

# 北部九州における餅、団子、饅頭の名称と調理の関係

## Relationship between Naming and Cooking Method of the Rice Cake, Dumpling and Steamed Bun in Northern Kyushu

坂元明子・丸山香代子\*  
Akiko Sakamoto・Kayoko Maruyama

### はじめに

北部九州は古くから中国、韓国の食文化の影響を強く受け、中世後期には南蛮料理文化が加わり、更に、鎖国時代にも唯一長崎出島に砂糖が輸入されていたことから長崎市から北九州市を結ぶ長崎街道（シュガーロード）に沿って独特の菓子文化が開花してきた。

しかし、このような華やかな菓子文化は一部の豊かな階層のものであり、庶民にはそれほど身近なものではなかったと思われる。中世の終わりに庶民階層の食事回数が2度から3度に変化して行く中で、菓子文化は食事の一部として、あるいは間食すなわち点心として生活に取り入れられたり、茶の子として喫茶の習慣が始まる中で、次第に日常食に取り入れられてきたと考えられる<sup>1)</sup>。一方、行事食として、様々な生活の場面で食された餅、団子、饅頭として発展してきたことも推測される。一方、近年、このような伝統食品を復活させ町おこしを促進するスローフード運動や、食への関心を高めるための食育が全国的に展開されている。

そこで、本研究は現代に残る北部九州の伝統的なこれら3種類の食べものについてその主材料や主調理操作の現状を把握し、名称から分類した餅、団子、饅頭との関係について考察してみたいと思う。

### 方法

大正時代末期から、昭和時代初期の庶民の食生活を聞き取りした農山漁村文化協会出版日本の食生活全集聞き書き「福岡の食事<sup>2)</sup>」、「佐賀の食事<sup>3)</sup>」、「長崎の

食事<sup>4)</sup>」、「大分の食事<sup>5)</sup>」を中心に北九州市経済文化局農林水産部・西南女学院大学食文化研究会編「伝統料理など食文化の掘り起こしに関する調査結果・レシピ集<sup>6)</sup>」また佐賀県流通園芸課編「佐賀のふるさと食品<sup>7)</sup>」、大分県農村女性組織連絡協議会編「伝えたい おおい たふるさとの味<sup>8)</sup>」などから北部九州4県の餅、団子、饅頭と名称がつけられた食べもので庶民階層が大正時代末期から食し、現存しているものについてその名称、主材料、主調理操作などの調査を行った。また各県の農業協同組合、農業改良普及センター、4県29カ所の道の駅などで聞き取り調査を行った。調査時期は2002年4月から2006年12月である。

### 結果・考察

今回の調査結果から明らかになった餅・団子・饅頭の種類の数は、餅93種類、団子54種類、饅頭41種類の合計188種類で、餅と名称がついたものが最も多く、次いで団子、饅頭の順であった。また図1から北部九州4県の県別出現数は、餅では大分県が最も多く44種類、次

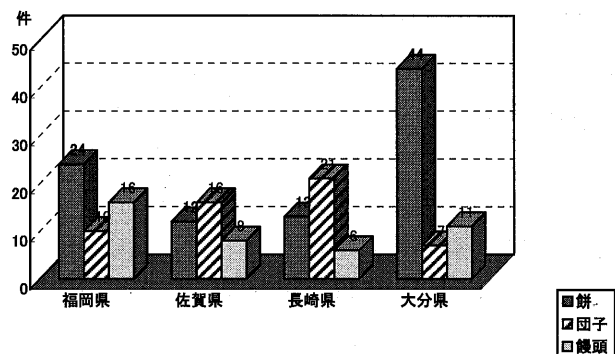


図1 餅、団子、饅頭の県別出現数

\*元大分県生活改良普及員

いで福岡県の24種類、長崎県13種類、佐賀県11種類の順であった。団子は長崎県が最も多く21種類で、次いで佐賀県16種類、福岡県10種類、大分県7種類の順であった。饅頭は福岡県が16種類で最も多く見られ、次いで大分県11種類、佐賀県8種類、長崎県6種類であった。

### 1. 餅について

餅と日本人の日常生活は神とのつながり以上に人と人を結びつけるものとして機能してきた。正月の鏡餅は歳神への供物またはその依り代として供される餅であり、雑煮は供された鏡餅などを一つの釜で煮て神人共食するための料理であった。又、餅は正月三が日以外にも年中行事のうち神祭や直会の食物として作られていた。雑煮祝いの風習は室町時代から始まり、安土桃山時代に編纂された「日葡辞書」によると「雑煮は正月に出される餅と野菜で作った一種の煮物」とあり、現代のそれとほぼ同様なものであったといわれ、この風習が定着するのは元禄時代以降である。北部九州における餅食文化は様々に見られ、正月には鏡餅、雑煮餅、餡入り餅を食し、旧正月には大豆・黒砂糖・ごま等を入れたのし餅を作りあられやかき餅にして、日常食の一部や間食としてきた。一方、通過儀礼と餅の関連も深く、出産、初節句、初誕生、七五三、結婚、厄年や還暦祝いなど人の一生に関わる節目には餅がつきものであった。中でも初誕生を迎えた子どもに1升餅を踏ませる「あし餅」や餅を背負わせる「背負い餅」をする風習は現在も北部九州各地で見られる。

また庶民の食べものとしての餅は餅米を搗いて作る餅だけでなく、餅粉を主材料とし、小麦粉など他の穀類を混合して作られる江戸時代後期に完成した餅菓子と称するものが多く見られる。そこで、今回調査した93種類の「もち」と名称がついた食べものについて主材料別出現割合を図2に示した。

その結果、米粒から作る餅は31種類33.3%で、そのうち餅米のみで作られる餅は21種類22.6%であり、この中には佐賀県「いろいろさん餅」、福岡県「こおり餅」などが見られる。うるち米の餅は3種類3.2%で福岡県「だご餅」長崎県「ふつ餅」などが、餅米とうるち米あわせたものは7種類7.5%で長崎県「はた餅」佐賀県「くだけ餅」などであった。

また餅をさらに調理して作るものとして、長崎県

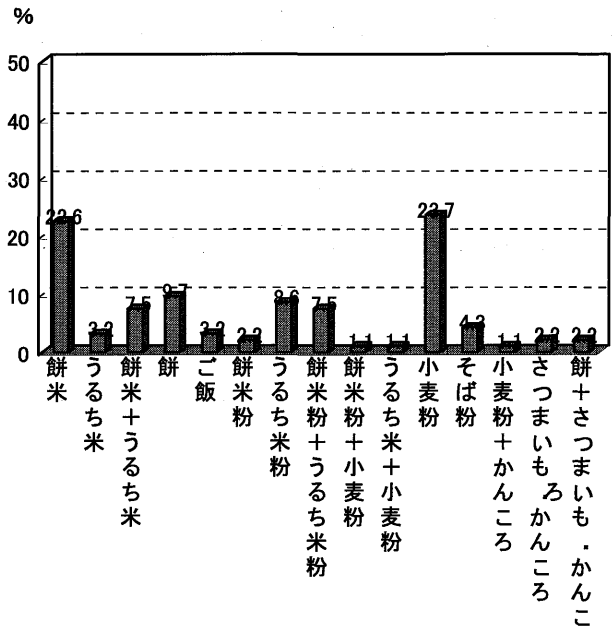


図2 餅の主材料別出現割合

「とりこみ餅」、「だんつけ餅」など9種類9.7%で、ご飯から作る餅として大分県の「めし餅」など2種類2.1%が見られた。

次に、米の粉から作られるものは19種類20.5%で、中でもうるち米粉から作られたものは8種類8.6%で、大分県「つきかえし餅」や福岡県「こねきり餅」などであった。餅米粉から作られたものは2種類2.1%で大分県「ぼんし餅」や「こぶり餅」であった。うるち米粉と餅米粉をあわせたものは7種類7.5%で、福岡県「梅が枝餅」、大分県「かしわ餅」などがあった。これら米の粉は日本の食生活全集「聞き書き」によると主として碎け米と呼ばれる米の屑を粉にすることが多かった。

次に小麦粉から作られた餅として大分県で「石垣餅」、「あみがさ餅」、「茹で餅」等17種類が、佐賀県で「いも餅」1種類、福岡県で「焼き餅」など2種類の合計20種類(23.7%)見られ、餅の中で最も多く出現した。

その他、そば粉を使った餅は福岡県「そばがい餅」など4種類4.3%、小麦粉とかんころを混合した大分県「うず巻き餅」1種類、餅といもを混合した「いも餡入り餅」など2種類が見られた。奈良県明日香村では餅米に同量の小麦粉を加えて作る小麦餅があり、小麦が入っているためにいつまで置いてもカビが生えないといわれる<sup>13)</sup>。

中国や韓国ではうるち米から作られる餅が一般的であるが、総合調理科学事典によると「餅とは餅米を

蒸して搗いた日本伝統食品の一種。または餅米の中に他の原料を混ぜ、餅米粉、うるち米粉、他の餅種の穀類や澱粉から調整した生地で『もち』のような食感をもつものを『〇〇餅』と呼ぶ」とある。

餅とは米や米の粉を材料として作られたものが多いが、なぜ小麦粉を原料としたものに「もち」と命名したのであろう。庶民にとってハレの代表食品である餅は貴重な餅米を使い手間と時間をかけ、家族近所総出で搗いていた。時代の変化、調理の簡便化への流れの中で人々は「もちもちする」食感から「もち」と命名したり、茹でたり、蒸したりした後、「搗く」と言う調理操作が行われることから「もち」という名称を付けたのではないかとも思われた。事実、大分県では、小麦粉から作られる餅の多くに「搗く」操作が入っている。更に年貢として供出する貴重な米と異なり、裏作としてつくられた麦はある程度家に確保されていたと考えられる。我が国の和菓子用小麦粉は「うどんこ」と呼ばれる中間質小麦で作られ、水とこねたときに生じるドウの伸展性がよく、またドウが縮む力を弾性というが、これが弱いため、うどんや、饅頭作りに適していたといわれる。また特に大分県宇佐平野一帯は古くから条理水田が大規模に開墾され、幹線用水路の開発により米・麦の増産に力を入れてきたところである<sup>15)</sup>。このことが小麦粉を原料としたものに「もち」と命名した理由かとも思われた。また当時、餅に対する庶民のあこがれも大きかったと思われる。

また、中国で餅という文字は小麦粉製品の総称を指すが、この事と名称との関連も推測された。

次に、これらの「もち」と名称がついた食べものに

ついて主調理操作別出現割合を図3に示す。「蒸す・搗く」操作は38種類40.9%と最も多く、次いで「茹でる」操作は21種類22.6%、「蒸す」操作は18種類19.4%の順であった。これら3操作で82.9%を占めており、焼く、煮る、炊く操作はわずかであった。以上のことから餅は餅米や米の粉、小麦粉を主原料として主に「蒸す」、「茹でる」の後に「搗く」操作が加えられることが多いと言えよう。ただ、昔の調理法では、擻鉢とすりこ木で簡単に「搗く」ことも多かったと思われる。

## 2. 団子

団子は日本の味探求事典<sup>16)</sup>によると、遣唐使が中国より伝えた8種類の唐菓子の中の団喜が後に団子になったとあり、「米粉、小麦粉を練って丸めて蒸したり、茹でたり、焼いたりして団子が出来る」とある。また総合調理科学事典によると「穀類の粉を水でこねて小さく丸め、蒸す、茹でる、焼くなどの方法で加熱したもの」とある。

今回、調査した団子54種類を主材料別に分類し、その出現割合を図4に示す。小麦粉で作られたものは佐賀県「ソーダ団子」や長崎県「焼き団子」など14種類25.9%で、米の粉で作られたものは20種類37.1%で、そのうち、うるち米粉のみでつくられたものは福岡県「ちまきだご」や佐賀県「ふつだご」など5種類9.3%、餅米粉のみで作られたものは福岡県「寒ざらしだご」や佐賀県「きなこだご」など4種類7.4%、うるち米粉と餅米粉の混合は佐賀県「あれつけだご」、福岡県「つつぼだご」など11種類20.4%であった。また、い

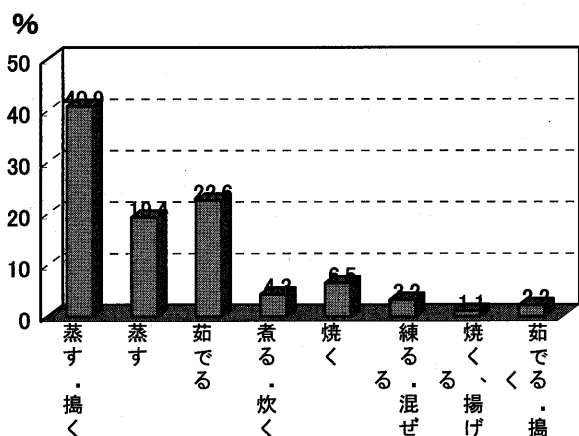


図3 餅の主調理操作別出現割合

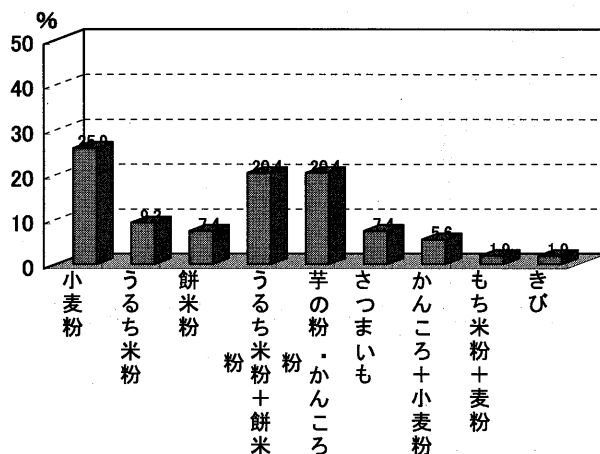


図4 団子の主材料別出現割合

もの粉、かんころを主材料とした佐賀県「石垣団子」や長崎五島の「にぎにぎ団子」など11種類20.4%、生いもを使用した団子は佐賀県「こっばだご」など4種類7.3%であった。次に主な調理操作の出現割合を図5に示す。「茹でる」26種類48.1%、「蒸す」21種類38.9%でこれら二つの操作で87.0%を占めた。これらのことから団子の主材料は米粉で作られているものが最も多く、調理操作は「茹でる」、「蒸す」が主であった。

団子はお盆の迎えだご、送りだごや法事など仏事に出現する他に七五三、端午の節句、月見などにも出現する。また日常では餅よりも手軽に作ることが出来るため10時、午後3時に食する小昼、間食として親しまれてきた。

また、団子は江戸中期1816年の嬉遊笑覧には「団喜は俗にだんごというものの形にて、餡を包めるなり」とあり、当初は餡が入っていた。現在は餡入りはわずかに9種類16.7%で、餡を入れずに砂糖、醤油、小豆餡、きなこをまぶす方法が主流になっている。

またご飯が足りないときにご飯代わりとして食べる団子汁などが見られる。

このように団子は餅に比べて調理操作の簡便性から一般庶民の食べものとして広くひろがっていったと考えられる。

### 3. 饅頭

饅頭は鎌倉時代禅僧達が中国から伝えた生活様式の点心に始まると言われる。饅頭伝来には二説あり、一

説は林浄因が小麦粉で餡を包みふくらし粉を入れた蒸し物に「饅頭」と名付けて売り出したとされるもの<sup>17)</sup>、もう一説は博多蒸天寺を建立した僧聖一国師が托鉢の途中、親切にしてもらった茶屋の主人栗波吉左衛門にお礼として宋で習い覚えた饅頭の作り方を伝えたという説である。聖一国師が博多に伝えた饅頭は酒饅頭で餡はなかった。現在は蒸天寺から許可を受けた菓子店でのみ蒸天饅頭として製造されており、米粉から作る薯蕷饅頭である。

また昔、饅頭はハレの日の祝儀ものとして家庭内で作り近所に配られることが多かった。その後は学校の入学式、企業の創立記念日などにも紅白饅頭が配布されるなど現在においてもその風習は広く残っている。それは喜びを互いに分かち合う風習として定着していたと考えられる。また佐賀県三養基郡では現在も葬儀、盂蘭盆・法事などには白と緑（よもぎ入り）の饅頭を近所に配る風習も見られる。現在はよもぎの代わりに緑の色粉を加えている。

今回調査した41種類の饅頭の主材料別出現割合を図6に示す。その結果、小麦粉が圧倒的に多く、24種類58.5%を占めた。次いでうるち米粉が11種類12.2%で、餅米粉とうるち米粉をあわせたものが12.2%であった。また、小麦粉にうるち米粉をあわせたもの7.3%、小麦粉に餅米粉を合わせたもの4.6%が見られた。小麦の収穫後小麦饅頭を作り新麦祝いをする地域は日本全国にわたっているが、今回の調査においても大分県

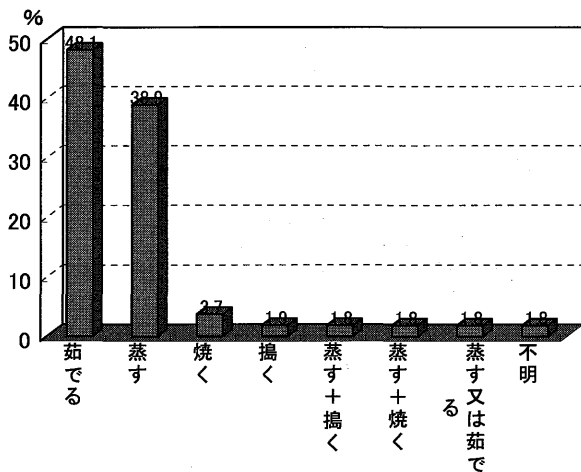


図5 団子の主調理操作出現割合

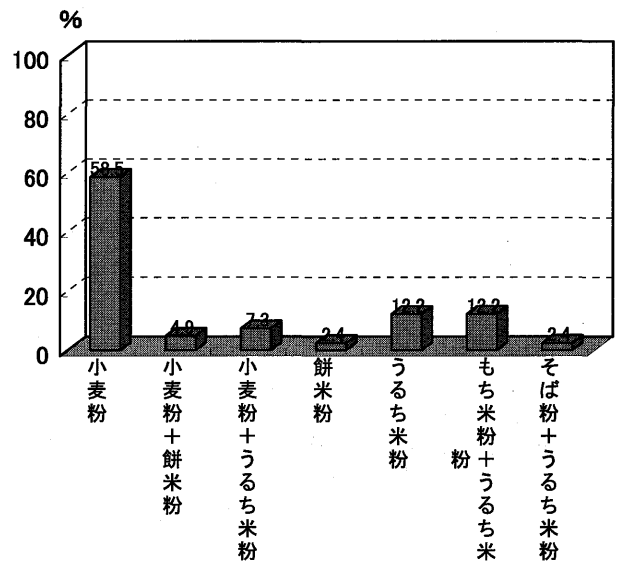


図6 饅頭の主材料別出現割合

「炭酸饅頭」や、佐賀県「岸川饅頭」、福岡県「茹で饅頭」など小麦饅頭は多く見られた。小麦粉と餅米粉でつくる饅頭としては大分県「酒饅頭」、福岡県「二度饅頭」があり、小麦粉とうち米粉で作る饅頭として大分県「しきし饅頭」が見られた。またうち米粉と餅米粉でつくるものとして福岡県「さんきら饅頭」などが、うち米粉でつくる饅頭としては大分県「かかん饅頭」、佐賀県「白玉饅頭」、福岡県「蒸天饅頭」などが見られた。饅頭の主材料としては小麦粉が多いが、米粉が様々な配合されて作られていることが分かった。

次に調理操作出現割合を図7に示す。調理操作は82.9%が「蒸す」操作で、次いで「茹でる」2.4%であった。このことから饅頭は小麦粉や米粉を蒸して作られていることが分かる。食辞林によると「饅頭とは蒸し菓子<sup>19)</sup>の一種」とある。又、中村喬の中国の点心饅頭によると「饅頭は蒸して作る餅(ヘイ)、すなわち蒸餅類の代表的食品で、これには有餡と無餡があった。有餡には皮に酵を用いたものと用いないものがあり饅頭は前者で酵を用いたものである<sup>20)</sup>」としている。

図8は饅頭に使用される膨張剤の種類別出現度数を

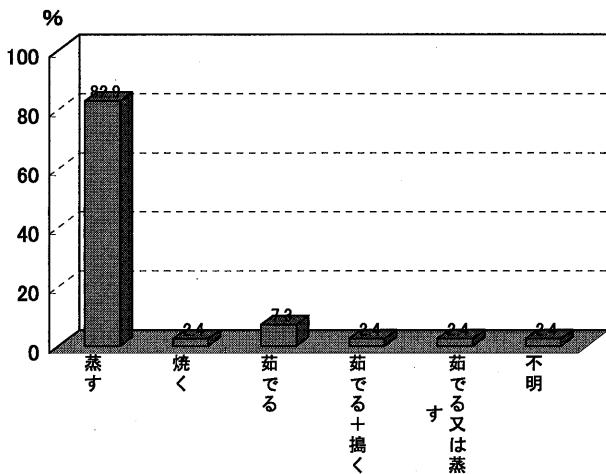


図7 饅頭の調理操作別出現割合

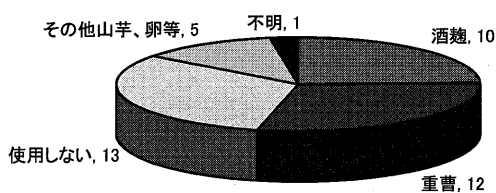


図8 膨張剤の種類別出現度数

示す。酒麴を使用するは10種類24.4%、重曹を使用するは12種類29.3%、使用しない13種類31.7%、その他やまいも、里芋・卵などを用いる5種類、不明1種類であった。博多に伝わった饅頭は酒麴を用いたものであったが今回の調査では重曹を用いる饅頭が多いことが分かる。また酒饅頭は現在福岡県では少なく、特に佐賀県や大分県、長崎県などの米処に残っていることが分かった。近年は福岡県でも町おこしとして酒蔵開きとして酒饅頭が振る舞われたりすることが多いようである。

また博多丞天寺に伝わった饅頭は、餡なしであったと言われるが、図9の餡の種類別出現度数を見ると小豆餡23種類56.1%、いも餡7種類17.0%、小豆以外の豆餡3種類で、餡なしは6種類14.6%で、半数以上に小豆餡が見られた。小豆の赤い色は悪霊や邪霊を防ぎ、福をもたらす陽の色としてハレの日の食事を飾ったとされている。<sup>21)</sup>「岸川饅頭」や「多久饅頭」は現在餡入り饅頭もあるが、本来は餡なし饅頭であり、豊かな時代になり餡なし饅頭は少なくなった。

#### 4. 食べものと甘味の関係

砂糖は天平勝宝6年(754)唐僧鑑真により薬用として中国よりもたらされたとされ<sup>22)</sup>15世紀には貴族や武士の間で流行した茶の湯と共に和菓子が発達した。16世紀後半にはマカオから長崎に来航するポルトガル船により輸入され長崎では砂糖の使用が普及した。一方、同時期に琉球にも甘蔗の栽培が伝わり、17世紀には奄美とともに砂糖の生産が始まる。<sup>23)</sup>砂糖の消費が庶民階層にまで拡大するのは江戸時代後期まで待たなければならないが、日本の食文化全集作成のため聞き取りした大正時代末期から昭和時代初期といえども北部九州の庶民の家庭内消費は少なく、なかなか口には出来なかったと思われる。

昭和40年代までお通夜の会葬に砂糖を持参する風習

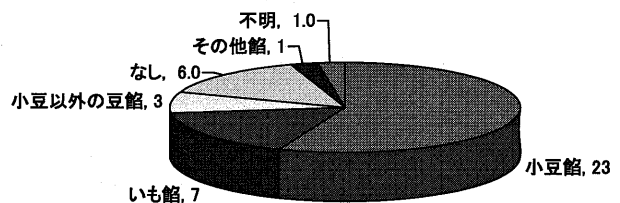


図9 餡の種類別出現度数

があったことを九州、山口県の各地で耳にしたが、このことも当時、砂糖がとても貴重であったことを意味している。これらのことから、甘みの代用としてサツマイモを利用したことは当然の知恵だった。

次に餅、団子、饅頭に使用されたいものの実態について県別・いも使用割合を表1に示す。その結果、餅、団子、饅頭の中では団子への使用率が最も多く37.0%で、次いで、餅への使用が29.0%で、饅頭への使用は22.0%であった。この事は餅、団子、饅頭の平均3割にいもが用いられていたことになる。更に県別では長崎県が37.5%で最も多く、次いで、大分県の35.5%、佐賀県の30.6%であり福岡県は16.0%と大変少なかった。福岡県のいも使用割合が少ない理由として、商業地であることや、400年前からの南蛮菓子伝来により、菓子文化が発展し、商品化されてきたことによると思われた。

いもの種類は圧倒的にサツマイモが多く、ジャガイモや里芋、山芋も少なからず使用されていた。

また餅、団子、饅頭にいもが使用された理由としては砂糖（甘み）の代用としてだけでなく、小麦粉や米粉の増量剤とされたこと、また冷えると澱粉の老化で固くなる餅や団子を柔らかくするためでもあった。佐賀県のジャガイモ饅頭は茹でたジャガイモをつぶして小麦粉と混合して作られる餡なし饅頭で、保存の利くサツマイモの粉やかんころを増量剤や甘味として使用している例であり、福岡県八女地方のいも饅頭は小粒の里芋、ジャガイモを甘辛く煮付けて丸ごと餡の代用としている。もともと、作物は大小様々な形状、品質のものが収穫されるが、品質にあわせて上手に利用する昔の人々の知恵を感じずにはいられない。またかかん饅頭では山芋、里芋を膨張剤として使用している。

以上の事から餅、団子、饅頭はその使用材料、調理操作も様々であり、名称の定義が不明確である。そこで、北部九州の餅、団子、饅頭と名称が付けられた食べものについて米を主材料とし加工過程から名称を分類した結果を表2に示す。

米の加工過程から粒食、粉食、餅に分類し更に材料別に餅、団子、饅頭類に分けてみると米の粉食の部分に名称上餅類、団子類、饅頭類が出現してくることが分かる。このことは主材料が粉である場合、完成した食品につけられる名称に混乱が起きていると思われた。

また小麦についても同様に主材料と加工過程から分類した結果を表3に示す。小麦の場合は粒食よりも粉食にして食することが多いが、小麦についても餅類、団子類、饅頭類が出現した。しかし、餅類は「焼く」、「茹でる」調理操作が主であり、団子は「茹でる」調理操作が、饅頭は「蒸す」調理操作が主であったことから主として調理操作により名称が付けられていると思われた。

以上のことから庶民階層では初めて作った餅、団子、饅頭などの食べものに名称をつける場合、主調理操作や食感などから食事文化を基に新しい名称がつけられており、主材料が粉である場合名称に混乱が起きていることが推測された。

また、庶民階層の人々は限りある食材を大切に利用するための知恵を生み出し、餅・団子・饅頭を通して心豊かな食生活を楽しんでいた。

#### まとめ

北部九州4県で大正時代末期から食されている餅、団子、饅頭188種類を調査し主材料、調理操作から分類し次のことが示された。

表1 餅、団子、饅頭の県別いも使用数と割合

	福岡県	佐賀県	長崎県	大分県	合計	いも使用割合 (%)
餅	24	12	13	44	93	
いも使用数	5	3	3	16	27	29.0
団子	10	16	21	7	54	
いも使用数	0	7	10	3	20	37.0
饅頭	16	8	6	11	41	
いも使用数	3	1	2	3	9	22.0
合計	50	36	40	62	188	
いも使用数	8	11	15	22	56	29.8
いも使用割合 (%)	16.0	30.6	37.5	35.5	29.8	

表2 主材料「米」の加工過程から分類した名称

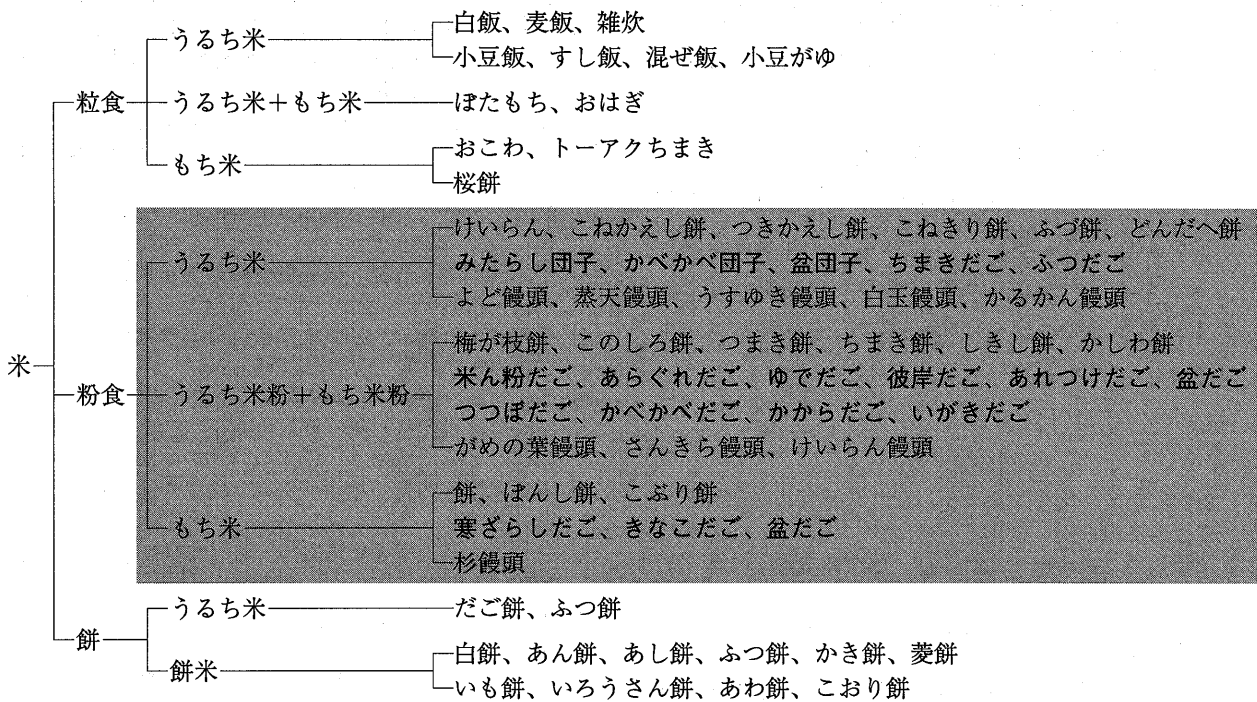
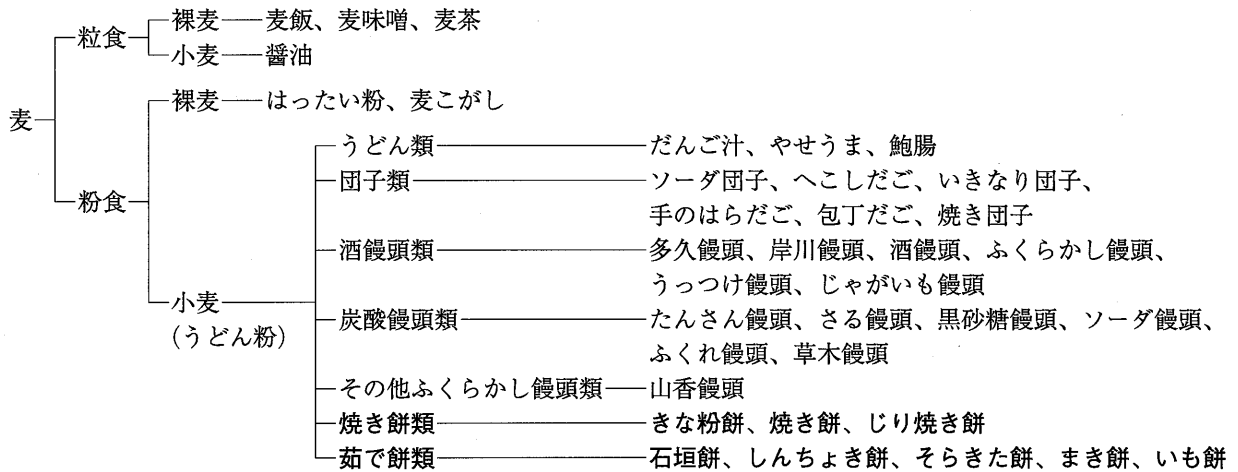


表3 主材料「麦」の加工過程から分類した名称



1. 北部九州4県で餅93種類、団子54種類、饅頭41種類の合計188種類の庶民の食べものが見いだされた。
2. 餅は大分県、団子は長崎県、饅頭は福岡県が最も多く出現した。中でも大分県では小麦粉で作られた餅が多く見られた。
3. 餅の主材料は餅米と小麦粉が多く、調理操作では「蒸す・搗く」が最も多く、次いで「茹でる」、「蒸す」であった。

4. 団子の主材料は、米の粉が37.1%で最も多く、次いで小麦粉、芋の粉で、調理操作は「茹でる」が多く出現した。
5. 饅頭の主材料は小麦粉で58.5%を占め、調理操作は「蒸す」が82.9%と圧倒的に多く出現した。
6. 饅頭の膨張剤は重曹が29.3%、次いで酒麴24.4%で、使用しないが31.7%であった。
7. 餡の種類は小豆あんが56.1%で、次いで、いも餡の17.0%であった。

8. 餅、団子、饅頭にいもを使用している割合は団子が37.4%、餅が29.0%、饅頭が22.0%で、県別では長崎県が最も多く、次いで大分県、佐賀県、福岡県の順であった。

9. 餅、団子、饅頭の名称は主材料が米の場合、粉として用いられる場合に混乱が生じており、複合的な調理操作や形状、食感つまり「もちもち感」などで名称が付けられていることが推測された。主材料が小麦の場合は主調理操作で名称が付けられていると思われた。

### 引用文献

- 1) 樋口清之 新版日本食物史 食生活の歴史 p176 柴田書店 1995
- 2) 社団法人 農山漁村文化協会 日本の食生活全集 聞き書き福岡の食 1987
- 3) 社団法人 農山漁村文化協会 日本の食生活全集 聞き書き佐賀の食 1991
- 4) 社団法人 農山漁村文化協会 日本の食生活全集 聞き書き長崎の食 1985
- 5) 社団法人 農山漁村文化協会 日本の食生活全集 聞き書き大分の食 1992
- 6) 北九州市経済文化局農林水産部・西南女学院大学食文化研究会編「伝統料理など食文化の掘りおこしに関する調査結果・レシピ集 2004
- 7) 佐賀県流通園芸課 佐賀のふるさと食品 1995
- 8) 大分県 伝えたいおおいたふるさとの味 2003
- 9) 安室知 餅と日本人 p16 雄山閣出版 1999
- 10) 文化庁編著 全国から集めた伝統の味 お雑煮100選 女子栄養大学出版部 2005
- 11) 松下幸子著 祝いの食文化 p97 東京美術 1991
- 12) 土井忠生、森田 武、長南 実編訳 邦訳日葡辞書 p843 岩波書店 1980
- 13) 亀井千歩子 日本の菓子祈りと感謝と厄除けと p106 東京書籍 1996
- 14) 日本調理科学会編 新版総合調理科学事典 p501 光生館 2006
- 15) 社団法人 農山漁村文化協会 日本の食生活全集 聞き書き大分の食 P354 1992
- 16) 岡田哲編 日本の味探求事典 p211 東京堂出版 1996
- 17) 株式会社村岡総本舗 肥前の菓子 50 (株) 佐賀広報センター 1999
- 18) 黒川光博 和菓子第9号 P14 株式会社虎屋 虎屋文庫 2002
- 19) 小原哲治郎、細谷憲政監修 簡明食辞林 p792 樹村房 1990
- 20) 黒川光博 和菓子第8号 P9 株式会社虎屋 虎屋文庫 2001
- 21) 亀井千歩子 おいしい祈りのかたち 縁起菓子祝い菓子 p4 淡交社 2000
- 22) 黒川光博 和菓子第9号 p17 株式会社虎屋 虎屋文庫 2002
- 23) 砂糖を科学する会 砂糖の知識食育のためのお砂糖テキスト 2005