

ことわざから見た日本の食文化

エン・フィー・クン

はじめに

人間は生きるために、食事をしなければならぬ。私も食事を楽しむのが大好きなので、食文化に関心を持ち、食文化についての研究をしたいと思っていた。

日本に来てテレビを見てみると、食についての番組が多いことに気がついた。このことから、日本人が食べ物に深い関心を持っていることがうかがえる。そんなことで、言葉を通じて、日本の食文化について研究できたらと考えた。

指導教官の町博光先生のアドバイスで「ことわざから見た日本の食文化」について研究を続けてきた。

食と料理のしかたは昔から伝えられてきたものである。古くから伝えられてきたことわざも、人々の生活経験から生まれた知恵である。

食文化と言葉

磯部氏は、『「食」故事ことわざ事典』の中で、食にまつわることわざについて、以下のように説明している。

私たちの生活全般をふつう「衣食住」というが、わけても「食」は一日とても欠かせぬのであり、日常生活との密着度は「衣住」とは比べものにならぬほど高い。

だから、日ごろ私たちが何気なく使っている日常のことばの中にも、理解力のよさを表す「飲み込みが早い」、だまされたり、かつがれたりしたときの「いっぱい食わされた!」、納得がいかないときの「腑に落ちない」、そのものずばり不満足を表す「食い足りない」、「味気ない」、「煮ても焼いても食えない」など、食べる行為にまつわるもの、満員の電車に「すし詰めされる」、ホテルに「缶詰めにされる」、楽しみにしていたのがあてがはずれたときの「糠喜び」、他にも「やきもちを焼く」「梅干しババア」「二枚舌を使う」「さばを読む」「かまとぶる」のように、食べ物に由来したことばであることを意識もせず、「日常茶飯事」に使われているものなど、「食」にちなむ語彙は驚くほど豊富である。

また、「奥歯にもものはさまったような言い方をするな」とか、「煮えた湯を飲ませる」といえば、奥歯にもものはさまった感じや、熱いものを一気に飲んだときの苦しさは、だれもが身体で実感していることなので、実に生き生きとした説得力のある比喩となる。

ことばは日常生活の経験から生まれたものだから、その国の独特の物やことを用いた新しいことばが作られていくのは当然である。これは、どこの国でも同じである。シンガポールでも満員の電車やバスをいわしの缶詰(canned sardines)と表したり、いろいろなものが混ざっている状態をマレー語のロジャック(rojakはいろいろな野菜と果物が入っているサラダみたいなスナック)と言ったりする。

(2)

他にも、しわの寄った紙や服を中国方言のギャムツアイ（広島菜漬けに似ている漬物）で表す。

日本の表現の中には「すし」、「梅干し」、「もち」などが出てくる。それは日本人が自分たちの日常生活でよく見、よく知っているものをアナログ(analogy)としてものごとを表しているのだ。ことわざに出てくる「食」関係の語を見ていくと、その国の文化に触れることができよう。

ことわざの定義

ことわざを、松村明『大辞林』(1989)は、

昔から人々の間で言いならわされた、風刺・教訓・知識・興味などをもった簡潔な言葉。

と定義している。この定義に従い、以下の三冊の辞典からことわざを集めた。

1. 実用ことわざ慣用句辞典、三省堂編修所、1988、株式会社三省堂
2. 故事ことわざ辞典特装版、三省堂編修所、1982、株式会社三省堂
3. 昭文ことわざ辞典、平井充良、1980、株式会社昭文

以上の三冊のことわざ辞典から約130の「食」に関することわざを拾い集めることができた。ことわざを拾う基準は、

1. 食べ物の名前が入っている
例えば、「秋茄子嫁に食わずな」「蟹の横遣い」「酒は百薬の長」
2. 「食」という字が入っている
例えば、「衣食足りて榮辱を知る」「色気より食い気」「大食短命」
3. 「腹」「喉」という字が入っている
例えば、「喉元過ぎれば熱さを忘れる」「腹も身の内」
4. 「旨い物」というのが入っている
例えば、「旨い物は宵に食え」「名物にうまい物なし」
5. 味が入っている
例えば、「甘いものに蟻がつく」「酸いも甘いも知っている」
6. 「飢える」「ひもじい」などが入っている
例えば、「飢えては食を選ばず」「ひもじい時のまずい物なし」
7. 他には、「醍醐味」「般若湯」「粒々辛苦」など

とした。

ことわざからみた日本の食文化の特性

集めることのできた、136のことわざを、その使われている食の材料によって分類した。

魚、蝦、蟹	26	油	2
野菜、果物	21	糠	2
酒	14	飴、甘い物	2
米	10	こんにゃく	1
餅、饅頭、団子	8	豆腐	1
味噌	5	パン	1
鳥	4	茶	1
肉	3	塩	1
汁、あつもの	2	* 食一般	35

ことわざ一覧表

* 食一般というのは食べ物の名前が入っていないが、食と関係あるのことわざ。例えば、「嗜ませて呑む」「食ってすぐ寝ると牛になる」「下種の誇り食い」など。

** 1つ以上の食べ物が1つのことわざに出る場合がある。

以上のデータで、最も特徴的なことは、肉にまつわることわざが3例なのに比べて、魚類についてのことわざは26例にもものぼる。いかに日本人の食生活に魚が取り入れられていたかがわかる。昔の日本人の食は野菜、魚、米、餅が主であり、鳥や肉はあまり食べなかったことが明らかになる。また、酒についてのことわざが多いことから、酒は昔の日本でもかなりの地位をもっていたことがわかる。

料理の仕方としては、煮る、焼く、炒ると炊くしか出てこなかった。揚げるとか炒めるは見られなかった。今、日本食として世界で有名なたんぷらも、実は外国から入ってきたものである。たんぷらという名前も、もともとはポルトガル語の *tempero* から来たものである。

(4)

以下には、ことわざに取り上げられた日本の食物について細かく分析していきたい。

1) 魚

魚	7	鮑	1
鯛	4	鯨	1
蟹	3	鯖	1
鰯	3	鯉節	1
鯉	3	河豚	1
蝦	2	鰻	1
どじょう	1		

以上のデータの中に、鯛という魚についてのことわざは4つある。この4つのことわざを見てみる。

1. 蝦で鯛を釣る
わずかな手元で大きな利益を得る。
2. 蝦の鯛まじり
地位の低い者が地位の高い人物の中に混じっていること。また、能力のある人達が大勢いる中に、不相応な人間が混じっている事。
3. 腐っても鯛
たとえ腐っても鯛は魚の王である。よいものはどんなに悪くなっても、または落ちぶれても、それだけの価値は失わない。
4. 鯛も一人はうまからず
鯛のようにうまいものでも、一人でポツンとして食べたのではうまくない。食事は大勢でいっしょに食べるのがよいということ。

以上のことわざから、鯛という魚は日本人にとってよい魚ということがわかる。鯛は姿形がきれいで、おいしい魚である。その上、「目出鯛」は「めでたい」と発音が同じなので、めでたい時や行事によく使われる。

「日本の食 江戸時代の料理書」(『言語』1994.1, p.71)にも、鯛は最高の魚とされている。

「まず魚類についていえば、上中下の等級がはっきりしていたことで、……。上魚には鯛・すすぎ・鯉・鮒・鮭・鱒・鯖・あんこう・鱧・鮎・鰯など、中魚には鰯・烏賊・なまこ・鰻・こち・鯉・あかえい・鯰・鰻など、下魚には鰯・むつ・どじょう・はぜ・鯖・にしん・鯨・鮫・まぐろ・鰯・河豚などがある。」

2) 鳥、肉

肉	3
鶏	2
雁	1
鳩	1
鴨	1

魚と比べると、鳥と肉はあまりことわざに用いられないことから、鳥や肉はそんなに食べられなかったということがわかる。

鶏が入っていることわざは2つとも中国の故事から来たものである。肉についての3つのことわざのうち、2つは中国の故事からのものである。日本人の食生活の中での鳥、肉の地位はそれほど高くない。以下、日本的な鳥と肉に関することわざを見てみる。

1. 鴨が葱を背負って来る
鴨だけではなく葱までも、ということは、鴨なべにするのに好適であるということ。こんな都合のいいことはない。おあつらえ向きだ、という意。
2. 雁も鳩も食わねば知れぬ
雁の肉か鳩の肉かは、食べてみてはじめてわかる。食べもしないでそのよしあしを言ってもはじまらない。経験の乏しい者には物事の真意はわからないことをたとえていう。
3. 肉食った報い
禁制になっている獣肉を食った報い。不義や放蕩などをしたために受ける苦しい報い。悪いことをしたことに對する当然の報い。「肉」は鹿や猪のことで、伊勢神宮ではこれを忌んだ。

(6)

この3つのことわざから、日本人は鴨鍋という料理を食べたのがわかる。そして、昔の日本は仏教の影響が強くて、肉を食べるのを禁止したこともわかる。それゆえ、ことわざの世界に、肉類が使われていないのであろう。

3) 野菜、果物

芋	4	柿	2
茄子	3	栗	2
豆	3	梨	1
瓜	2	桃	1
筍	1		
菜	1		
葱	1		
山椒	1		
茸	1		

以上のデータから、緑色の野菜より茄子、芋、豆、瓜などがよく用いられることがわかる。このことから、昔の日本人が緑色の野菜をあまり食べなかったことがわかる。拾い集めたことわざの中で、菜の字が入っているたった1つのことわざは「青菜に塩」である。日本人は青菜を漬物にする習慣があったことがわかる。

「菜といえば、油菜、辛子菜、小松菜、高菜等、日本各地の地方特産の“地菜”があって、その多くは、その土地の人々の手によって漬けられることが多く、漬け菜とも言われている。どれも、濃い緑色のたくましい葉をもつが、このような青菜は一般にアクが強すぎるので、まず生食はできない。」（『食』故事ことわざ辞典 p.85）

「野菜類（青物）で代表的なものは大根で、山芋、里芋などの芋類、越瓜、胡瓜などの瓜類もよく用いられている。そのほか茄子・人参・筍・ほうれん草など現在と同じであるが、たんぼぼ・蓬・なづな・はこべ・土筆・蕨などの野草や山菜も青物として扱われているのが目をひく。」（『日本の食 江戸時代の料理書』『言語』1994.1, p.71）

と述べられている。

ことわざに用いられた果物も現在スーパーでよく見られるリンゴやオレンジではなく、柿、桃、栗、梨である。柿も梨も桃もリンゴやオレンジと違って、年中買える果物ではなく、それぞれの旬の他にはあまり見られない果物である。

4) 米

米は東アジアや東南アジアの人々の主食として、日常生活の中で欠かせない食料品である。日本の歴史を見ると、B.C. 300の弥生時代から、日本ではもう米を作っている。米食の歴史が長いので、米や飯についてのことわざも多い。

1. 稲は実るほど穂を垂れる
稲は、実れば頭を垂れる。人間も同じようであればならないと謙譲の美德を教えたもの。
2. 女房と米の飯は飽かぬ
女房と毎日顔を合わせても、またお米の飯を毎日食べても飽きがこない。
3. 早飯も芸の中
何も芸のないものは、早く飯を食べることも芸の一つになる。
4. 麦三日米二十日
白い米は、こげ飯であるが2日前に冷や飯であろうが、何日食べても飽きがくるものではないのに、麦の飯だけはどんなに目先を変えて出されても3日と食べられない。
5. 粒々辛苦
こつこつと苦勞を重ねること。ご飯の一粒一粒が、すべて農民の苦勞のたまものであるという意味。
6. 小糠三合持ったら婿に行くな
養子というものは気苦勞が多いものであるから、たとわずかでも自分の財産があったら、養子になど行くものではない。「小糠三合持ったら養子に行くな」ともいう。

以上のことわざを見ると、飯は日本人にとって毎日食べても飽きないものである。しかし、米がないときに麦や他の穀物も腹をいっぱいにするために食用にされた。昔、日本が貧乏だったときに、糠も食べ物として使われていた。

5) 酒

酒は「百薬の長」といわれるが、「気違い水」ともいう。だから、酒飲みについて戒めていることわざが多い。日本では米を作っているのだから、日本酒も米を原料として、作られた。

(8)

1. 酒飲み本性違わず
いくら酒に酔っていても、その人のほんとうの性質は失わない。
2. 酒は憂いの玉帚
酒は心配を払い捨てる美しいぼうきである。酒に酔えばどんな心配事も忘れることができる、という意。
3. 酒は天の美祿
酒は天が人間に与えてくれたありがたい贈り物である。酒をほめたたえた言葉。
4. 酒は飲むとも飲まれるな
酒を飲むのはよいが、そのために本心を失うような飲み方はするな。酒に飲まれるような愚はするべきでないという意。
5. 酒は飲むべし飲むべからず
酒は「百薬の長」と言われるくらいであるから、適当なら飲んだほうがよいが、一方では「気違い水」と言われるように、過度に飲むと理性を失ったり健康を害したりするから、飲むにあつては注意しなければいけない。
6. 酒は百薬の長
酒は適度に飲めば、どんな良薬よりも体によい。

酒は少し飲むと血のめぐりがよくなり、体によいといわれる。特に、寒いときに酒を飲んだら体が温かくなる。しかし、たくさん飲むと、酒は「毒」になる、このごろ「アル中」という言葉がよく聞かれるが、これは飲み過ぎでアルコール依存症になる病気である。酒の効用と害を説いたものが、半々である。

6) 腹

日本語には「腹」という字を使った表現が多い。「腹」はおなかのこととは限らず、考えや心の意味も入っている。例えば、腹が大きい、腹の中を見せない、腹を探るなどは心や考えのことを指している。しかし、食文化ではおなかのことが中心である。

1. 腹が減っては戦ができぬ
空腹では何もできない、まず腹ごしらえだ。
2. 腹が減ると腹が立つ
人間は空腹になると怒りっぽくなる。
3. 腹の皮が張れば目の皮が弛む
腹いっぱい食べて腹がふくれ、腹の皮が突っ張れば、その分だけ目の皮が弛む。食べると眠くなる、という意。

4. 腹八分目に医者入らず

満腹になるまで食わず、八分目ぐらいでやめておけば腹をこわす心配はなく、医者に掛からないで済む。暴飲暴食を戒める言葉。

5. 腹も身の内

腹も自分の体の一部分である。食欲を満足させることだけを求めて健康のことを考えないようなことはするな、暴飲暴食を慎め、という意。

以上のことわざは、毎日の生活で皆が経験していることである。人間はおなか为空いたときに、いらいらするので、あまり仕事はうまくできないが、いっぱい食べると、消化のために血は胃のほうへ流れてしまうので、眠くなる。

最後の2つのことわざは暴飲暴食を戒めている。昔から、人々は食べ過ぎは体によくないということがわかっていた。今のような科学知識がなくても日常生活の経験からいろいろな生活の知恵が生まれてきたのである。

おわりに

日本のことわざから、昔の日本人の食習慣がわかるが、現代の日本人の食習慣とはかなり違うと思う。

戦後の日本は発展が速い。アメリカの影響で食習慣がずいぶん変わってきた。スーパーへ行くと、鶏、豚肉や牛肉がいっぱい揃っている。今の日本人は肉をたくさん食べているが昔はそうではなかった。ことわざを見ると、肉についてのことわざはあまりないが、魚や野菜についてのものは多い。

現代の日本は経済大国で、国民の生活が豊かになった。以前と比べると、今の日本人は肉を多く食べているから、体格が大きくなった。調査によると、今の日本人の平均身長は50年前より20センチも伸びたようだ。

日本人の食習慣は国の発展や国際化とともに変わっている。今、街に行けば、いろいろな料理屋が見られる。インド料理、タイ料理、フランス料理、中華料理などいろいろな料理が楽しめる。家庭料理でも日本食に限らない、スパゲッティ、ハンバーグやカレーもよく見られるものである。

食習慣が変わっているので、カレーやハンバーグを使った新しいことわざが生まれるかもしれない。

参考文献

1. 実用ことわざ慣用句辞典、三省堂編修所、1988、株式会社三省堂
2. 故事ことわざ辞典特装版、三省堂編修所、1982、株式会社三省堂
3. 昭文ことわざ辞典、平井充良、1980、株式会社昭文
4. 「食」故事ことわざ辞典、磯部真理、1980、大和書房
5. 月刊言語、日本の食、1994 Vol. 23 No. 1、大修館書店