味深いことである。

(魚の形状) 表1にまとめているように、○さんまずし——頭の有無は漬ける時期と人による。頭は正月用には付けたままであるが、それ以外の時期には頭を落として漬ける。尾はいずれの生産者とも残している。いずれも背開きされる。○あゆずし——いずれも頭尾共に有り、腹開きされる。○さばずし——三枚下ろしにし、片身づつを用いる。従って頭・尾・中骨ともに無し。皮はむかない。

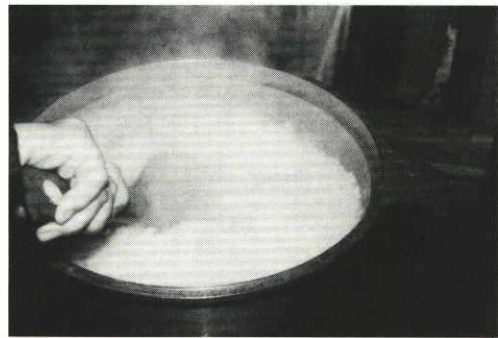
(米の炊き方) 写真2に示す。米は前日から吸水させておき、米8合に10 cm角の出し昆布を入れ、米の倍量の水で炊く。水を噴きこぼさないように火を調節し、沸騰したら出し昆布を取り出すと共に4～5回混ぜる。そのまま沸騰させ、その後10分弱火で

表1. 東紀州における3種のなれずしについて

種類	生産者	試料数	サイズ		形状			価格 (円/個)
			全重量 (g)	全長 (cm)	頭	尾	開き方	
さんま	A	15	227±21.0	19.7±0.8	有・無	有	背	450
	B	2	207.5	20.5	無	有	背	600
	C	10	222±9.3	17.4±0.4	無	有	背	—
	D	1	210	23.5	有	有	背	800
さば	A	15	171±14.5	14.9±0.5	無	無	三枚下ろし	300
	D	1	180	18.5	無	無	三枚下ろし	1000
あゆ	A	15	163±25.0	15.8±1.5	有	有	腹	450
	D	1	150	15.2	有	有	腹	1200



沸騰の前



沸騰後、4、5回かきまぜる

写真2. 飯の炊き方

炊き、消火する。消火後20分蒸らす。出来上がりは硬めのおかゆ風である。この柔らかい状態をA夫人は「あわーに炊く」と表現された。本漬け方法の飯の準備の項で述べるが、そのままでは形を保てないので、下にしゅくしゃの葉を敷くわけである。なお米を炊くとき、昆布のほかに味の素を入れる人、モチ米を混ぜる人などあるそうである。A氏が子どもの頃のなれずしは、米はふつうの堅さに炊いていたが、すぐに芯が出来て堅くなりおいしくなかった（つまり老化してしまった）という。そこでいつまでもおいしく食べられるようにと改良した結果がこのように柔らかい飯になったとのことである。

(漬ける時期) 目的のところでも述べたように、今回の調査で、A、B、C共漬ける時期は正月をピークにして、10月頃～3月頃までであった。熊野川流域の和歌山県側でも3月中旬までと言う¹⁰⁾。

(魚の塩漬け) ○さんま……秋から初冬にかけて熊野灘沖で漁れる脂の抜けた新鮮なさんまを買い求め、通常時は頭を落とし、お正月時は頭を付けたまま、背開きして腹側に塩をして重ねて10日～2週間位塩漬けする。○さば……1尾400g以下の新鮮な小鯖を3枚下ろしにして1ヶ月位塩漬けする。塩漬け期間が短かったり塩分濃度が薄いと生臭みが残るという。○あゆ……5月から9月か10月にかけて熊野川で漁れる脂ののった雄鮎を次々塩漬けしておく。なおこのことを「塩をまぶしてころがしておく」と表現された。雌や落ち鮎は使用しない。雌は身が柔らかいため、すしにしたときの菌ごたえが弱いので好まれないという。

(魚の塩出し) ○さんま……A氏は2時間前後水浸し、水洗いして生乾き状態で用いる。B氏は50リットルの桶に約60匹位入れ、水を張って1晩浸ける。その後洗ってきれいな水に浸ける。B氏は塩出しのことを「塩引き」と表現された。

○鯖……1時間から1.5時間位水浸させ、水洗いして生乾き状態で皮のついたまま用いる。

○あゆ……使用の都度取り出し、うろこを取り除き、流水で2～3時間洗う。時々ひっくり返したり、水を換えたりする。うろこを除くには予め20分位水に浸けておくと取りやすいと言う。その後箆に揚げておく。水を拭く必要はない。(写真3は塩漬けあゆとうろこ取りの状況)

(本漬け材料) 写真4のように塩出した魚(これはあゆ)、羊歯(裏白)、花ミョウガの葉(しゅくしゃ)、それに飯、酒、水である。なおA家では、羊歯やしゅくしゃの葉は12月の漬け込み時期まで、黒いビニール袋に入れて何重にもして保存しておく、いつまでも新鮮な状態を保つということであった。



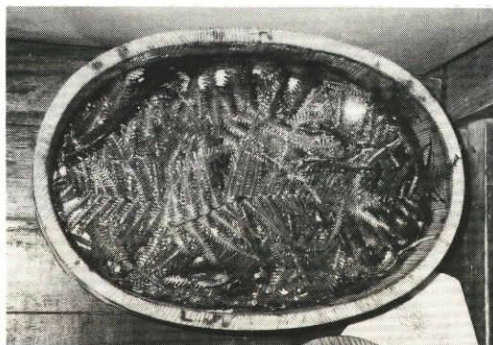
写真3. 塩漬けあゆとあゆのうろことり



ざるにあげた塩出しあゆ

うらじろとしゆくしゃの葉

写真4. あゆずしの本漬け材料



長方形

楕円形

写真5. 漬け用桶（開封時上からみたところ）

（漬け用桶）写真5に示すように、杉で作られた長方形と楕円形の桶が用いられる。大きさは表2に示す。この辺りは「きのくに（紀の国、木の国）」と呼ばれるように林業の盛んな地域であるため、以前は木製品を製造・取り扱い店で簡単に入手できたが、最近は家庭で作ることが少なくなっているため、製造量も減り、見か

表2 漬け用桶のサイズ

		長方形	楕円形
外 寸	長辺・長径	35	44
	短辺・短径	30	31
	高さ	27	23
内 寸	長辺・長径	29.5	41.5
	短辺・短径	24.5	24
	高さ	24	20

けることが少ない。

(本漬け方法) 1. 飯の準備……先に述べた方法で炊き上げた飯を、写真6の左に示すような細長い俵形に形作り、冷ましておく。

2. 俵形飯の下にしゅくしゃの葉を敷き、上に塩出しした魚を乗せて準備する(写真6の右)。

3. 漬け桶の底に裏白を並べ、その上に2. を隙間無く並べる(写真7の左)。

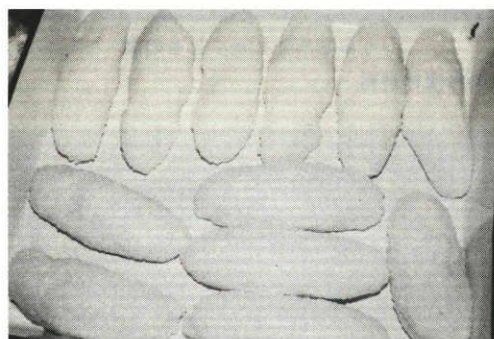
4. その上に水と酒を手でばらばらと振りかける(写真7の右)。

5. 3と4を繰り返して4段重ねる。

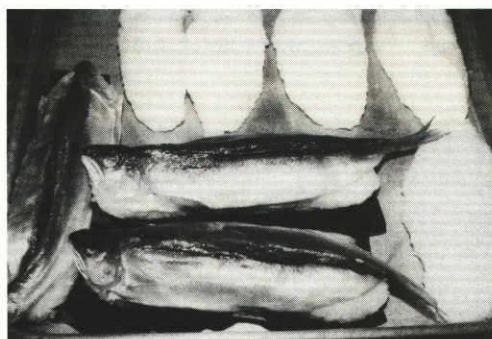
6. 最後にもう一度裏白を一面に広げ、蓋をして重石をする。重石の重さは1桶60匹分に対して2kg位(B家)。

7. 翌日表面に蓋がすっぽり浸かるように(蓋の上1cm位)計5cm位の水(A家)または塩水(B家)を張る。すなわち水封する。A家はこの水は漬け終りまで交換しないが、近所では取り替えている家もあるとのことである。

(本漬け期間) いずれのすしも漬け込み期間は暖かいときで15日位、寒い時期では3週間(21日)前後であり、どんなに寒くても1ヶ月(30日)漬けることはない。逆に漬け込み期間が短いと、ご飯臭がしておいしくないと言う。発酵終了の日安すなわち取りだし時期は蓋の上を覆っている水の表面に出来るかびの発生状況を目安にする。はじめ白いカビで、3～4日目から青いカビが生えてくる。ほぼ一面に広がったら終了(完成)という。



長俵型ににぎる



下にしゅくしゃの葉を敷き、上に塩出しあゆのをせる

写真6. 本漬け用飯の準備



うらじろを敷き、飯と魚を重ねたものを並べる



上から酒と水をふる

写真7. 本漬け方法

（保存場所）生産者Aは家庭の板間の台所、Bはエアコンのある業務用台所内の本漬け用小部屋（大体6°C）、Cは農作物保存倉庫内であった。いずれも居室より低い温度に置かれている。（逆押し）発酵が終了したら、桶を傾けて水封の水を捨てる。その後、逆押しする。逆押しとは開封の前に、桶の上に重石などを載せ、その石と桶と一緒にひっくり返す。つまり桶の下に台をかませて桶が上下逆転したかたちにして水を切る工程で、1晩室温にて逆押しする。地元ではこれを「逆押せ」と呼んでいる。

（仕上がり製品の特徴）漬け込みの際、1段1段の間に羊歯（裏白）を置くので、魚の表面に羊歯の葉形がついていることである。これは紀和町のなれずし⁵⁾とよく似ている。

（食べ方）飯ごと2cm位の幅に切り、しょうゆに七味を混ぜて、つけて食べる。冬でも冷蔵庫で冷やして食べるとおいしい。冷蔵庫に入れても飯がβ化してばさつくことはない。そのため漬け込みの際の米の炊き方が独特である。なお、漬けている方々は「初めて食する人には、絶対おいしいものを食べてもらわないと2度と食べない」と話された。なれずしの味の微妙さを表現していると言えよう。

（喫食地域の広がり）さんまずしを商売用に漬け、スーパーに卸しているB氏の話によると、製造分の7割は和歌山県側に卸し、残りを三重県側のスーパーに卸している。その北限は紀伊長島町であるという（図参照）。このことは現在のさんまのなれずしの喫食範囲を知る手がかりとなろう。最近家庭で漬けることが少なくなったせいか、生産・出荷量は増えているという。ただ、スーパーで若い人がふつうのさんまずし（はやずし）と思って購入され、腐っていると返されてきたこともあるという。一方、熊野市で漬けているC氏は専ら家庭用であるが、海外に住む子どもさんにも持ってゆくとのことである。なれずしの伝承には食体験の有無が関与することが大いに推測される1例かもしれない。

またA氏の話では、居住地周辺のほとんどの家で作られている（55戸で、以前は60戸）とのこと、また本人は紀和町やさらに奈良県（北山村）の方まで行商されており、商売用と手みやげ用として積んで行くということである。和歌山県北山村（飛び地部分）や奈良県十津川村でも漬けている人がいるとのことである。

（今後の方向）これらのなれずしについて、理化学的分析を行い、栄養学的調理学的特性を明らかにし、おいしさの要因やその特徴を調べて行きたい。

なお、本報告の要旨は、平成12年7月日本調理科学会東海北陸支部・近畿支部合同研究発表会にて口頭発表した。

謝 辞

取材と資料提供に快く応じて載きました三重県東牟婁郡紀宝町浅里の樋口光治・喜代子御夫妻、三重県東牟婁郡紀宝町成川の楠本貢・成子御夫妻および熊野市金山町の大西三春様に感謝致します。また、この取材に多大の便宜を図られましたみえ食文化研究会の広瀬元久氏に感謝申し上げます。

参 考 文 献

- 1) 成田美代：すしと食文化、(三重大学工学部リカレント教育講座講演要旨集) 92-103, 1999
- 2) 日比野光敏：すしの歴史を訪ねる、岩波書店、1999
- 3) 中川 眸：日本のすし・富山のすし、(味噌・醤油・酒の来た道、森 浩一編) 184-205、

小学館、1987

- 4) 小島朝子：馴れずし—滋賀県の馴れずしを中心に—、日本調理科学会誌、**32**(3), 256–263, 1999。ほか多数
- 5) 大川吉崇：食べもの三国誌、15–24、新人物往来社、1986
- 6) 西村亜希子他：三重県伊勢市のアユなまなれずし、鈴鹿短期大学紀要、**15**, 149–153, 1995
- 7) 水谷令子、久保さつき、西村亜希子：三重県萩野の腐れずし、鈴鹿短期大学紀要、**16**, 1996
- 8) 久保さつき他：三重県音羽におけるコノシロのなまなれずし、鈴鹿短期大学紀要、**15**, 157–163, 1995
- 9) 水谷令子、久保さつき、松本亜希子、成田美代：あゆずしの熟成中の成分変化、日本調理科学会誌、**31**(3), 192–197, 1998
- 10) 西島久美子：熊野地方のすし（一）、熊野誌、**44**号、36–48, 1998
- 11) 成田美代、水谷令子、久保さつき、松本亜希子：三種のなれずしの比較、鈴鹿短期大学紀要、**18**, 1998
- 12) 篠田 統：すしの本、柴田書店、1966
- 13) 水谷令子：三重県のナレずし、日本調理科学会誌、**28**(2)、136–140, 1995