平成19年度企画展

印旛 喰ッキング

―食の発掘史―

平成19年
12月17日(月)
〜
平成20年
6月30日(月)

「食べる」という行為は動物にとっては欠かせません。
草を食べるもの、肉を食べるものさまざまですが、
人間はその知恵をもって、よりたくさん、よりおいしくと「食」の範囲を広げてきました。
今回の企画展では遺跡にのこされた先人たちの「食」に関する資料を集め、
調理方法と食生活の変化を追ってみました。

煮る・蒸す

煮る・蒸すという調理により、それまで食べられなかった硬いものや害のあるものも食べられるようになりました。人々は工夫を重ね、さまざまな調理方法を生み出してきたのです。

旧石器時代

土器のない時代は焼石で蒸し焼き料理をしていたようです。

遺跡から出土した焼け石（市原市武士遺跡）

石蒸し料理のつくり方『縄文―ふなばし―再発見』

縄文時代～

土器が発明されると、家の中心に炉がつくられ、さまざまな土器で料理していました。

縄文時代の住居跡。中央に見えるのが炉
（佐倉市宮内井戸作遺跡）

石で囲った炉
（栄町麻生広ノ台遺跡）

縄文時代早期の
尖底土器
（成田市椎ノ木遺跡）

高さ80cmもある縄文
時代後期の巨大な土器
（佐倉市宮内井戸作遺跡）

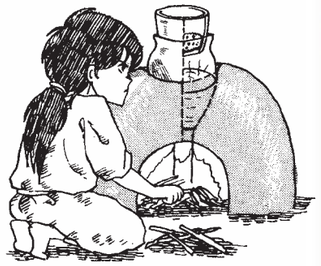
古墳時代中頃～

古墳時代中頃～平安時代はカマドがつくられ、甑(こしき)という蒸し器も一緒に広まります。

平安時代の住居につくりつけられた
カマド（印旛村平賀細町遺跡）

復元したカマド

甑（四街道市笹目沢Ⅱ遺跡）



カマドの復元図。
甑を甕の上に入れ子にして蒸す
『むかしの和良比』

鎌倉時代頃～

中世になると、炊事と暖房を兼ねる囲炉裏(いろり)が一般的になります。

囲炉裏での調理風景『松崎天神縁起』
防府天満宮蔵　写真提供中央公論新社

あなに紐を通して天井から吊るす鍋
（佐倉市井野城跡）

擂る・捏ねる

擂る・捏ねるという調理により食材を細かく、または粉末状にすることで、他の食材と混ぜ合わせたり、練り物や麺などを作ったりすることができるようになります。縄文時代では磨石と石皿でドングリなどを磨り潰したものをクッキーのようにして食べていたと考えられます。中世になると、擂鉢(すりばち)や卸皿(おろしざら)が普及します。

縄文時代の磨石と石皿
（成田市長田雉ヶ原遺跡）

奈良・平安時代の捏鉢
（成田市台方下平Ⅰ遺跡）

中世の卸皿
（佐倉市井野城跡）

近世の擂鉢
（佐倉市弥勒町遺跡）

調味料

料理に調味料は欠かせません。塩は縄文時代から、海水を煮詰めて作っていました。また、醤油や酢、味噌も律令時代にはすでに朝廷に納められていました。

縄文時代の製塩風景（復元）「富里市」

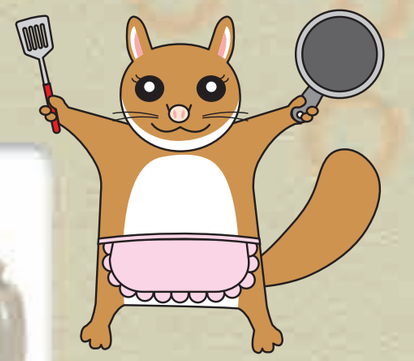
近世の焼塩壺
（佐倉市並木遺跡）

飲　む

縄文時代には、精巧につくられた急須形の土器が出土し、お酒が入っていたことを連想させます。また、『魏志倭人伝』には酒宴の様子も書かれていて、古くからお酒を飲んでいたようです。

縄文時代の注口土器(佐倉市宮内井戸作遺跡)

近世の徳利・猪口(佐倉市佐倉城跡)



食べる

縄文時代までの人々は、自然から取れるものを中心とした食事をしていました。イノシシなどの動物、イワシなどの魚に加え、春は山菜、秋はクリなどの木の実を季節に応じて食べていました。弥生時代になると稲作が普及し、コメやアワなどの穀物が食事に加わります。

古墳時代以降になると人々に身分差が生じ、権力者と庶民では食事内容に大きな隔たりが生まれます。

縄文人の食べ物「縄文カレンダー」
『縄文ーふなばしー再発見』
原図は小林達雄氏のものを加工

弥生時代の鉢
（佐倉市
六崎大崎台遺跡）

弥生時代の壺
（佐倉市六崎大崎台遺跡）

古代の庶民の食事（復元）
（独）奈良文化財研究所

古代の貴族の食事（復元）
（独）奈良文化財研究所

坏や皿（佐倉市内田端山越遺跡）

須恵器高坏（佐倉市内田端山越遺跡）

食べ物

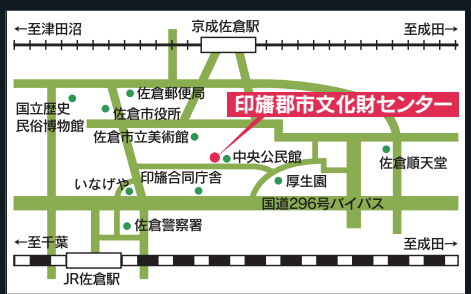
オニグルミやコメなど植物の種子が炭になって残っていることがあります。また、食べた動物の骨も出土します。

オニグルミ（佐倉市宮内井戸作遺跡）

シカのあご（佐倉市吉見台遺跡）

おわりに

食に関する話題は、飢えと隣り合わせの生活をしていた時代から飽食の今日まで、常にこと欠きません。食べることは生きていく上で欠かせない、生活そのものです。そのため調理道具や食器の変化の背後には、技術や流通の変化、人々の生活様式の変化が色濃く反映されています。そのような生活道具の変遷と共に、むかしの人々の生活に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。そして、今回の展示がみなさまにとって「食」の歴史と文化を考える契機となれば幸いです。



提供機関
奥村料理スタジオ　小林達雄　栄町教育委員会　佐倉市教育委員会
千葉県教育振興財団　中央公論新社　富里市教育委員会
（独）奈良文化財研究所　成田市教育委員会
船橋市教育委員会　防府天満宮　四街道市教育委員会
（50音順・敬称略）

財団法人 印旛郡市文化財センター
〒285-0025 佐倉市鏑木町198-3
TEL 043-484-0126(代)　FAX 043-485-9871　http://www.inba.or.jp