

白山麓の出作り地、白山信仰の受け継がれた奥山人の食文化

石川県白山市の南東部に位置する、日本三霊山のひとつ、信仰の聖地白山の麓に抱かれた地、白峰。

全国的にも有数の豪雪地帯であるこの地は、厳しい生活環境であると同時に、自然のめぐみに囲まれた食の宝庫です。

夏季には焼畑農業をはじめ、製炭や養蚕などに従事し、冬季は母村に帰って生活する二地域居住の「出作り地」でもあり、独自の生活文化を築いてきました。

「白山白峰奥山人」とは、「里山」地域でなく、白山の麓「奥山」で暮らして白峰の人々を指し、

自然に寄り添い、敬意を払いながら、山を巧みに扱い、使いこなしながらも、自然を崇拝しながら生きてきました。

このように、現在も食べ継がれてきた白山白峰奥山人の食文化を背景に、ほんこさん料理とかましをご紹介します。

白山白峰 奥山人の 里の食



ほんこさん料理

豊富な食材を用いた白峰のほんこさん料理

浄土真宗の宗祖親鸞聖人の命日を偲んで営まれる報恩講では、一年かけて準備され、とておきの地域食材を丹精込めて作った精進料理「ほんこさん料理」が振舞われる文化を有しています。ほんこさん料理は、白山麓においては、五箇山、勝山、大野、白州村等にもありますが、白峰地域では他地域に比べ豊かな食資源を有するため、提供される椀の数や食材の種類が豊富で、また調理法・食提供方法等にも違いがあることが近年の調査で分かってきています。

一度に30膳ほども用意してふるまわれるほんこさん料理は、大きな手間がかかる中でなお、現在まで受け継がれてきており、後世に残し続けていくべき文化です。

1年かけて行われる準備

春

山へ山菜摘み
それぞれの食材に適した手法で保存

夏

ナギハタ（焼畑）で育てた根菜類の収穫
漬物にして保存

秋

ダイズ、アズキなど豆類の収穫
マイタケなどキノコの収穫

5日前

塩蔵した保存食の野菜の塩抜き

3日前

約30人前の調理開始

前日

料理のお膳立て（大量のお皿の準備等）

当日

家の掃除
お味噌汁作り、ご飯とお味噌汁をお膳に盛る

白山の麓で育まれた信仰

白山は越前の修験僧、泰澄によって開山しました。泰澄の白山開山を境に、素朴な土着神の白山信仰は、神仏混淆の白山三所権現として民人の心をとらえていきます。神仏混淆は平安時代中期に本地垂迹説で確立され、鎌倉、室町時代を通じて隆盛を極めます。その白山信仰の広がりは全国津々浦々に及び、その数は現在約3000社を数えるといわれています。

白峰地域には白山信仰を基盤とする浄土真宗の信仰が浸透し、環境に適合した伝統的建築物や季節ごとの芸能など、山麓の自然と暮らしと信仰を代表する文化的景観が息づいています。アニミズムとしての信仰が生活と結びついている地域であることは、ほんこさん料理が豊富な品数のまま残り続けていることと、無関係ではないと考えられます。



栄養価豊富で保存のきく、白峰のスーパーフード

白峰地域は豪雪地帯であり、冬を越すためには十分な保存食を蓄える必要がありました。コメの穫れない白峰地域において、栄養価が高く保存も聞くかましは、まさに白峰の「スーパーフード」でした。30年ほど前から食べられなくなっていましたが、かましいりこの食文化を守るため、白峰の住民でつくる白峰まちづくり協議会が2008年に立ち上りました。市や住民から借りた畑で、収穫から脱穀までを全て手作業でこなしており、年間に約120kgを収穫しています。

六 手作業で叩いて脱穀

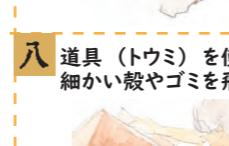


かましを 育てる 1年の暮らし

七 大まかな殻やゴミを飛ばす



一 春、畑を耕す



二 かましの苗を植える



三 夏、かましを育てる



四 色づいた穂から収穫



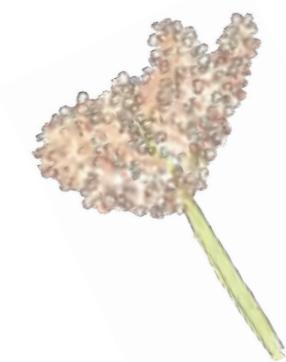
五 天日干し



九 かましの実だけになる

十 鉄鍋で炒る

十一 製粉してかまし粉の完成



かましとは

かましとは白山市白峰地域の方言であり、学名はシコクビエといいます。かましは縄文時代晩期に日本に伝えられたといわれ、縄文時代から人々が住み始めたといわれる白峰では、先祖代々大事に食べていた、歴史ある食物です。

かましいりこの作り方

「かましいりこ」は、地域の昔ながらのおやつです。

砂糖をお好みの量加え、
熱湯を注ぎ、粘り気が
出るまで練り上げる



ほうじ茶にも似た
香ばしい匂い



カルシウムや
ビタミンが豊富