

# 麵類ではじまるわが国の粉食史(二)

## 牛飼いも所有していた挽白

寺方蕎麦……銀座長浦 当主

伊藤 汎

禪僧らが中国から持ち帰った麵類製造技術は、いち早く日本の禅林で饅頭や冷麵(冷麦)に工夫国産化されて、たちまちのうちに修行僧の胃袋を満たすことになる。小麦が重用される最中に、切断法をとる経帯麵からは雑穀(黍・粟・蕎麦)なども三雑麵として禅林で製造されていた。やがてはその中の蕎麦が主流となり、その後の隆盛を江戸期に見ることとなる。

加えて栄西、道元らが導入して半世紀も経ぬ挽白(磨白)が、鎌倉期には庶民の生活にも幅広く普及していたことから、わが国に粉食文化が着実に定着した痕跡を史料から検証することが出来る。

### 「禅林小歌」の点心献立

饅頭の初見記録は、一三五二年(正平七)の『嘉元記』であることを前回触れた。そして戦勝祝の贈物の中に「サウメム一折敷数六」も併記されていた。本来ならば、饅頭も素麵も、麵類すべての初見記録が鎌倉時代の禅林内から発見されているのだが、見つからない。



了誉聖四上人像。上人の草庵(無量山壽経寺)は本人没後、家康の生母(於大の方 法号傳通院)の菩提寺として、一大寺院(無量山傳通院壽経寺)に再営された(撮影:井口匡)

しかし、この空白期間を塗りつぶしてくれる格好の麵類記述がある。前回でも触れた浄土宗僧侶・了誉聖問(一三四一〜一四二〇)の著した『禅林小歌』である。彼は常陸の国(茨城県)に生まれ、二十代のころ、諸国を遍歴して、真言、具舎、唯識、禅などの学問を極め、さらに神道や和歌など、広い分野にわたって学問を積んだという。晩年の一四一五年(応永二二)には、江戸の小石川に浄土宗無量山壽経寺を開山した。といっても諸堂伽藍の整った寺院ではなく、ごく小さな草庵を建ててここに移り住み、布教活動を行い、ここで逝去している。後の一六〇二年(慶長七)八月二十九日、徳川家康の生母・於大の方が京都伏見城で逝去した折に、家康は小石川の壽経寺を再興し、傳通院殿(於大の方の法号)の菩提寺とした。これ以後、無量山傳通院壽経寺

となるのである。

禅宗を揶揄した『禅林小歌』は、彼の修業時代の二十代の後半、夢想礎石の『浄土小乗論』や日蓮の『念仏無間説』を批判しているところと同時期に書かれたものではないかと思われる。学問上の禅宗知識に加えて、実見記録ともいえる記述となっている。ここで、彼の見た禅林の点心記録を引用してみよう(ルビ引用者)。

「各着座次第、最初ニ湯ヲ受ケル。先



「禅林小歌」了誉聖四上人の著述を翻刻したもの。上人は修行時代に、夢想礎石の『浄土小乗論』や日蓮の『念仏無間説』などを批判した同時期に、禅宗を揶揄する『禅林小歌』を書いている(国立国会図書館蔵)

ズ点心ノ次第ハ、水晶包子(包子ハ小麦ヲ以テ作ル也。アルヒハ葛ヲ以テ作ル也)。驢腸羹(字ノ如シ)。水精紅羹。脊羹(字ノ如シ)。猪羹(猪ノ肝ニ似ル)。甫羊羹。(羊羹。羊ノ腸)。寸金羹(金色方寸。黄金色形)。白魚羹(俗ニイフシラウオ)。骨頭羹。都蘆羹。羹ノ数差差也。乳餅有リ(小麦ヲ以テ作ル也。其ノ形乳房似ル也)。茶麻菓。饅頭。卷餅。温餅等。饅頭。ムラヒ。柳葉麵。桐皮麵。経帯麵。打麵。三雑麵。素麵。薤葉麵。冷麵。更ニ互ニ之ヲ誣フ。菓子ヲ取リテハ……」

一読通り、この点心記録は、極めて中国色が濃厚である。饅頭を除き乳餅、卷餅、温餅等、あるいは柳葉麵、桐皮麵、打麵、薤葉麵等は、この記録以後の禅林記録には皆無である。点心に出される湯は集香湯といい、苦参・肉桂・甘草・蜀黍を粉にして混ぜた湯で、食欲増進薬である。羹は元来が中国料理で、肉や魚を野菜と煮込み、葛でとろみをつけたもので、寺院でもちろん肉でなく小麦粉で作られた「もどき」である。『嘉元記』にある毛立がこの羹で、法隆寺では禅林の点心献立を模倣したものと推察している。

了誉聖問の見た点心献立の内容は、時の経過に伴って禅林内で取捨選択が行われ、応仁の乱(一四六七〜一四七七年)を境に大きく変化している。導入時から継承してきた点心献立内容は次の記録で終息する。

『陰涼軒日録』  
(一四五九年(長祿三)正月二十五日

条

「御点心之様子。一番集香湯、三峰膳砂糖、羊羹、驢腸羹。饅頭。素麵。茶子七種。御茶」

この記述以降、点心の膳組から集香湯がはずされ、羹もはずされる。

『蔭涼軒日録』  
(一四八八年(長享二)二月十三日条)

「御点心 饅麵茶菓如恒」

と、中国色は一掃され、日本的な点心献立に姿を変えてしまうのである。

以後の点心は、餅類は饅頭のみ、麵類は素麵のみと定まるのである。こうした経緯から判断すると、了誉聖岡の点心記録は、献立内容の取捨選択のなされる以前、渡来時の鎌倉時代の点心内容であったと推定できるのである。

### 鎌倉時代に誕生する饅頭、冷麵

『禅林小歌』には素麵(素麵)、饅頭、冷麦が登場する。この国産品の三麵は、素麵導入時、鎌倉時代にいち早くわが国の禅林で誕生した麵類と考えられる。

『居家必用事類全集』の素麵製造法には二通りの製法がある。油混入法と油不入法である。油を入れて練った麵は細く引き伸ばしても水分の蒸発がなく、限りないほど細めることができる。しかし、油を入れずに引き伸ばすと、細くする前に切れる。切れる直前に引き伸ばしを止めたものを、わが国の禅僧たちは「冷麵」と名付けた。さらに太い段階で引き伸ばしを止めたものを「饅頭」と名付けたのである。ちなみに、前回掲載した『七十一番職人歌合』の

画面には、

「素麵売 これほふとさうめむにしたる」

とある。これが油不入の素麵で、禅僧たちは、これを冷麵と名付けたのである。

油混入の素麵は、その油気を抜くために乾燥と保存が必要であるが、油不入の素麵、つまり冷麵や饅頭は製造しやすく食することができる。この利便性が日々の禅林の食生活に必要であった。とりわけ饅頭は、製造の容易さと腹持ちのよさで、日常の禅林の食生活に欠かせぬ麵となり、挽臼の普及とともに庶民の間に真つ先に浸透して行く麵であった。饅頭の本来の姿は今日のように包丁で切断されるものでなく、素麵同様に引き伸ばして作られる麵なのである。この饅頭製造法は現在も健在で、秋田県の稲庭饅頭であり、五島列島の五島饅頭がそれである。

了誉聖岡の観音通り、禅僧自らが麵類を作るといふ伝統は、室町期の相国寺にも引き継がれている。相国寺内の雲頂院が饅頭と冷麵の製造を担当している。

『蔭涼軒日録』  
(一四三九年(永享十一)正月二十二日条)

「勝定院御成。先ズ昭堂ニ於テ御焼香。(略)。来ル二十五日御齋之後。饅頭有ルベキ之由命ジラレル」

この饅頭は、六代將軍義教が室町御所での会席に饅頭を持ってくるよう蔭涼軒主に命じたもので、蔭涼軒主は雲頂院に命じて饅頭を作り期日通り御所に運ばせている。



伊藤 汎  
(いとう ひろし)

1938年 東京向島に生まれる  
1963年 慶応義塾大学商学部卒業  
現在、寺方そば「長浦」の二代目店主。  
「寺方そば」とは、尾張一宮の妙興寺に伝わる覚書をもとに復元したそば料理のことである。  
著書に、『つるつる物語』(築地書館刊)がある。  
先代の収集した全国各地の名刺に残されている史料や日記等から、近世日本の「食」のあり様を研究。本業のかたわら、その事実説明をライフワークとしている。  
愛知県妙興寺に三笠宮様のご臨席された際に、自らが練った妙興寺そばを献上した経験がある。

『蔭涼軒日録』

(一四六三年(寛正四)四月十四日条)  
「今晨雲頂院ニ於テ冷麵ヲ調工始メル也。ケダシ恒例也」

と、冷麵は毎年四月十四日頃から製造されるのが雲頂院の恒例のようだ。

このころには、技術と習熟と広い場所を必要とする素麵製造は、禅林を離れて町方の職人の手に移っている。そうめん屋の誕生である。

『山科家礼記』

(一四六三年(寛正四)七月六日条)  
「一、さうめん屋よりさうめん出候、百文計候也」

建仁寺では近隣の人々に素麵製造は引き継がれ、永平寺では麓の丸岡に素麵製造を担当する人々が現れている。

### 雑麵とはどのような麵か

さらに、了誉聖岡は三種類の雑麵を禅僧たちが作っているとも書き述べている。この雑麵とはいかなるものであろうか。

『蔭涼軒日録』

(一四九〇年(延徳二)十月三日条)

「米山薬師十二ヶ月断物、自能登万福寺来。正月牛蒡、二月葱、三月茶、四月葱蓐、五月雜麵、六月木瓜、七月芋、八月大根、九月栗、十月酒、十一月豆腐十二月柀。右一月頭比分析断之、則衆病悉除」

能登の万福寺から『越後米山薬師断物日記』が蔭涼軒に届けられた。この日記には三年間の断ち物の記録が記述されており、一年目の五月の断ち物は素麵。二年目の五月も素麵。そして右に記述した三年目の五月の断ち物は雑麵となっている。

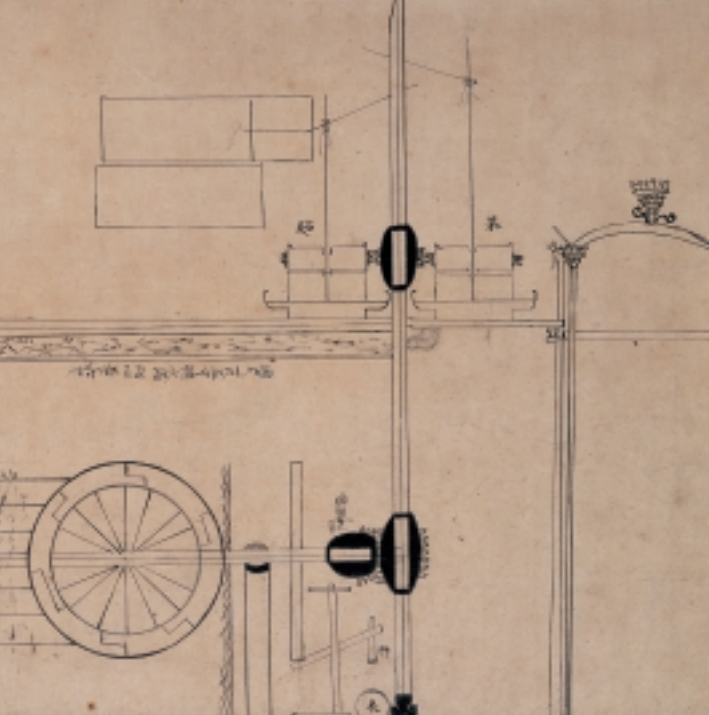
雑麵とは、明らかに雑穀から作られた麵である。雑穀とは五穀から外れた穀類をいうのだが、奈良、平安時代の五穀を通説に従って挙げるならば、「稻(米)、粟、黍、大豆、麦」である。ところが、鎌倉初期の五穀は、

『仁王経修法問答』(一一二三年(建暦三))

「稻(米)、胡麻、大麦、小麦、菜豆」

『五大虚空藏法支度注文』(山城醍醐寺文書・一二六一年(弘長元)六月)

「稻穀(米)、大麦、小麦、菜豆、胡麻」である。



一階で杵で米を搗き、二階で茶と麵（小麦粉）を異なる挽臼を回転させて挽く仕組みが描かれている。

鎌倉期の五穀は前代の粟、黍が落ち、麦は大麦と小麦とに細分されて胡麻が加わっている。このように麦が大麦と小麦に明確に区別されるといふことは、大麦と小麦の各用途が少なくとも僧侶の間では明瞭に認識され、小麦による粉食が行われるようになったと考えられる。したがって、鎌倉時代の雑穀とは粟、黍、これに蕎麦を加えた三種と考えるのである。

われわれの念頭には、雑穀といえは粟、黍、稗があるだろう。しかし鎌倉時代に入ると、稗が落ちて蕎麦が入ってくる。蕎麦が栽培され、畠地子として領主に納める記録が現れてくるのである。詳細は後に譲るとして、代表的な文書を見ておこう。

延暦寺僧の借上（米銭を貸し付ける金融業者）法心の書いた彼の家財一式

の食料の記録（『高野山文書之七』（二九一年・正応四）の中に、

「米二石五斗（日吉大行事務彼岸米、米十石三斗、粗五石八斗）、麦種十石（大麦七石、小麦三石）大豆三石、小豆二石二斗、蕎麦一石五斗」

とあり、蕎麦の種を農民に貸し付けて、収穫時に、その何割かを受け取る仕組みになっていた（網野善彦著『中世再考』）。

また、一三二四年（元亨四）の『上久世御年貢公事用余事』には、

「一 秋畠蕎麦代 五石九升五合」

とあり、これらの文書から判断して、蕎麦は挽臼の普及により粉食に最適な穀物として認知され、需要が喚起されたのである。了誉聖阿が見た禅僧たちの作る三雑麵とは、粟、黍、蕎麦で作られる麵を指摘していたのである。

江戸期の麵類研究家、

新島繁氏は『蕎麦史考』

で、天明七年（一七八七）

板、『七十五日』と題され

たうまいもの店の蕎麦所、

山中屋又兵衛の品書きを

紹介している。その品書

きに、

粟切 小舟五枚入 四

匁ヨリ

ひえ切 大舟十枚入

七匁五分ヨリ

と、雑穀による麵を売

る店のあることを述べて

おられる。

挽臼があれば、雑穀も

粉にしてみようと試みる

のは当然の成り行きで、

禅林の僧侶たちは、小麦同様、粟、黍、蕎麦の雑穀で麵を作っていた。時代を経て三雑麵のうちの蕎麦が勝ち残り今日に至るといふわけなのである。



聖一國師像 1243年（寛元元年）東福寺の開祖となる。1235年入宋した上人は、挽臼の磨（ま）に興味を示し、彼の地の水磨を図面（詳細なスケッチ）を自ら作製し持ち帰っている（東福寺所蔵）

### 挽臼の普及

道元が帰国してから八年後、一二三五年、後に東福寺の開山（一二四三）となる円爾弁円（後の諡号、聖一國師）が入宋している。六年後に帰国した円爾弁円について、白石芳留氏の『禅宗編年史』は、

「帰国後、博多の承天寺、横岳の崇福寺を建立、満田弥左衛門はシナの織物を伝え、博多織・博多素麵、また聖福寺の喝食菊庵之を作り、後の伊予素麵の起因となる」（ルビ引用者）と述べておられる。

円爾弁円に同行した満田弥左衛門が素麵製法を持ち帰り、聖福寺（一二四一年開山）の喝食（有髪の小間使いの童子）菊庵が素麵製造法を四国の伊予

に伝えたという。

私自身は確証を得られないものの、これを否定することはできない。大いにありうることを考えている。

円爾弁円は粉食に不可欠な挽臼の磨（挽臼、すりうす）に強い興味を示し、彼の地に水車を動力源にした水磨の詳細なスケッチを持ち帰っている。この水磨が造られたか否かは不明だが、この「水磨の図」は、今なお東福寺に現存している。

一九七六年（昭和五二）十二月九日、『読売新聞』に、韓国沖の沈没船を引き上げたところ、青磁や白磁にまぎって、穀物用の二対の挽臼が発見された。この船の所有者は東福寺であった、と報道されている。

さらに鎌倉中期の挽臼の普及状況が推量できる貴重な一文書がある。『力王丸田島家財讓状』である。

力王丸とは、仁和寺の牛飼いの童で、牛車を牽く牛の面倒をみる者のことである。当時子供には牛を操る霊力があると信じられていて、牛飼いは成人しても童姿のまま、名前も子供のころの「丸」を成人してもそのまま附けている。この力王丸が、この名を継ぐ息子の力王丸と毘沙丸の二人の子供に、二つあるものは一つこれをとれ、という書き出しで家財を書き並べている。（カッコ内引用者）

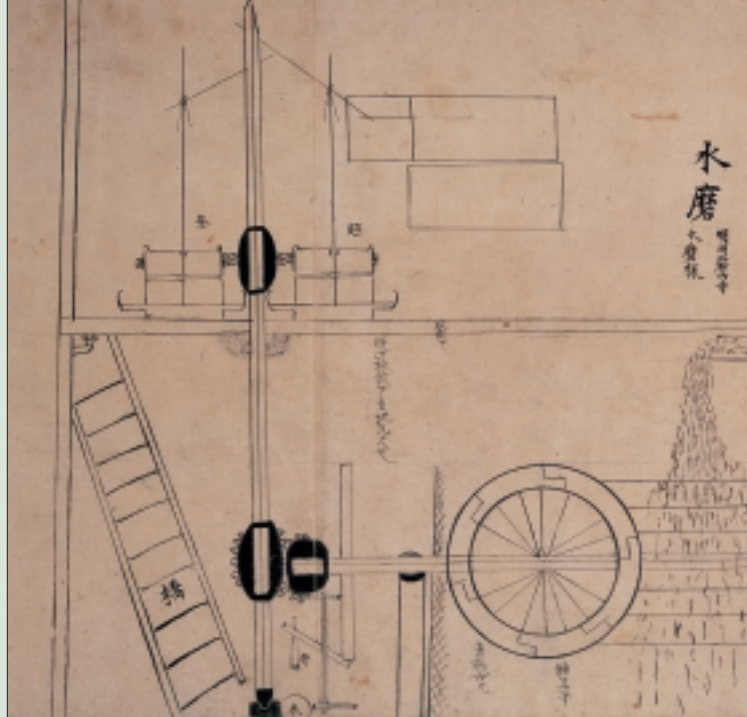
「石、力王丸、毘沙丸二限永代、二あらん物ハ、一可取之、

田一反、畑二反、わるき牛一疋、立

白一、するす（磨臼）一、水桶二、

かなわ（金輪、五徳のこと）一、か

ま（釜）一、石なへ（鍋）一、か



「水磨の図」水流から受ける水車の横軸回転力を、縦軸回転力に転換する仕組みを詳細に図解（スケッチ）したものの量産化を図るためなのか、それぞれ二組ずつ同時稼働できる装置となっている（重要文化財・東福寺所蔵）

網野善彦先生宅にお伺いした。挽臼の史料を探している経緯を一通りお話しすると、先生は廊下にぎっしりと積まれた書籍の中から、いとも簡単に三枚ほどのメモ用紙を取り出された。そのときの一文書がこれであった。私にとつては、今でも忘れることのできない驚きと感激の一文書なのである。この文書は京都大学に保管されていたが、現在は『鎌倉遺文』（鎌倉遺文研究会・竹内理三編纂）に収められ、誰でも手にすることができるようになっている。

な、へ（鉄鍋）一、酒つほ（壺）一、やふれたるさうやく一、たれつほ（垂壺）一、へいし（瓶子）一、すへいし（素瓶子）一、とはち（砥鉢）一、ふるひさけ（古提子）一、ちやわんのはち（茶碗の鉢）一、つきなはち（搗菜鉢）一、からかさ（傘）一、御牛はたくるかたな（刀）二、わるきからうと（唐櫃）一、ひしやく（柄杓）一、七斗納かま（釜）一、たかつき（高坏）一

弘長元年（一二六二）三月十七日  
父力王丸（花押）（網野善彦著『中世再考』）。

京の都に住む一市民の力王丸が、挽臼の磨（するす）を持っている。

今から二十数年前、私は鎌倉時代の挽臼を捜し求めて、中世史研究家の故

そして先生は後年出版された『中世再考』の中で、この文書について、こう述べておられる。

「このきわめて豊富な什器・雑具の中に、磨臼がみられるということは、かなり重要なことで、粉食のためには磨臼がなければいけないのですが、それが現れている」

と、挽臼の存在と、その現れた時代の重要性を強調されている。

さらに、一三三二年（元弘二）六月五日の『花園院宸記』には、各種の茶を飲み分けて勝負を競う茶会が催されている。公家の世界では茶磨が行渡り、景品を賭け、茶の産地名をあてる討茶が行われるようになっていた。

鎌倉時代の挽臼の存在を示すわずかな文書ではあるが、麵類史を追い求め



牛飼いの童（『春日権現記絵巻』より） 中央下の長髪を束ねた人物が牛飼いの童。（国立国会図書館所蔵）

ている私にとつては、『力王丸田島家財讓状』は、先生のご指摘通り、きわめて重要な問題を孕んでいる。栄西、道元が磨臼を持ち帰って半世紀も経ぬ時期に、京に住む市民の間では、挽臼の磨をもち、粉食が行われていたという事実を示しているからである。

室町時代に入ると、市民、百姓の家財に関する文書は、わずか三通しかない。『中世再考』によると、その二通目が、一四二五年（応永三二）、山城国上野荘の百姓・兵衛二郎の財産目録で、

「春臼一、杵三、磨臼一、犁一、馬銚一、鉄一、釜三、鍋大小三、金輪一」とある。

そしてほかの一通は一四五〇年（宝徳二）、若狭国助国名の名主泉太夫の財産目録で、

「磨臼一、磨臼一、犁一、馬銚一、鉄一、釜三、鍋大小三、金輪一」とある。

「春臼二、磨臼一、犁二、茶臼一、茶碗二、金輪一、油壺一、鍋三大小」とある。

三通のうち二通の文書に磨臼があり、若狭国の名主・泉太夫は茶磨も所有している。挽臼の目覚しい普及振りがあつた。室町時代に入ると畿内ばかりでなく、各地に挽臼が普及していると考えられる。これは、とりもなおさず粉食（麵類）の普及度の速さを示していると考えられる。

（脚註）「ラドカチャー」第十六巻の訂正

1 鉄純（とんじ）  
①『源元記』（一三三七年）  
②『源元記』（一三五二年）  
2 『源元記』  
①『源元記』（一三三七年）  
②『源元記』（一三五二年）

参考文献

『つるつる物語』（伊藤汎著・築地書館）  
『居家必用事類全集』（京都松本堂刻本）  
『高僧伝六 栄西 明目を創る』（平田精耕著・集英社）  
『講座教訓「禅心の生活」』（藤原寿雄著・大倉出版）  
『読売新聞』（昭和五年十一月九日）