



琉球・沖縄の伝統的な食文化

— 祖霊祭祀の行事食と「医食同源」の食思想が根付いた食文化 —



(沖縄県文化振興課 提供)

琉球・沖縄の伝統的な食文化とは？

近世の琉球において、中国の冊封使をもてなす饗応料理としては唐料理が、薩摩の在番奉行をもてなす料理は大和(日本)料理が饗応料理として使い分けられていました。この二つの料理文化が融合して琉球料理が成立していたと考えられます。

琉球料理は首里王府を中心とした饗応料理を基にしつつ、外来の食材や調理技術を取り入れ醸成されたおもてなし料理(宮廷料理)があり、時代を経るとともに首里・那覇の諸士や富裕層に伝わり、変容しながら継承されてきました。その一方、首里・那覇を中心とする上層の食文化の影響を受けつつ、庶民の料理には亜熱帯地域特有の食材を活用し生活の知恵から生みだされてきた民間の家庭料理がみられます。琉球・沖縄の伝統的食文化はこうした二つの系譜の組み合わせによって成り立っています。



『御膳本草』目録(沖縄県立図書館所蔵)

「医食同源」の食思想が根付く沖縄

沖縄で伝統的に使われてきた言葉である「クスイムン(薬になる食べ物)」、「ヌチグスイ(命の薬)」は、医学的な治療も日常的な食事とも源は同じであるという中国の「医食同源」の食思想に繋がるものです。

琉球近世期後半、『御膳本草』は国王の日常の食事療養指導書として医者渡嘉敷通寛より献上されました。『御膳本草』にある「医食同源」の考え方は、その後続いた大災害で疲弊した庶民を救うことにつながり、沖縄本島や周辺の離島さらには宮古・八重山諸島まで伝わりました。

この「医食同源」の考え方は、沖縄の亜熱帯環境を生かしつつ深く浸透し、今日まで養生食として広く人びとの生活に根付いています。



チムシンジ
(松本嘉代子氏 提供)

チキナーチャンプルー
(松本嘉代子氏 提供)

祖霊祭祀の行事食

沖縄の祖霊祭祀(十六日祭・清明祭・盆行事等)の代表的な供物としてウサンミ(御三味)があります。

ウサンミは中国の三牲(牛・豚・羊)の影響とされ、豚肉、魚などのてんぷら、豆腐、煮しめなどが入ります。主に重箱料理でもありますがお盆には地域により大皿盛として供えられます。沖縄では祖霊祭祀においても、供物や料理には豚肉や鶏肉・魚介類が用いられてきました。現在でもウサンミは沖縄県内に広く普及し、定着しています。

これまでは重箱料理などは家庭料理として手作りされていたものが、しだいに外注化され急速にアウトソーシングされる傾向が各地で見られます。とはいえ沖縄の伝統的食文化に裏打ちされたウサンミの習俗は市販製品にも根強く活かされていることも確認できます。

島野菜のあり方

伝統的農産物である島野菜について、その普及を目指して沖縄県内各地での活用状況等を把握するためアンケート調査を実施しました。認知度等調査の結果より、島野菜は中高年層から認知されており、家庭での使用頻度も高いことがわかりました。また、よく利用されている島野菜は沖縄県内で生産量が多く入手しやすく、馴染みのあるものが多く選ばれる傾向にありました。

島野菜は、沖縄県民の暮らしと密接に関わり、郷土料理に使用する食材として、人々の健康を支える食材として、様々な理由から今日まで受け継がれてきました。島野菜を家庭等で活用することは、地産地消の促進につながる、季節や旬、郷土料理への利用により食事の楽しみにつながるなど、価値があることが示されました。



夏が旬の島野菜



ゴーヤーチャンプルー
(安次富順子氏提供)



玉陵御清明祭のお供え料理(金武御殿)



旧盆のお供え料理(糸満市・首里系のお家)



十六日祭のお供え料理(石垣市)