

〈資 料〉

季節を祝う食べ物

(1) 新年を祝う七種粥と小豆粥

Food for Celebrating the Seasons in Japan

(1) New Year's Food : "Nanakusa-kayu" (Rice Gruel Mixed with Seven Cereals) and "Azuki-kayu" (Rice Gruel with Red Beans)

森 田 潤 司
(Junji Morita)

はじめに

新年には1年の無事を祈ってさまざまな行事が行われるが、行事と関連した食の風習も多い。小正月(正月15日)に「小豆粥」(小豆とその煮汁を入れて炊いた粥で、餅を入れることもある)を祝う風習もそのひとつである。

小豆粥の行事のルーツは上元(陰暦正月15日)に七種類の穀物を入れて炊いた粥を食する「ななくさかゆ(七種粥)」であるとされている。本稿では七種粥から現在の小豆粥への変遷を整理してみる。

「ななくさかゆ」と呼ばれるものには七種類の若菜を入れて炊く正月7日の「七草粥」もあり、これも「七種粥」と書くことがあるので混同されるが、別の行事である¹⁾。

七種粥のいわれと異動変遷

古代中国には小豆で赤色にした粥をつくり、これを食して、邪気を祓うという風習があった。小さな豆の中に生物の力を高める不思議な穀霊を認め、赤色に呪力があると考えられたのである。

五、六世紀の中国荆楚地方(江南地方)で行われていた年中行事の解説書である『荆楚歳時記』²⁾に

冬至の日、日の影を量り、赤豆粥を作りて以て疫を禳う。

とあり、冬至の日に小豆粥で疫を祓って来たる冬に備えることを記している。また、陰暦正月15日にも豆粥を作ったようで、同『荆楚歳時記』²⁾には

正月十五日、豆糜を作り、油膏を其の上に加え、以て門戸を禳る。(中略)乃ち酒脯飲食及び豆粥・餠糜を以て箸に挿んで之を祭る

とある。春を迎えてなお残る冬の気配を豆粥を食すことで除き、蚤のために豆の粥で鼠を追っ払う行事である。

正月15日の豆粥の風習は古くから日本に伝わり、民間でも広く行われていたと思われるが、宮中行事に取り入れられ、正月15日に主水司から七種粥として献上されるようになった。

七種粥が我が国史料で初見されるのは『弘仁主水式』であり、同逸文³⁾に

早朝、主水司 七種の御粥を供ず

と記されている。『弘仁式』四十巻は弘仁11年(820年)頃成立し、大宝元年(701年)から弘仁10年(819年)までの詔勅や官符を編集したものである⁴⁾ので、七種粥は平安初期の嵯峨天皇の弘仁年間(810-824年)には宮中行事として定まっていたと思われる。

15日に御粥を献じる起源といわれについて、鎌倉時代の年中行事解説書『年中行事秘抄』⁴⁾は次のように記す。

十五日主水司献御粥事。付女房

十節云。高辛氏之女。心性甚暴惡。正月十五日巷中死。其靈爲惡神。於道路憂吟。過路人相逢即失神。人々令盜火。此人性好粥。故以

此祭其靈無咎害。凡作屋産子。移徙有恠。則以粥灑於四方。災禍自消除矣。月舊記云。天平勝寶五年正月四日勘奏云。黄帝伐蚩尤之時。以此日伐斬之。其首者上爲天狗也。其身者伏而成地靈也。是以風俗此日亥時煮大小豆粥。而爲天狗祭於庭中案上。則其粥上凝時。取東向再拜。長跪服之。服者終年無疫氣也。又俗諺云。草繫云。故者。草束此蚩尤之身者。是以草束家。則竊取草束。而於家内密所藏置。則其家者當年之内。終無疫者也。

七種粥。

小豆。大角豆。黍。粟。藟子。薯蕷。米。延喜主水司式云。正月十五日。供御七種粥料。米一斗五升。粟。黍子。蕻子。藟子。胡麻子。小豆各五升。又云。白穀。大豆。小豆。粟。栗。柿。藟子。(代大角豆)

此事。見九條殿御記并外記云々。御記云。寛平二年二月卅日丙戌。仰善曰。正月十五日七種粥。三月三日桃花餅。五月五日五色粽。七月七日索麩。十月初亥餅等。俗間行來以爲歲事。自今以後。每色辨調。宜供奉之。于時善爲後院別當。故有此仰。

(注：アンダーラインは筆者)

ここに所引の『御記』(『寛平御記』『宇多天皇御記』)によれば、七種粥は寛平2年(890年)2月30日以来の定めということになる⁹⁾。鎌倉時代の儀式書『師光年中行事』⁶⁾もほぼ同じ内容を記し、室町時代の『公事根源』⁷⁾も宇多天皇の寛平の頃より定まると記す。前掲したように『年中行事秘抄』⁴⁾は「十節に云う」として、また「月舊記に云う」として、(中国で)正月15日に粥または大小豆粥を炊き、災いを除く故事をふたつ記している。このときの「天平勝宝五年正月四日勘奏(調べて奏上する)して云う。」の一文からすると、この年の15日に御粥(おそらく七種粥)が供えられたと考えられ、我が国での「十五日の御粥」の起源は、奈良時代孝謙天皇の天平勝宝5年(753年)まで遡ってもよいことになる。

さらに、『正倉院文書北倉代中間下帳』¹⁰⁾に、11年後の天平宝字8年(764年)14日に内裏から大仏殿に七種粥を供えた記録が

十四日下 盜鉢參拾伍口

右、為供大仏、自内裏七種粥下充、¹¹⁾水取部縣人

足とあるので、奈良時代に七種粥があったことは明らかである。

15日に御粥を献じるいわれについては、前出の『年中行事秘抄』⁴⁾のほか、『師光年中行事』⁶⁾や室町時代の有職故実書『公事根源』(一条兼良[1402-1481年]著)^{7,8)}もほぼ同じ内容の故事を記すが、もちろん、これらは日本の七種粥を中国の風習に付会したものである。

七種の内容

七種粥の起源を示す中国の文献は未見であり、日本で15日の粥を小豆粥ではなく、七種の穀物を入れた粥とする起源や理由も不明である。おそらく、15日の小豆粥が、『荆楚歲時記』²⁾に記載されている人日(正月7日)に作られる七種菜羹の影響を受けて、七種粥となったものであろう。『続中国の年中行事』¹¹⁾は『齊民要術』¹²⁾を引いて、わが国では「羹」を「あつもの」と訓じて「吸い物」と訳し、七種菜羹を「七種類の若菜が入った煮物・吸い物」とすることが多いが、中国でいう羹には米穀類を雑ぜるものと雑ぜないものがあり、七種菜羹は雑炊式の羹であると説明している。七種菜羹はわが国で云うと粥であるから、小豆粥がいろいろな穀物を入れた七種粥へと変化発展したとして不思議ではない。七は聖数・吉数とされるので、数のもつ力を借りて厄除けをする意図から、豆粥を儀式化する際に穀の種類を七種としたものであろう。

七種粥は『延喜式』¹³⁾(905年)巻四十 主水司の条(以下『延喜主水司式』)には「踐祚大嘗会解斎の七種の御粥料」とあるように、踐祚大嘗会解斎にも用いられている。大嘗会は天皇がその年の新穀類を神に捧げ、天皇自らも食して感謝する行事である。正月15日の粥を七種の穀物でつくるのも、年始にあたり重要なさまざまな穀物の粥を祝って、これらの穀物の豊作を祈願する意味があったのであろう。

七種の内容としては、『延喜主水司式』¹³⁾の「踐祚大嘗会解斎の七種の御粥料」として

米 粟 黍 蕻子 藟子 胡麻子 小豆各二斗、塩二顆

が挙げられている。また、続いて「聖神寺の七種の御粥料」として

米二斗 粟 黍 蕻子 藟子 胡麻子 小豆各五升、塩一顆

を挙げ、さらに「正月十五日の供御の七種の粥料。中宮亦同。」として

季節を祝う食べ物

米一斗五升 粟 黍子 稗子 藎子 胡麻子 小豆
各五升、塩四升

を挙げている。

このように、七種の御粥は、儀式的の種類により穀物の混合割合及び塩の分量は異なるが、穀物の種類は「米^{コメ}・粟^{アワ}・黍子^{キビ}・稗子^{ヒエ}・藎子^{ミノゴメ}(ムツオレグサ・タムギ)・胡麻^{コマ}・小豆^{アズキ}」の七種で一定であった。これらが当時重要な穀物であったことを示すものであろう^{14, 15)}。『延喜主水司式』¹³⁾には「同日雑給の粥の料〔薪を検する諸司および大舎人ならびに内侍、内教坊の女等の料〕として

米一石 小豆五斗 塩八升

と小豆粥の配合が記されている。15日に下級の者へ給与されたのは米と小豆の二種であり、略式の小豆粥であったようである。中世では七種の内容が変わっていく。鎌倉時代の『年中行事秘抄』⁴⁾には、前掲したように、「小豆 大角豆 黍 粟 藎子 薯蕷 米」の七種及び『延喜主水司式』¹³⁾のいう七種(米一斗五升粟 黍子 稗子 藎子 胡麻子 小豆各五升)の他、「又云」として「白穀 大豆 小豆 粟 栗 柿 藎子〔代^二大角豆^一〕」の七種を挙げる。鎌倉時代末期の類書(百科事典)である『拾芥抄』(1300年頃)下末 飲食部第二十八では

七種粥

米^{アツキ} 小豆^{ササゲ} 大角豆^{ササゲ} 黍^{ササゲ} 粟^{ササゲ} 藎子^{シヨヨヤマイモ} 薯蕷^{シヨヨヤマイモ}〔代^二大角豆^一〕

或いは 白穀 大豆 小豆 粟 栗 柿 藎子〔代^二大角豆^一〕

とある。ここではかなり乱れている。『年中行事秘抄』⁴⁾や『拾芥抄』¹⁶⁾前半では穀物ではない薯蕷が入っている。さらに『拾芥抄』¹⁶⁾の前半で〔 〕内の大角豆を入れたら大角豆が重複するので六種にしかならない。後半でも穀物ではない柿や栗が入っている。室町時代の『公事根源』^{7, 8)}も

定めらる七種の粥とは白穀大豆小豆あはくりかきさ
さげなど也と九條右丞相の御記にみえたり

と記す。ここでも柿や栗が入っている。

鎌倉時代以降の年中行事書などにみられる七種の乱れは次第に七種粥の儀式が衰えてきたこと及び食料として重要な穀物種の変化を示すものであろう。代わって、『延喜式』¹³⁾では下級の者への略式の給与であったはずの米と小豆の二種の穀物で作った小豆粥が次第に本格化してきた。平安時代のころには、儀式は別にして、一般には小豆粥となったようである。このことは平安時代中期の紀貫之の『土佐日記』¹⁷⁾の承平5年(935年)の正月15日の条に

今日、小豆粥煮ず、口惜しく
と記されていることからわかる。

七種粥及び小豆粥の色と味

前述したように、正月15日の御粥の意義は赤色をした粥を食して邪気を払うことにあり、豆類や赤色のもつ力が邪気をはらうという中国に古くからある俗信によるものである。前出の『荆楚歳時記』²⁾に

冬至の日、日の影を量り、赤豆粥を作りて以て疫を禳祓う。

とある。鴨長明『四季物語』¹⁸⁾も小豆粥の意義を

あかきは陽のいろをからせ給ふ御事にて、あづきの御かゆをたまはらせ給ふとぞ。冬の陰の余気を陽徳にて消させ給ふ御ころなるべし。

と説明している。

いずれにせよ、15日につくる粥は赤色であることが重要であった。七種粥の色は正式のものはもちろん、時代とともに変化したものも、略式のものもすべて小豆が入っているの、粥に炊きあげたときにどれも赤色をしており問題はなかったと思われる。日本でも時代とともに正統な七種粥は関連儀式の衰退もあって行われなくなった。七種粥から小豆粥への変遷は略式化とされるが、本来の赤い豆粥に戻っていったものと考えてもよい。

平安時代、正月15日の粥(七種粥や小豆粥)は塩味をつけた粥であったことが、前出の『延喜式』¹³⁾の記述によってわかる。「正月十五日の供御の七種の粥料。中宮亦同。」として、七種粥をつくるときに七種の穀物の計四斗五升に塩四升を加えている。加水量が不明だが、廣野¹⁹⁾は、塩分濃度を現在のように1パーセントくらいと仮定して、三石二斗一升の水を加えて炊いていたと計算している。この配合量からすると供御の粥は七分粥ほどになる¹⁹⁾。前出の『延喜式』¹³⁾には「同日雑給の粥の料」として「米一石、小豆五斗、塩八升(後略)」と小豆粥の配合が記されている。こちらは一石五斗の穀物に塩八升の割合で、塩の割合が七種粥より少ない。下級の者への支給なので塩味が薄いのであろうか。

餅入りの小豆粥

現在では小正月(正月15日)に「餅入りの小豆粥」を食するようになってきている。もともと陰暦正月15日は満月の望の日(望月)であり、この日の粥は「十五日粥」あるいは「望の粥」「望粥」とも呼んだことから、後世、「望」が「餅」に読み替えられ、餅を入れた「餅粥」「餅入りの小豆粥」となったものである。すでに

『順集』²⁰⁾ (983年頃)に

ときしまれねのひにしあへるもちかゆは まつのち
とせにきみをによとか

とあり、『枕草子』²¹⁾第二段でも、

十五日は、餅かゆの節句まるる。

とあるように²²⁾、平安時代に「餅かゆ」の語句が見られるが、粥に「餅」を入れていたかは定かでない。その後、江戸時代には一般でも小豆の粥に餅を入れて食すようになり、現在に至っている。江戸時代初期の『本朝食鑑』²³⁾に

赤小豆の粥は、米に小豆をまぜて煮熟たもので、正月十五日には昔から上下ともにこれを啜る。当今は赤豆粥に餅を入れて嘗うのが習慣になっている。俱に邪を避けるといふ。

とある。

粥 杖

粥を煮るときに焼いた(浸した)春の木を削って杖とし、粥杖、粥の木といってこの杖で子をもたない女の尻をたたくと男子を孕むとされた。民間で、嫁たたき、嫁祝い、御方打ち、孕め打ちなどともいわれたもので、この風習が宮廷でも盛んに行われたことはこの時代の文学書の描写から伺える。『枕草子』第二段²¹⁾を見ると

十五日は、もちがゆのせくまいる、かゆの木ひきかくして、家のごだち女房などのうかがふを、うたれじとよいして、つねにうしろを心づかひしたるけしきもおかしきに、いかにしてけるにかあらん、うちあてたるはいみじうけうありと、うちわらひたるもいとへばへし、ねたしと思ひたることはり也、

とあり、『源氏物語』初音²⁴⁾や『狭衣物語』巻四²⁵⁾も粥杖の様子を描写している。現在の小正月(正月15日)に行われる行事は、もともと陰暦正月15日、満月の日に行われる農耕儀礼と見ることができものが多く、農耕を模して豊作を予祝する庭田植え、成り木責め、鳥追いなど年占や呪術的な要素が強い。

粥杖も赤色の粥及び春の年木に格別の生産呪力を認め、豊穰と子孫繁栄を願うものである。

おわりに

小正月(正月15日)に餅を入れた小豆粥を祝う行事のルーツは古代中国の小豆粥であり、宮中行事の七種粥であることを述べてきた。七種粥は元来上元(陰暦正月15日)の行事・風習であり、七種、つまり、さまざまな穀物の豊作を願い、小豆の赤色のもつ強い呪力で1年

の厄を払うとするものであった。俳諧や俳句では十五日粥、望の粥、紅調粥は、新年の季語になっている。時代が変わり陽暦を用いるようになって、その本来の意義は忘れられつつあるが、現在でも小豆粥は新年を祝う食べ物として広く行われている。

引用文献及び注

- 1) 森田潤司：同志社女子大学生活科学, 44, 84-92, 2010
- 2) 『荆楚歳時記』(宗懐〔撰〕, 守屋美都雄〔訳注〕, 布目潮風・中村裕一〔補訂〕, 平凡社, 1978, 東洋文庫 324)
- 3) 『弘仁式 卷第三十六 主水司』(『續々群書類従 第六 法制部』式逸卷上, 続群書類従完成会, 1969, 所収)
- 4) 『年中行事秘抄近代』(『群書類従 第六輯』卷第八十六, 続群書類従完成会, 1960, 所収)
- 5) 『續々群書類従 第五』(記録部 三大御記上, 続群書類従完成会, 1969)に所収の『宇多天皇御記』では確認できない。
- 6) 『師光年中行事』(『續群書類従 第十輯』卷第二百五十四, 続群書類従完成会, 1959, 所収)(注: 中原師光 [1204-1265] 著)
- 7) 『公事根源』(一条兼良〔撰〕, 『公事根源』慶安2年 [1649年] 版/松下見林〔撰〕, 『公事根源集 積』上, 元禄7年 [1694年], 所収)(早稲田大学古典籍総合データベース所蔵本)
- 8) 『公事根源愚考』(一條兼良〔著〕)(『建武年中行事略解; 御代始鈔; 公事根源愚考; 日中行事略解; 嘉永年中行事; 嘉永年中行事考証; 訓点年中行事』, 明治図書出版, 1951, 新訂増補故実叢書 第23所収)
- 9) 『四季物語』(鴨長明〔著〕, 大曾根章介・久保田淳〔編〕, 『鴨長明全集』, 貴重本刊行会, 2000, 所収)
- 10) 『正倉院文書北倉代中間下帳』(『大日本古文書』編年文書所収)(東京大学資料編集所奈良時代古文書フルテキストデータベース所蔵本)
- 11) 中村喬: 『続 中国の年中行事』, 平凡社, 1990
- 12) 田中静一ほか〔編訳〕: 『齊民要術 現存する最古の料理書』, 雄山閣出版, 1997
- 13) 『延喜式』(『新訂増補国史大系 26 交替式; 弘仁式; 延喜式』, 吉川弘文館, 1965, 所収)
- 14) 関根真隆: 『奈良朝食生活の研究』, 吉川弘文館,

季節を祝う食べ物

1969

- 15) 鑄方貞亮：『日本古代穀物史の研究』，吉川弘文館，1977
- 16) 『拾芥抄』（洞院公賢〔撰〕，洞院実熙〔補修〕，明治図書出版，1952，新訂増補 故実叢書 第22）／前田育徳会尊経閣文庫〔編〕，尊経閣善本影印集成 17，八木書店，1998／清原業賢・清原国賢〔筆〕，京都大学電子図書館所蔵本）
- 17) 『土佐日記』（紀貫之〔著〕，長谷川政春ほか〔校注〕，新日本古典文学大系 24，岩波書店，1989）
- 18) 『四季物語』（鴨長明〔著〕，大曾根章介・久保田淳〔編〕，『鴨長明全集』，貴重本刊行会，2000，所収）（注：長明仮託の書とする説もある。）
- 19) 廣野 卓：『食の万葉集－古代の食生活を科学する－』，中央公論社，1998
- 20) 『順集』（源順〔著〕，和歌史研究会〔編〕，『私家集大成 卷1 卷中古I』，明治書院，1982，所収）
- 21) 『枕草子』（松尾聰・永井和子〔校注・訳〕，小学館，1974，日本古典文学全集 11／清少納言〔著〕，渡辺実〔校注〕，岩波書店，1991，新日本古典文学大系 25）
- 22) 写本によっては「もちがゆの」の一文を欠くものもある。
- 23) 『本朝食鑑 1』（人見必大〔著〕，島田勇雄〔訳注〕，平凡社，1976，東洋文庫 296）
- 24) 『源氏物語』（紫式部〔著〕）（阿部秋生ら〔校注・訳〕，小学館，1972，日本古典文学全集 12-17／山岸徳平〔校注〕，『源氏物語』，岩波書店，1969，日本古典文学大系 14-18／柳井滋ほか〔校注〕，『源氏物語 三』，（株）岩波文庫，1995，新日本古典文学大系 19-23）
- 25) 『狭衣物語』（小町谷照彦・後藤祥子〔校注・訳〕，小学館，1999，新編日本古典文学全集 29-30）

その他の参考文献

- 26) 『古事類苑』（神宮司廳〔編〕，5版〔縮刷〕普及版，吉川弘文館，1981／日本文化研究センター『古事類苑』全文データベース所蔵本）
- 27) 『日本国語大辞典 第二版』，小学館，2000
- 28) 窪寺絃一：『公武行事歳時記』，世界聖典刊行協会，1992
- 29) 窪寺絃一：『民俗行事歳時記』，世界聖典刊行協会，1985
- 30) 牧野富太郎：『新訂 牧野 新日本植物圖鑑』，北隆館，2000
- 31) 諸橋轍次：『大漢和辞典』，大修館，1984
- 32) 永山久夫：『日本古代食事典』，東洋書林，1998
- 33) 本山荻舟：『飲食事典』，平凡社，1958

（2010年11月30日受理）