

日本におけるアズキの利用形態

○宮城大学看護学部 猪口尚子

〔目的〕アズキは赤飯や和菓子の餡などの材料として用いられることが多く、おめでたい時の食べ物というイメージがあり、日本人にとっては大変馴染み深い特別な食べ物の一つである。そこで、本研究では、日本の伝統的食生活におけるアズキの利用形態を明らかにするため、日常食以外の使用方法について文献調査を行なった。その際、同じ豆類であるダイズなどの使用形態についても調べ、その比較から、アズキ特有の使い方についても検討した。

〔方法〕昭和初期の庶民の食生活が記載された『日本の食事事典II』、『日本の食生活全集』1~47巻を用いて、アズキ、ダイズなどに関する項目を選び出し、地域、調理法、時期などの使い方について分類・整理し、アズキが使われてきた意義を探った。

〔結果〕日常食以外のアズキ利用は、「行事食」、「民間薬」であった。(1)行事食としては、①結婚、出産、誕生祝いなどの祝儀、②葬儀、通夜などの不祝儀に使用され、また③妊婦や出産後の禁忌食等ともされていた。ダイズが、主に葬儀などの不祝儀で豆腐や白和えなど加工された形で多く使用されていたのに対して、アズキは、結婚式や初節句などの祝儀で、豆の形を残した赤飯の使用が多く見られた。(2)民間薬としては、アズキの持つ利尿作用を期待して、主に脚気などの治療食として小豆煮や小豆粥などが用いられていた。また、身体に作用をもたらす薬効だけにとどまらず、風邪予防のために冬至に小豆粥を食べるなど、精神面に効用をもたらす薬効が多く見られた。このような例は、ダイズなど他の豆類ではあまり見られなかった。このことから、アズキは他の豆類とは異なり、日本人にとって、精神的な要素を数多く含んだ、特別な食べ物であったと考えられる。