

令和3年度テーマ展「ある時代の台所」 展示解説資料

◆ごあいさつ◆

食べること。それは私達にとって必要不可欠なことです。現代から遡ること1万年以上前、縄文時代の人々は土器を作るようになりました。土器の出現は、旧石器時代以前の「焼く」か「生」でそのまま食べるしかなかった人々の暮らしに、「煮る」「炊く」「蒸す」の調理法が加わり、ドングリやトチなど、これまで食べることのできなかつた植物が食用可能となり、食糧の獲得に大いに貢献することとなりました。また、食べ物を軟らかく調理することができ、栄養や健康面にも大きな影響を与えました。本展では、土器から炊飯器に至るまでの台所と食に關係する資料を紹介し、各時代のナベとともに変化した暮らしについて解説します。

◆縄文時代の台所◆

・「ナベ」と「台所」の出現

私達人間にとって、食べることは生きるための最も大切な行為です。縄文土器は主に煮炊きの道具として作られました。このことは、旧石器時代の「焼く」「そのまま食べる」に、土器を使った「煮る」「炊く」「蒸す」が加わり、調理方法が多様化し、選択できる食材の種類や幅が大きく増え、人々の生活に変化をもたらしました。

定住が進み、^{たてあな}竪穴建物の内部には^{いろ}炉が作られ、恒常的に煮炊きを行うことが可能となり、調理場としての「台所」が出現しました。炉には、調理・照明・暖房・種火保存・^{きばい}木灰の獲得・屋根の防腐など多目的な用途があります。盛岡では草創期の竪穴建物と炉は発見されていません。早期～前期の竪穴建物内には地床炉が作られます。中期になると、ほとんどの建物内に炉が作られるようになり、^{いしがいろ}石囲炉、土器を用いた^{まいようろ}埋甕炉、両者を組み合わせた^{ふくしきろ}複式炉が出現します。複式炉は中期後半、東北地方を中心に作られ、丁寧な石敷きを伴うものが多く、縄文時代の屋内炉としては最大級です。具体的な機能・用途は解明されていませんが、食料加工や「火」に関する^{さいし}祭祀などに関連していると考えられています。



地床炉（築師社脇遺跡）



石囲炉（繫V遺跡）



埋甕炉（柿ノ木平遺跡）



複式炉（柿ノ木平遺跡）

・「ナベ」の形の変化

盛岡最古の土器は、縄文時代草創期（約 12,000 年前）の底が尖った土器で、爪形の文様が付けられている爪形文土器です。その他の地域では尖底、平底、丸底があり、底の形に変化が多い特徴があります。尖底や丸底の土器は不安定な形のため、炉に底部を直接突き刺したり、土器の下半を石などで固定して使われたと考えられます。その後の早期（約 11,000～7,000 年前）には、尖底の土器が主に作られました。前期初頭までは尖底の土器が作られますが、前期（約 7,000～5,000 年前）以降、底が安定した平らな土器が主流となります。全国的にみても、ほとんどの地域で煮炊き用の土器は平底となります。

土器の底の形は、土器作りの技術とともに変化するのではなく、縄文時代の人々のライフスタイルを反映しているとも言えます。縄文時代前期以降の定住生活の成熟とともに、建物内での調理や貯蔵も多くなり、それに伴い平底に変わっていったのでしよう。



ナベの形の変化

・「ナベ」の意味とは

「ナベ」のルーツは、縄文時代以降の人々が調理や保存・貯蔵用に用いた素焼きの土器です。「ナベ」は「肴瓮」の意味だと言われています。「肴」は「さかな（鳥獣の肉、魚介、野菜など）」、「瓮」は土で作った素焼きの「かめ」のことです。素焼きの土器で食物を煮たことから、「肴瓮」という言葉が生まれ、「埴」の字が当てられるようになりました。時代が下ると、金属製品の普及によって金偏になり、「鍋」という字が生まれたといえます。

日本初の漢字辞典とされる『和名類聚抄』（西暦 931～938 年編纂）では、土偏の「埴」、金偏の「鍋」が書き分けられています。炉、カマド、囲炉裏端（いろりばた）で薪を焚きながら、「ナベ」で煮炊きし、食事を摂り、そしてくつろぎ団欒する。「ナベ」が家族の生活の中心になっていたことでしょう。鍋の前で、火床、調味、煮具合などを担った女性は、その座を揺るぎないものとし、「鍋座」「鍋代」「女座」などの言葉が生まれました。いまの「鍋奉行」と同じ意味の言葉です。

日本の豊かな食文化を支えてきた「ナベ」は、今も私達の生活と共にあり、調理の現場で活用されています。

・「ナベ」としての土器

縄文土器を観察すると、底が深い形をしています。何かを入れるために作られたようです。土器の外面を詳しく観察してみると、底部から体部が赤く変色しています。また体部上半から口縁部付近にススガ



付着しています。これは土器を火にかけた跡です。さらに土器の内面を観察してみると、底の方に炭化物が厚く付いて残っている場合があります。これは調理した食べ物が炭化したオコゲです。このオコゲは煮炊きで噴きこぼれた土器外面の口縁部付近にも付いています。このことから土器を火にかける必要があること、つまり食べ物を煮炊きした可能性を考えると、縄文土器の大きな役割として食べ物を煮炊きする機能が考えられます。このオコゲを分析することで、どんな食べ物を煮込んでいたか調べる研究も行われており、植物や木の実、肉、魚などを煮ていたことがわかっています。また土器外面のススを分析すると火にかけて使用していた年代を測定することができます。

いでしょうか。



埋壺炉 (大館町遺跡)

・伏壺に転用された「ナベ」

カキのきだい
柿ノ木平遺跡では竪穴建物跡の床面下から底部を穿孔した土器を伏せて埋設した伏壺 36 基が発見されています。伏壺の用途は、胎盤埋納説、地鎮説など、様々ありますが確証には至っていません。この土器の外面の上半にはスス、下半には火を焚いた痕跡、内面の底付近にはオコゲがあり、実際に食べ物を調理していた「ナベ」を伏壺用として転用したことが分かります。



深鉢形土器 (繫遺跡)

・廃棄された貯蔵穴内に作られた埋壺炉

大館町遺跡 82 次調査では、使われなくなり埋没途中の貯蔵穴内に土器を埋設した埋壺炉を作っていたことが確認されています。炉は火を焚いた痕跡がありますが、狭い貯蔵穴を住居として使用したとは考えにくく、推測の域を出ませんが、貯蔵穴の上に覆いをして保存用の燻製を作っていたのではな



伏壺に転用されたナベ

・パン状炭化物

北上市指定文化財 (平成 9 年 8 月指定)
昭和 46 年、坊主峠遺跡 (北上市更木町) の発掘調査で、縄文時代中期後半の竪穴建物跡の床面から食品を加工した 3 つのパン状の炭化物が発見されました。竪穴建物は火事に遭っており、そのまま焼け焦げたのでしょう。成分分析の結果、植物性という以外は不明でした。このような加工食は全国で 30 例以上発見されています。「縄文クッキー」で有名な

おんだし
 押し出遺跡（山形県高畠町）での分析結果では、クリやクルミの粉に肉や卵を練り合わせたものと判明しています。



パン状炭化物（坊主峠遺跡 北上市教育委員会 蔵）

・川目 A 遺跡出土の動物遺存体

宮古盛岡横断道路建設工事で発掘調査が実施された川目 A 遺跡は、築川の南に面した緩斜面に立地する、縄文時代中期から晩期にかけての遺跡です。遺物包含層をはじめ、竪穴建物内などの埋土から多数の骨片が出土しています。いずれも白色化し表面に細かいヒビ割れが生じ、火を受けた痕跡が確認されます。同定の結果、遺跡周辺の山野に生息する鳥獣類（キジ・イノシシ・ニホンジカなど）、遺跡北を流れる築川の魚類（ウナギなど）が狩猟の対象になっていたことがわかりました。



動物遺存体（川目 A 遺跡 岩手県埋蔵文化財センター 蔵）

・木の実と調理用加工具

縄文時代の遺跡からクリ・クルミ・ドングリ・トチなどの実が発見され、獲得が難しく不安定な食料より、ブナ・ナラなどの森とたくさんの草木に囲まれた自然から採れる豊富な植物資源が縄文人の主食であったと考えられます。土器のもたらした調理法の革新は、同時に調理用加工具である、木の実を割る敲石、磨りつぶす、粉にする磨石・石皿などの礫石器の発達を促しました。

・食料獲得と貯蔵

縄文人は目的に応じた多種多様な道具を使って、シカ・イノシシ猟をはじめとした狩猟、河川や海での漁労、様々な植物採集など広範囲の食料獲得戦略を展開しました。食卓を飾った「山の幸」「川の幸」は季節に合わせた生業の賜物と言えるでしょう。冬期間は獲得できる食料に限られるため、春に採れる山菜、秋に遡上するサケを多く採取して保存していたと考えられます。

秋に収穫した大量の木の実（クリやドングリなど）は、大地に穴を開けた天然の冷蔵庫である貯蔵穴に貯えました。

◆弥生時代～古墳時代の台所◆

・稲作と寒冷期

現在の私達は、米を主食としていますが、弥生時代に米作りが始まったことが契機となっています。水田跡が発見された垂柳遺跡（青森県田舎館村）では、九州地方で開始した稲作文化が本州北端まで到達していることを示しています。本県でも常盤広町遺跡（奥州市水沢区）から小規模な水田跡が確認され、その他の遺跡からも、土器に付着した籾の圧痕や稲穂を摘む石包丁など、稲作に関わる証拠も見つかっています。しかし、東北北部では弥生時代後期～古墳時代を通じて気候が不安定なため（古墳寒冷期）、稲作は定着しませんでした。古墳時代中期になると、東日本では大陸から伝わったカマドが作られ、竪穴建物内の「台所」は炉からカマドへと移り変わります。県南の面塚遺跡（奥州市水沢区）では方形の竪穴建物内に作られた、県内最古のカマドが発見されています。

一方、盛岡では弥生時代～古墳時代の遺跡は極め

て少なく、生活の様相がよくわかっていません。

向田遺跡、繫VI遺跡や大館町遺跡では弥生時代の石田炉を持つ竪穴建物跡、永福寺山遺跡や薬師社脇遺跡からは古墳時代の土壌墓が発見されています。寒冷な気候のため、定住生活に必要な住居は建てず、各地を転々と移動し、狩猟や植物採集に頼る遊動生活を送っていたと考えられます。



県内最古の弥生時代水田跡

(常盤広町遺跡 奥州市埋蔵文化財調査センター提供)

◆奈良時代～平安時代の台所◆

・新しい「台所」の浸透

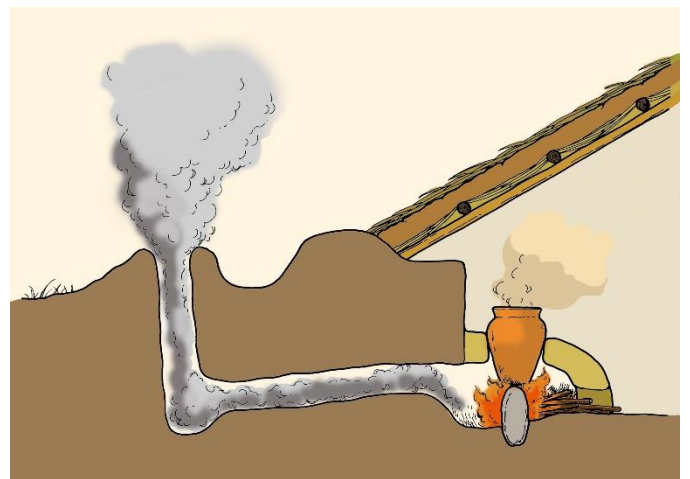
古墳寒冷期は次第に温暖化し、長い冬の時代は終わりを告げ、稲作や畑作などの農業生産も本格的に開始され、古墳時代までの転々とした遊動生活から定住生活に変わります。奈良・平安時代には集落数が飛躍的に増加し、人口も増加しました。この頃の人々が開拓し、集落を営んだ場所は、水田を作るのに適した沖積平野に面した低い段丘や自然堤防上です。当時の人々の大半は方形の竪穴建物に住み、建物内の壁際にはカマドが作られます。カマドは古墳時代に朝鮮半島から伝来した生活技術で、炉に変わって煮炊きの場を一変させました。それまで竪穴建物内の中央にあった炉は無くなり、壁に造り付けのカマドができ、建物外に煙を出す煙突（煙道）が作られました。

それまで屋内の中央にあった炉がなくなったことで自由に使える居住空間が広がったことでしょう。カマドの脇には「貯蔵穴」と呼ばれる食物貯蔵用の穴（冷蔵庫）が隣接して設置され、台所的な空間が生まれ出されました。新しい「台所」の出現です。こ

の形態は戦後にガスコンロや炊飯器が普及するまで継承されました。

・カマドの構造

カマドは竪穴建物内の壁際に粘土などでドーム状に作られ、煙が屋外へ排出される構造になっています。市内で調査されたカマドは粘土などで作られ、大きな甕（かめ）や礫（れき）をカマドの補強材として使う例もみられます。カマドが作られる位置は、奈良時代では北壁、次いで西壁が多く、平安時代になると東壁が主流となる傾向があります。カマド正面には薪を入れる焚口、天井部には甕を設置する穴（掛口）が開き、カマド内の中心にはその甕を支える支脚が置かれます。支脚は礫、小型の甕や坏を伏せたものが利用されます。甕を真下から熱することができ、周囲が囲われているため、熱が外部に逃げず、効率的に熱を利用することができます。煮炊きには一般的に胴の長い土師器の甕を使用し、この他に食物を蒸す時には底に穴が開いた甕を用いました。煙は煙道と呼ばれるトンネルを通して、その先にある煙出しから屋外に出されました。煙の屋外排出で、建物内の生活環境が良くなったことでしょう。市内の調査事例では、煙道はカマドから長く延びるのが特徴で、地面をトンネルのようにくり抜くタイプ、地面を縦に掘り込んで内壁や天井部を石組みとするタイプなどが確認されています。



カマド断面図



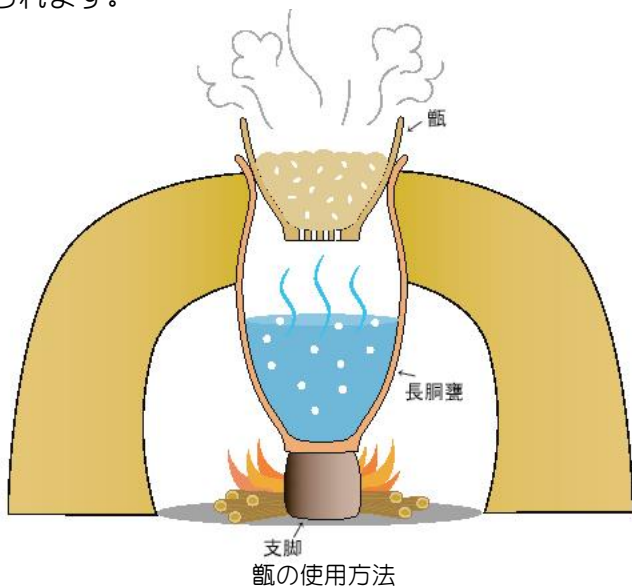
竪穴建物跡（細谷地遺跡）



粘土+石でカマドを構築する（細谷地遺跡）

・お米の調理法

現在の米は「ごはんを炊く」との言葉のとおり、煮る調理法です。一方、古代の調理方法は米を蒸す、モチ米と同じ調理法でした。水を入れた甕の上に甑と呼ばれる底に穴が開いた土器（蒸し器）を乗せ、水蒸気を利用して米を蒸していました。甑の中には米が落ちないように布や簀子などを敷いたと考えられます。



・「台所」の由来

炊事をする「台所」という名前は「台盤所」^{だいばんどころ}から生まれた言葉です。平安時代の宮中や貴族住宅に仕える女房たちの詰め所でした。そこは配膳所^{きゆうちゆう}で、台盤と呼ばれる食べ物を盛るための盤を載せる脚付きの台が置かれていたことから、その名前があります。台所という名前が炊事室をさすようになったのは鎌倉時代で、これに伴って女房という名前が庶民の主婦を呼ぶ言葉になったのです。

・奈良～平安時代のナベ

奈良時代（8世紀）には古墳時代に引き続き土師器の甕が煮炊き用のナベとして使用されます。口縁部（上部の口の部分）と体部の境界に明瞭な段が見られます。

平安時代（9世紀）になると、新たに須恵器製作のロクロ技術が伝えられ、それに土師器の焼き方（低温の野焼き）で焼かれたあかやき土器の甕が出現し、土師器の甕と共に使われます。

10世紀になると、あかやき土器の甕は少なくなり、土師器の甕が主体となります。器形はバケツ形で口縁が短くなり、胎土に小石が多く混ざり、作りが粗雑になります。鉄のナベや羽釜の出現の影響があると言われています。



9世紀のナベ



10世紀のナベ

・カマド納めの儀式

カマドは火を扱うところで神様が存在するとされていたかもしれませんが。千葉県しやうじやくの庄作遺跡や富山県みずはしあらまち つじがどうの水橋荒町・辻ヶ堂遺跡では「竈神かまどかみ」と書かれた墨書土器が出土し、これはカマドを守る神様のことなのでしょう。

市内の調査事例でも、引越しなどで住居を廃棄する際に、カマドの中に複数の坏を重ねて逆さまに置く、煙道の煙出し内に土器を入れるなどの行為が確認されています。これらはカマドを廃棄する際の祭祀行為と考えられます。

また、カマドを作る際にも、意図的に口縁部を打ち欠いた土器をカマドの構築材として使う事例も確認されています。神様が宿るカマドに対する古代の人々の思い入れが感じられます。

・奈良・平安時代の農業と漁業

この時代の生活は農業を基本としており、水田稲作が盛んに行われました。県内各地で発見される炭化米がそれを物語っています。新田開発も各地で盛んに行われたとみられ、それに伴い移民も当然行われたことでしょう。また、水田に適していない台地では畑が作られ、ダイズ・ヒエ・アワ・キビなどの穀物類も栽培されていたようです。

農耕具として使われた鉄製の鋤先すきさきや鎌も発見されており、鉄製農具の普及は本県の農業開発に大きな力となったことでしょう。向田遺跡や細谷地遺跡では、畑とみられる畝状遺構つねじょういこうが発見されています。畑跡のはっきりした年代はわかりませんが、西暦915

年に降下した十和田a火山灰に覆われていることから10世紀前半のものとみられます。内陸河川などで漁業も引き続き、積極的に行われていました。中小の河川流域や湖沼地帯の遺跡からは、投網用の土製おもりどすい（土錘）が多数発見され、また鉄製の銚とあみや釣針が出土した遺跡もあります。当時の漁業は専門的に行ったわけではなく、農業の傍ら兼業的に行っていたと考えられます。

北の大地は豊かな自然に恵まれており、農業のほかにも狩猟や植物採集など、多様な盛業で暮らしを支えていたことでしょう。



平安時代の畝跡（向田遺跡）



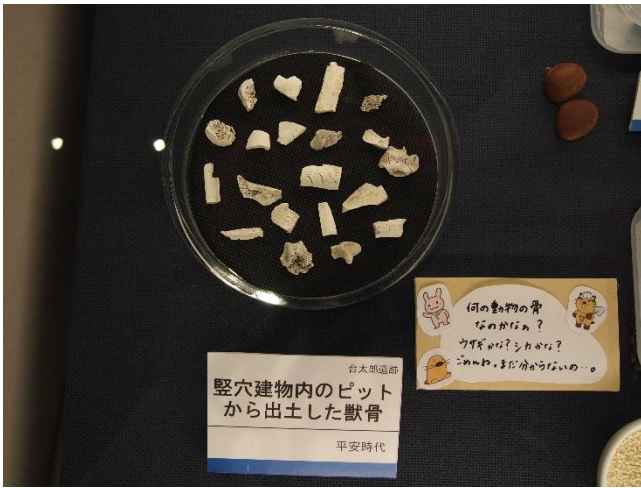
鉄鎌・穂摘具・鋤先（台太郎遺跡など）

・台太郎遺跡

平安時代（9世紀後葉）の竪穴建物跡のピットから多量の焼土とともに被熱して白色化した獣骨の破片が多数出土しています。なぜ、意識的に埋められたのか推測の域を出ませんが、例えば「動物」と「火」に関わりのある儀礼が行われていたのでしょうか。

◆中世～現代の台所◆

平安時代後半には、住居形態が地面を掘り込んだ
竪穴式から、地表を床面として壁を立てる掘立柱構造の平地式に移行し、基本的には近代まで大きく変わらずに続きます。この住まいの土間には煙道がないカマド（築竈）が設置され、板の間の土間寄りには囲炉裏が作られていました。また、鉄製の「ナベ」（鉄鍋）が使われるようになり、鎌倉時代には一般にも普及し、近世になると大鍋、小鍋、飯鍋、汁鍋など、様々な鍋が作られました。囲炉裏が普及していた東日本では、鍋を自在鉤にかけるため、鍋に鉄製のつるを付けたものが広く使われました。しかし、古い鉄鍋の出土例は少なく、これは鍋が壊れてしまっても、新しい製品にリサイクルされたためと考えられています。ご飯を炊く釜は、平安時代後半に「カナヘ」と呼ばれる鉄製の釜ができました。江戸時代になると、大きな鰐を付けた羽釜が考え出されました。昭和30年（1955）、自動スイッチ式の電気炊飯器が発売されました。ご飯炊きは女性の大きな仕事の一つでしたが、誰でも簡単にご飯が炊けるようになり、その後、各家庭に急激に普及していきました。現在では、保温機能や内釜にこだわったIH炊飯器が主流となり、個人の好みに合わせて、ご飯を美味しく炊くことができます。



獣骨（台太郎遺跡）

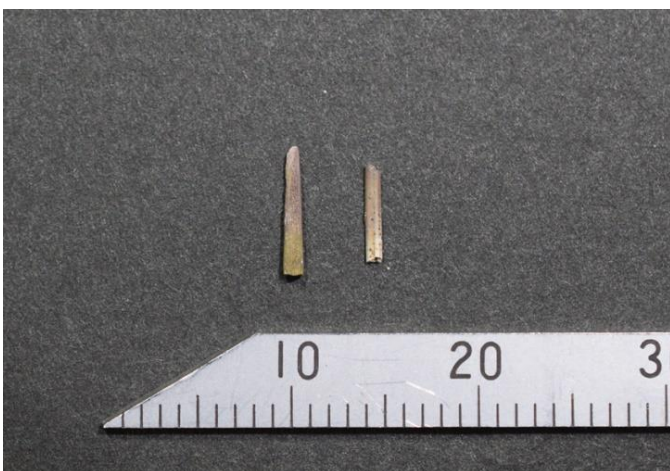
◆沿岸の古代人は何を食べたか◆

・長谷寺遺跡（大船渡市）

大船渡湾最奥の丘陵地にある、縄文時代から平安時代にかけての遺跡で、現在の海岸線から約2.2km離れています。

平安時代（9世紀後葉）の竪穴建物跡から当時の食生活がわかる資料が出土しました。カマド焚口内に堆積した焼土をフルイで洗浄したところ、微細な自然遺物が確認できました。被熱により白色化し微細になった骨片、魚類の歯、ウニ類の棘といった遺存体です。

現生標本との同定は実施していませんが、骨片の大部分は魚類と推察されます。ウニの旬は初夏～盛夏とされます。捕ったウニはどのようにして食べたのでしょうか。9世紀後葉の三陸沿岸部における漁撈や食生活を考える上で貴重な事例です。



ウニ類の棘（長谷寺遺跡）