

鰹節類を通じた日本のだし文化普及・継承の取組

全国鰹節類青年連絡協議会（東京都）

鰹節は、古くから日本の食文化に欠かせないだしの原料として利用されてきました。日本では、鰹節の原料であるカツオを縄文時代から食べており、奈良時代には、鰹節の原型とされる「煮堅魚」等を食べていたといわれています。現在の鰹節に近いものが作られるようになったのは江戸時代に入ってからで、だしのとり方が書物に記されるなど、広く一般に普及しました。

全国鰹節類青年連絡協議

会（以下「協議会」という。）は、一般社団法人日本鰹節協会¹の設立理念に則り、会員同士のコミュニケーションのほか、食育等を通して業界発展に寄与する団体です。日本のだし文化の普及に向け、各地区でのイベントへの出展や、鰹節類²を用いた食育活動を行っています。

特に子供たちに鰹節類の歴史やだしの魅力について伝えるため、協議会の組合員が出向き、全国の小学校や幼稚園等で実際に鰹節類からとっただしを使った食育授業を実施しています。食育授業では、鰹節に関するクイズや、鰹節削り機を使って鰹節を手削りする体験、実際にだしをとって試飲する体験を実施しており、試飲した子供たちからは、揃って「おいしい！」という声が上がります。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、学校での食育授業やイベントが中止になり、実際にだしを味わってもらう取組を実施できない状況になりましたが、鰹節の歴史や鰹節ができるまで等を説明したページをウェブサイト上で公開しており、広く一般の方にも鰹節類と日本の食文化の深い関わりを学んでもらえるような取組を行っています。

かつお節・かつお節だしの歴史

原料となるカツオは熱帯から温帯水域に分布する回遊魚で、日本では縄文時代から食されてきました。ある時期に大量に採れるカツオを保存するために、人々はかつお節づくりをしてきました。奈良時代の『養老律令』（718年）には、「堅魚」「堅魚煎汁」「煮堅魚」が朝廷への重要貢納品にあげられており、平安時代の『延喜式』927（延長5）年には、貢納した駿河や伊豆など10カ国が記されています。「かつほぶし」という文字は、領主種子島氏への貢納品として種子島家譜（1513年）の中に初めて出てきますので、先の堅魚煮汁や煮堅魚は「かつほぶし」を製造する途中の中間生成物だったと考えられます。

江戸時代に入ると、現在の日本食がほぼ完成し、しょうゆ・みそ・みりん・酢などの調味料が広く出回り始めました。カツオは生食（刺身）のほか、今のかつお節に近いものを削って食したり、これらを煮出して汁ものや煮もののだしとしても使うようになりました。現在の実用料理書の祖である江戸初期の『料理物語』（1643年）には、かつお節だしのとり方が初めて記され、だしといえばかつお節だしを指すほど普及しました。その使われ方をみると、かつお節だしがいかに当時の人々に好まれていたかが分かります。

（出典）国立科学博物館 特別展和食 公式ガイドブック p80



イベントでの鰹節削り体験



食育授業の様子

1 一般社団法人日本鰹節協会は、鰹節類の生産、流通及び消費の増進及び改善により斯業の健全な育成を図り、もって国民の食生活の向上および国民経済の発展に資することを目的とする団体

2 キハダマグロ、サバ類等を節加工した、鮪節、鯖節などの節類を含む。