

祈りとまじない

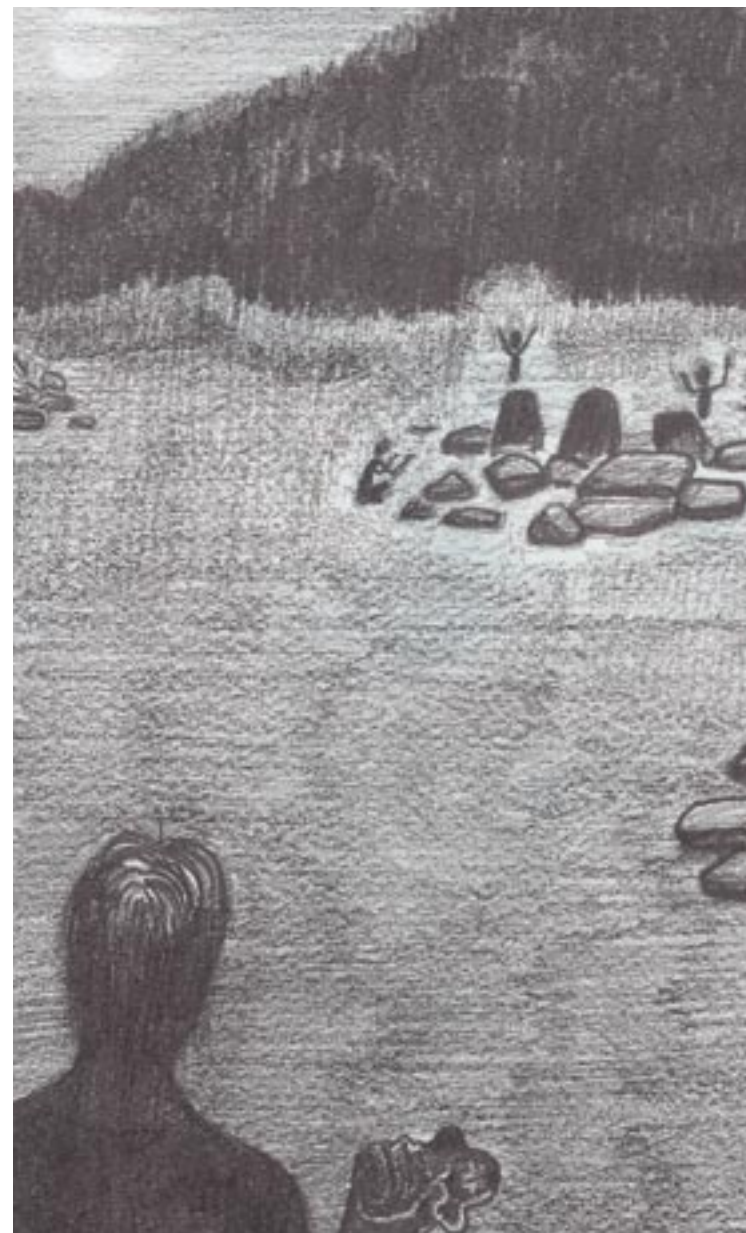
自然の恵みに頼って生きていた縄文人にとって、自然そのものが崇拜の対象だったことであろう。匹見町の遺跡群からは、石を丸く並べた祭場跡や女性をかたどった土偶、鳥の形をした土製品など、祈りやまじないに用いられたものが数多く見つかりました。人びとはこれらのものを精神的な支えとし、自然と向き合っていたことなのでしょう。



水田ノ上遺跡（匹見町匹見）・ヨレ遺跡（匹見町紙祖）から出土した土偶や土製品



水田ノ上遺跡で発見された、石を丸く並べた祭場跡



縄文時代の祭りの様子（想像図）

縄文

縄文食に挑戦
ドングリのお菓子をしよう

子供のころ、秋になると一生懸命ドングリを拾った記憶はありませんか。縄文時代、米作りをまだ知らなかった人びとにとっては、木の実であるドングリやトチの実はとても大切な栄養源でした。そのままでは苦くてとても食べられないドングリも、調理しただけ栄養たっぷりの食材となるのです。どうすれば、おいしくドングリが食べられるのか。ドングリを材料にして「縄文料理現代風」に挑戦してみよう。



カシの木とそのドングリ



おもなドングリの実

1 ドングリを拾う

ドングリのなる木はカシ、コナラ、シイなどで、すこし山のほうに行けば、カシワやブナなどもあります。おいしく食べるには、なるべくアクの少ないものを選ぶことです。

シイにはアクがありませんが、よく見かけるスダジイの場合、実が小粒で殻が取りにくいので、あまりおすすめできません。カシなら殻も取りやすく、比較的にアクがありません。秋になっても葉の落ちない、常緑樹であることが見分けるポイントです。神社の森や、松江なら城山の馬洗池のまわりにあります。



2 殻を取る

縄文人は、石でたたいて殻を割りました。コツがわかれば、けっこう簡単に割れます。



3 すって粉にする

石皿にドングリを乗せ、丸い石ですって粉にします。石臼を使うと速くすれます。



4 アクを抜く

すった粉を流水にさらして、1週間くらいアク抜きをします。ゆでてアクを抜く方法もあります。



5 粉を団子にして調理する

小麦粉と卵を入れて作って見ましたが、縄文人は何をつなぎにしたのでしょうか。山芋のような粘りのあるものを使ったのでしょうか。



6 食べる

けっこうおいしく食べられました。



ドングリの貯蔵法
ドングリやトチのようなアクのある木の実は、アク抜きをして食料にし、また冬場の保存食として図のような方法で貯蔵していた。縄文人の知恵がしのばれる。



発掘されたトチの実（郷路橋遺跡出土：瑞穂町市木）



見つかったドングリの殻（佐太講武具塚出土：鹿島町佐陀宮内・名分）

秋だけしか食べないのか？冷蔵庫のない縄文人の知恵

縄文人は、年中木の実が食べられるように貯蔵していました。地面に穴を掘り、自然の冷蔵庫として利用したのです。松江市の寺の脇遺跡ではドングリの貯蔵穴が、瑞穂町の郷路橋遺跡ではトチの実の貯蔵穴が発見されました。