

縄文時代の食生活2(ドングリ)

大野城市教育委員会

ドングリとは？

ドングリと聞いてみなさんはどんな形を思いうかべますか？



写真1 マテバシイ

ドングリとは、ブナ科の木の実のことをいい、シイやクリの実もこの仲間です。ドングリには、丸い形や縦長の形など、さまざまな大きさ・形・色があります。ドングリのなる木は、世界に600種類以上もあり、日本には約20種類が生育しています。

写真1は四王寺山で拾ったマテバシイです。九州にはこの他に、イチイガシ・クヌギ・スダジイ・アカガシなどが生育しています。

写真2は、約4000年前の遺跡から発見されたイチイガシという種類のドングリです。

みなさんは、今から約1万年前～3000年前の縄文時代の人も、ドングリを食べていたことを知っていますか？



写真2 久留米市正福寺遺跡から見つかったイチイガシ
久留米市埋蔵文化財センター提供

縄文時代とドングリ

縄文時代の人たちは、動物を狩り、木の実などを集めながら、四季折々のさまざまなものを食べていました。秋に実るドングリなども重要な食料になっていたようです。なぜ、このようにドングリを食べていたことがわかるのでしょうか？

それは、縄文時代の遺跡から「ドングリピット」というドングリのいっぱい入った穴が見つかるからです。この穴の中は図1のようになっており、水の湧き出るような浅い谷や川の近くにつくられました。ドングリをこの穴に入れ水漬けにすることで、現在の冷蔵庫のように腐らせず長く保存できたと考えられています。

写真3は、写真2と同じ正福寺遺跡のドングリピットから発見されたドングリとカゴで、ツル植物のカズラを編んでつくられています。

九州で見つかるドングリは、約95%が写真2と同じイチイガシで、残りはマテバシイやクヌギなどのいろいろな種類のドングリです。

ドングリには、洗み(アク)の原因となる成分が含まれているので、クヌギやアラカシなどのアクの多い種類はアク抜きをしなければ食べられません。九州

で多く見つかるイチイガシなどはアクを抜かずそのままでも食べることができます。

縄文時代のドングリの食べ方やアク抜き方法は、はっきりとはわかっていません。しかし、戦時中の食料が足りないときに食べていたことや、現在も東日本ではナラの実の餅、九州でもイチイガシやアラカシで豆腐をつくる地方があることから、今と同じように、木の灰を使い殻と洗皮をとって煮る方法や、粉にして水に晒し乾燥させる方法でアクを抜き、焼く、煮るなどさまざまな工夫をして、縄文時代の人たちもドングリをおいしく食べていたのではないのでしょうか。

(2005.3.31)



図1 ドングリピットの様子

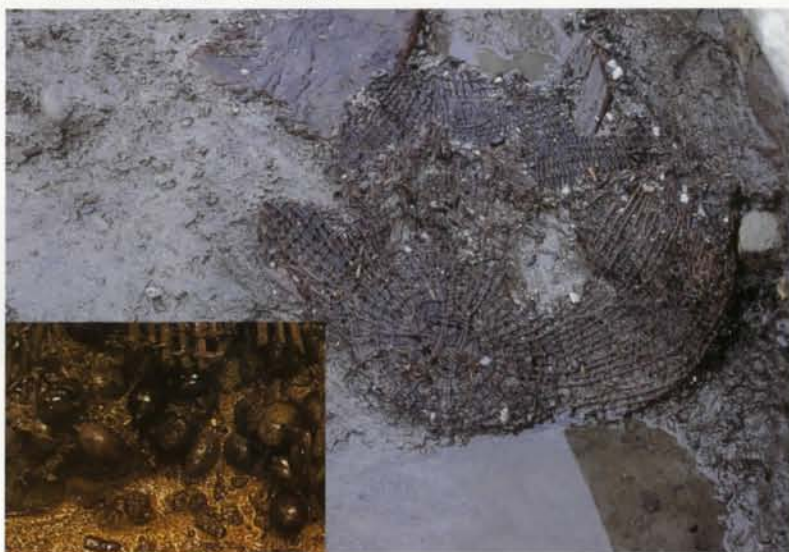


写真3 久留米市正福寺遺跡から発見されたドングリとカゴ
久留米市埋蔵文化財センター提供