



山形県の

食文化

シリーズ・その

「医食同源」という言葉があるように、食べるということは、病気の治療と同じく、人間の生命を養い健康を維持するために必要な行為である。

一方で、世界の各地域では、生活の知恵や創意工夫によって、独自の食文化を形成してきた。

山形県においてもそれは例外ではなく、生きていく上で、また生きることを楽しむ上で、いろいろな食べ物が作られ、山形の食文化が創られた。

では、山形らしい食文化、山形が全国に誇れる食文化とはどんなものだろうか。この欄は、「山形県の食文化」についてシリーズで執筆する。多くの県民の方々と一緒に考えたい。



麺好きの山形県民

まず、下の表を見ていただきたい。

表1は、都道府県別にみた人口10万人あたりの「うどん・そば店」と「中華料理店」の数である。これによると、山形県では、うどん・そば店の密度は全国7位、中華料理店の密度は全国4位である。

また、表2は、1年間の外食費における「日本そ

表1 人口10万人あたりの店舗数

うどん・そば店			中華料理店		
1	香川県	65	1	東京都	84
2	群馬県	51	2	栃木県	67
3	東京都	48	3	山梨県	59
4	栃木県	46	4	山形県	56
5	山梨県	39	5	群馬県	54
6	埼玉県	37	6	神奈川県	52
7	山形県	35	7	茨城県	51
8	長野県	34	8	千葉県	51
9	茨城県	33	9	静岡県	51
10	徳島県	31	10	埼玉県	51
	全 国	27		全 国	47

資料：事業所・企業統計調査（総務省、H16）
総務省統計局推計人口（H16.10.1）

表2 1年間の外食費（円）

日本そば・うどん			中華そば		
1	香川県	12,490	1	山形県	11,758
2	栃木県	8,359	2	宮城県	10,262
3	山形県	8,265	3	福島県	9,991
4	愛知県	8,079	4	栃木県	9,709
5	茨城県	7,878	5	新潟県	9,496
6	石川県	7,832	6	秋田県	9,352
7	長野県	7,468	7	長野県	9,231
8	埼玉県	7,208	8	岩手県	7,952
9	福岡県	7,073	9	長崎県	7,923
10	群馬県	6,839	10	富山県	7,893
	全 国	5,433		全 国	5,505

資料：家計調査（総務省、H14～16年平均）
（注）データは都道府県庁所在地のもの

ば・うどん」と「中華そば」の食事代（平成14年～16年平均）である。これによると、山形県では、日本そば・うどんの食事代は全国2位、中華そばの食事代は全国トップである。さらに、家計における1ヶ月の支出額（平成16年）についても、山形県は米が全国6位、パンが全国44位であるのに対し、麺類は全国3位である。

一方、平成13年～16年の間での、うどん・そば店と中華料理店の増加率についても、山形県は共に全国2位である。

このように、山形県は食生活に麺類が深く浸透しているといえる。

貧困の象徴が食文化になった「そば」

山形県のそばの歴史は古く、松尾芭蕉が奥の細道で出羽三山を訪れた際に、投宿した寺でそばを振る舞われたという記録があるが、もともとは、不毛な土地に住む住民の、米の代用食であった。

それが、日本が飽食の時代を迎え、健康ブームも高まる中、そばの持つ素朴な味わいや高い栄養価が注目を集め、今日では、そばはグルメ達にも好まれる“食文化”としての地位を確立している。平成14年度に村山総合支庁が行った調査でも、仙台市民が山形で最も気に入っている食べ物は“そば”という結果が出ている。

夏ばてしやすい時期に、冷たいそばは体にやさしい食べ物であるが、実は、1年を通じて最もそばがおいしいのは冬である。秋に収穫された新そばの粉を、冷たい空気の中でそば打ちし、凍るような水で締めれば、そばがきゅっと締まってほのかな甘みをとまなう絶妙な味になるからである。

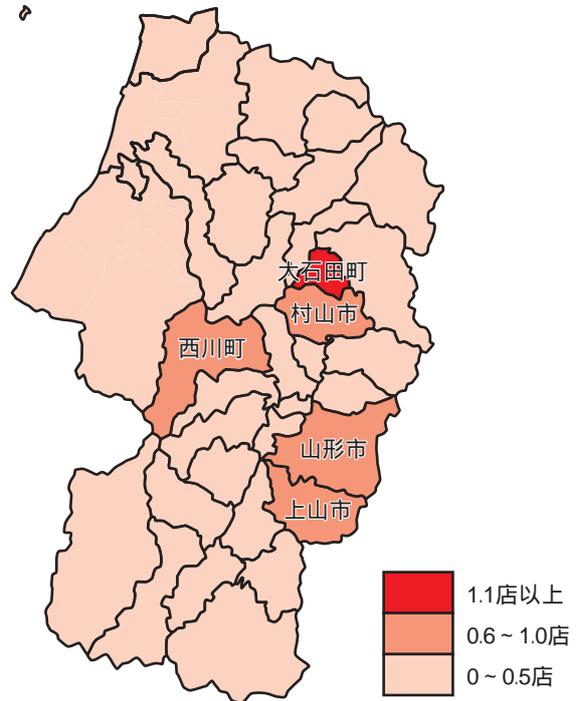
あるそば店の店主は、「そばのおいしい時期は5月まで」と言い切る。

秘湯ならぬ「秘そば」～次年年子そば～

図1は、市町村別にみた人口1,000人あたりの「うどん・そば店」の数である。これによると、県内で最もうどん・そば店の密度が高いのは大石田町である。人口8,800人（平成17年速報）の町に、13店のそば屋が軒を並べる。平成10年には「大石田町そば街道」が誕生し、毎年10月後半～11月上旬に行われる新そばまつりは、行政や商工会など町じゅうが一体となって行われる。

中でも、町の西側にある、次年年子のそば屋には、僻地の山間部にもかかわらず、週末ともなれば県外からもお客がやって来る。

図1 人口1,000人あたりの「うどん・そば店」



資料：デイリータウンページ（H17）、国勢調査人口速報（H17）
（注）「食堂」は含まない

伝説によれば、今から約500年前の晩秋の頃、次年年子を訪れた大里姫という旅人が、大雪のため、当集落の名主宅に逗留した。そして、そのお礼として「養づくり」と「そば打ち」を伝授したという。

それゆえ、次年年子では古くからそばが食されていたが、商売として店が建ち始めたのは、約20年程前からである。そもそものきっかけは、そばの実の相場が暴落したため、「実で出荷しても割が合わないから、そ



次年年子のそば屋（大石田町）。次年年子では、そばの栽培から製粉・製麺まで、ほとんど地元で行われている。

ばに打って客を呼ぼう」と、海藤慶次さん(当時71歳)が商売を始めたことにある。これが評判になり、今日の人気にいたっている。

なお、「大石田町そばの里」は、環境省の“かおり風景100選”に認定されている。

庄内の珍しい名前

庄内地方には、鶴岡を中心として、“麦きり”という風聞き慣れない麺がある。要は、「蕎麦きり そば」「麦きり うどん」ということだが、なぜ麦きりをうどんと呼ばないのか、その理由は明らかではない。ただし、麦きりという名前に対する人気は根強く、他県にも、「うどん」ではなく「麦きり」としてメニューに出している店は多い。

一方、酒田には“むきそば”という名前の食べ物がある。むきそばとは、そばの実の殻をむいて茹でたものに、ダシ汁をかけて食べる酒田の郷土料理である。ももとは、京都の寺院で食されていた精進料理で、江戸時代に北前船によって酒田に伝えられたと言われている。

実は、この殻をむく技術が大変難しいとされており、ある製造工場でも特殊な装置を導入している。当然、その工程は企業秘密である。

「ご当地ラーメン」もさまざま

図2は、市町村別にみた人口1,000人あたりの「ラーメン店」の数である。これによると、県内で最もラーメン店の密度が高いのは南陽市で、次いで米沢市、酒田市と続く。

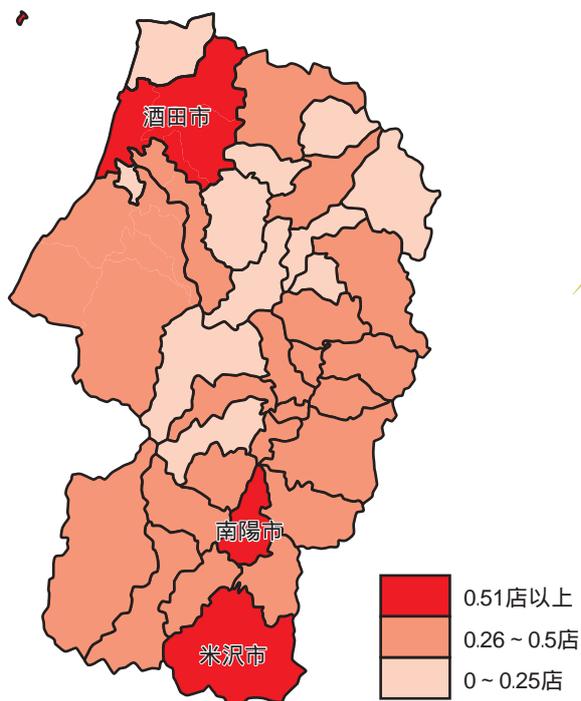
南陽市の「赤湯ラーメン」は、太縮れ麺に辛味噌を乗せた濃厚なスープが特徴である。

ラーメンといえば、しょうゆ味のスープが一般的だった昭和30年代、赤湯ではいち早く味噌をベースにしたスープを取り入れ、今日のご当地ラーメンの礎を築いた。辛味噌はスープに混ぜず、上に盛られているため、辛さを自分で調節できるところが大きな特徴である。すべて混ぜれば相当の辛さになるが、それは、昨今の激辛ブームの先駆けともいえる。

米沢ラーメンは、手もみの縮れ麺にあっさりしたスープが特徴である。

手もみの縮れ麺は、戦前のラーメン職人・常松恒夫の発案によるといわれている。ある日のこと、常松は、妻が大事にしていた機織物を誤ってしわくちゃにしまった。それで、がっかりしてそれに顔をうずめた

図2 人口1,000人あたりの「ラーメン店」



資料: デイリータウンページ(H17)、国勢調査人口速報(H17)
(注)「中華・中国料理店」「食堂」は含まない

ところ、その感触に感動し、ラーメンを手でもんでしわくちゃにすることを思いついた。

実際にできた縮れ麺は好評で、瞬く間に米沢中のラーメン屋に広がったという。

酒田ラーメンは、自家製の麺に、魚介類を基本にしたダシで作ったスープが特徴である。一説では、酒田市内のラーメン屋の自家製麺比率は80%に達するといわれ、これは全国一だという話もある。

スープも、飛鳥産のトビウオなど、全国的にも珍しい具材をダシに使っている店が多い。

変り種のラーメンも豊富

さまざまなご当地ラーメンがある一方で、山形には少し変わったラーメンもある。

その一つが、山形市を発祥とする「冷やしラーメン」である。夏限定のメニューで、文字通り、冷たいスープのラーメンであるが、時にはスープに氷が浮かんでいることもある。

冷やしラーメンの歴史は古く、誕生したのは昭和27年である。あるお客さんが、「冷たいそばはあるのに、冷たいラーメンはないの?」と聞いたのがきっかけで、聞かれたラーメン店では1年間にも及ぶ研究を経て、



山形市が発祥の冷やしラーメン。お客さんの一声がきっかけで誕生した。

ようやく完成したという。

作り方は簡単そうに見えるが、実際には、スープを冷たくすると脂分が固まってしまう。そのため、いったん冷却してから脂分を取り除き、植物油などを加えて風味を出すのが一般的である。

もう一つ、米沢の「そんびんラーメン」が挙げられる。これは、ホタテや海老、イカといった海の幸と、山菜など山の幸がトッピングされたラーメンである。一見すると普通のラーメンだが、米沢が内陸で、海から遠く離れていることがポイントである。

「そんびん」とは、米沢の方言で「ひねくれ者」を指す。つまり、本来魚介類の無い米沢で、魚介類をたっぷり乗せたラーメンを出すところがひねくれているのである。

他にも、米沢には、チャーシューの代わりに米沢牛のスライスを乗せた「まんぎりラーメン」や、米沢出身の喜劇役者・伴淳三郎の流行語「アジャパー」(アジャは、米沢の方言で「驚く」の意味)にちなんで、ラーメンにトンカツをトッピングした「アジャパーラーメン」(確かに驚きだ...)など、ユニークなラーメンが存在する。

ラーメンで町おこしも

変り種のラーメンといえば、新庄の「とりもつラーメン」も見逃せない。

内陸で魚介類の少なかった新庄では、貴重なタンパク源として、多くの家でニワトリを飼っていた。そして、客人をもてなす時は、内蔵(モツ)も含めて余す

ところなく調理して振る舞った。もちろん、ラーメン屋にもモツ煮はメニューにあった。

ある時、お客さんが何気なくモツ煮をラーメンに入れて食べたところ、スープのあっさり味とモツ煮のこってり味が絶妙にマッチしたという。30年以上前の話である。

以降、新庄では「モツラーメン」として普通にメニュー化されていたが、平成11年の山形新幹線の新庄延伸を機に、「愛をとりもつラーメンの会」が発足し、町にのぼりを立てたり、県の物産展に出品したりと、PR活動に懸命である。なお、“愛をとりもつ”のネーミングは、当時のJR新庄駅長によるもので、現在、「愛をとりもつラーメン」は登録商標されている。

会では今後、新鮮なモツのレトルトとラーメンを組み合わせたお土産品の開発も視野に入れているという。



新庄市内には、「愛をとりもつラーメン」と書かれたのぼりが目立つ。

観光資源としてのアピールも重要

これまで見てきたように、山形県の麺類は、店舗密度や消費の多さについては全国有数で、また、それぞれの店や地域にもこだわりがあって、全国的にも重要な食文化ととらえることができる。

しかし、そばは信州、うどん(麦きり)は讃岐、ラーメンは札幌や博多、さらに、変わり所では盛岡の冷麺や長崎ちゃんぽんということで、全国ブランドとしての山形の麺類は、まだ弱いといわざるを得ない。今後は、食文化と同時に、魅力ある食の観光資源としてどれだけ磨き上げられるかが大きな課題となるであろう。

(荘銀総合研究所研究員 山口泰史)