

山菜・きのこにみる森林文化

東京大学大学院農学生命科学研究科附属演習林助教 齋藤 暖生

1. 食材としての山菜・きのこ

山菜やきのこは、文化を考える上で格好の題材かもしれない。そう考える大きな理由の一つは、これらが「食いつなぐ」うえではほとんど役に立たない食材だからである。つまり、カロリーが低いのである（表 1）。林野で人間がカロリーを得られる食材は多くはない。それは、おおむね根茎（ワラビ、クズ、カタクリ、ヤマノイモなど）や堅果（クリ、ドングリ類、クルミ、トチなど）に限られる。ところが、こうした主食となりうる食材は、一部の例外を除き、もはや天然ものが採取・利用されることはない。対して、エネルギー収支としてはおおよそマイナスとなってしまおうような山菜・きのこ採り

表 1 山菜・きのこ・根茎・堅果の可食部 100g（生重）あたりのエネルギー量

1) 山菜		2) きのこ		3) 根茎・堅果	
食品名	kcal	食品名	kcal	食品名	kcal
あさつき	33	えのきたけ	22	じねんじょ	121
うど	18	きくらげ	13	くずでん粉	347
ぎょうじゃんにんにく	34	生しいたけ	20	かや	665
こごみ	28	ぶなしめじ	21	日本ぐり	164
ぜんまい	29	なめこ	14	くるみ	674
たらのめ	27	ひらたけ	21	しい	252
つわぶき	21	まいたけ	17	とち	161
のびる	65	マッシュルーム	16		
ふき	11	まつたけ	23		
ふきのとう	43				
よめな	46				
わらび	21				

（文部科学省食品成分データベース（<http://fooddb.mext.go.jp/>）より作成）

は、いまでも多くの人々によって行われており、当面は廃れる兆しは見当たらない。食えばよい、という論理から少しはなれたところにあるのが、山菜・きのこという食材のようである。この点をもう少し掘り下げてみよう。

しばしば山菜¹は単に「食べられる植物」、いわば「可食植物」として認識されることがあるが、注意深く見ればそのように定義することは適切ではない。植物についても種多様性に優れるわが国では、実に多くの「可食植物」があるが、人々が山菜として利用している植物は、そのごく一部にすぎない。逆に、可食とはいえないような性質を持つ植物が山菜とされていることもある。例えば、ワラビは有毒植物であるが、いわゆるアク抜きによって無毒化されようやく可食となる。植物としては世界的に分布するワラビであるが、アク抜きの技術あるいは文化があるアジアにおいてのみ、食材となりえたのである。ある地域では食材とするが、ほかの地域では見向きもしない、というのは極めて普通にあることである。食材としてのきのこ資源についても、全く同様の事情がある。

こうしてみると、「食いつなぐ」ということとは別の価値観に照らして、数ある植物・菌類の中から、時に加工をくわえることによって選び採られているのが、山菜・きのこであるといえよう。その価値がどのようなものであるかは、地域によって（時に個人によって）まちまちであるが、おおむね、香り、ぬめり、うま味、歯ざわりといった点が評価されている。そしてその評価はしばしば、畑で育てられる野菜類よりも高く、お盆や正月などハレの日の食材として重用される。少しでもおいしいものを、と食生活を豊かにするための知恵と知識が、すなわち文化的営みが山菜・きのこ採りという行為に継承・蓄積されているとみなすことができよう。だからこそ、飽食の時代にあっても、山野の山菜・きのこは人々をひきつける資源となっているのではないか。

2. 山菜・きのこのハビタットと文化

山菜・きのこ文化が維持される二つの条件について考えていきたい。山菜・

1 農山村地域において、もともと「山菜」という総称は存在せず、地域によってアオモノ、ヤシェ（ヤサイ）といった呼び名、あるいは個々の植物の名称で呼ばれていたようである。筆者はまだ起源を突き止められていないが、「山菜」というのは、少なくとも高度経済成長期になって巷間に広まったものと思われる。

きのこが生育する環境はどのように維持されるのか、という生態的な側面と、山菜・きのこをいかに枯渇させないように利用するか、という社会的な側面である。

まず、前者からみてみよう。図1を見ていただきたい。これは、各地で利用される野生きのこを、その生態に着目して菌根性きのこ・腐生性きのこに分類した上で日本地図上に図示したものである。菌根性きのこというのは、マツタケやホンシメジのように特定の樹種と菌根共生しているきのこである。腐生性きのこというのは、シイタケやナメコのように主に木材を分解して生きているきのこである。それぞれのきのこの発生環境、各地のきのこ採りのフィールド記録を詳しく見てみると、前者はアカマツおよびコナラ主体の二次林において、後者は天然林の倒木や枯死木、広葉樹伐採跡の伐根等において発生・採取されるものとわかった(齋藤2006)。図1からわかることは、特に西日本において、二次林のきのこ、すなわち、人手の入った環境を好むきのこが重要であったということである。腐生性のきのこについても、風害や雪害といった自然撓乱に加えて伐採という人為的撓乱が、人々が利用するきのこの発生に一役買っている。

似たようなことが山菜についても言える。そもそも山菜とされる植物は、おおむね草本植物あるいは陽樹の若芽であり、それらにとっては、地上付近まである程度の日照が到達する環境が望ましい。例えば、山菜の代表格と言えるワラビやフキは、森林というよりは、むしろ野のものであり、それらが採取される環境は草刈りや火入れなど頻繁な人為的撓乱によって維持されてきた。森林域で採取される山菜も、流水や雪崩で上木が疎になった環境、あるいは、伐採跡地に多く生育し、そういった場所が格好の採取地となる(齋藤



図1 大正～昭和初期における野生きのこの利用の状況

出典および注: 齋藤(2006)より転載。農山漁村文化協会刊「日本の食生活全集」を基に作成。図中の円グラフは各地域で利用される野生きのこの種数の割合を示す。

2005a)。東北地方など奥山が多く残る地域では、自然攪乱も山菜生育地維持のための大きな要素となるが、全国的に見れば、やはり人為的攪乱が生育環境維持のための基調となっている。

山菜・きのこの生育地を維持してきたのが、人為的な攪乱であるとして、それは必ずしも山菜・きのこの生育を期して行われてきたものではない。むしろ、本来の意図は別のところにあって行われてきた行為である。すなわち、薪炭材採取、緑肥採取といった明確な目的を持った行為である。こうしてみると、山菜・きのこ利用は、木材や草を暮らしに用いる生活文化によって下支えされてきた、と言える。これはもう一つの山菜・きのこ利用に内在する文化的要素である。

3. 山菜・きのこ資源の持続性と社会

次に、社会的な側面について見てみよう。ある資源に対する需給が逼迫すれば、競合が顕著となり時に紛争に発展し、また、資源の過剰利用も懸念される。そうした場合、採取できる場所や人員、時期を制限するルールを設定・運用するという対処が採られるのが一般的である。山菜・きのこの場合、生存を左右するような食材ではないから、資源をめぐる緊張は生じにくい。したがって、基本的には目立ったルールらしきものが設定されないことが一般的であった。しかし、嗜好品であるがゆえに高値で取引されることがある。そうなると、家計に大きく影響するから、緊張が高まり、何らかの制度が必要とされる。

たとえば、鉄道開通後に干しゼンマイが重要な換金作物となった東北山村では、収入の大半をゼンマイに依存する「ゼンマイ集落」が成立し、こうした集落では、家族ごとにいわゆる「なわばり」が形成された（池谷 2003）。きのこでは、マツタケが高値の筆頭であるが、京都府中北部の農山村では、交通インフラの整備を背景に生鮮品のマツタケが重要な現金収入源になると、マツタケ山の採取権を分割した上で入札販売する制度を各集落が敷くようになった（齋藤・三俣 2007）。すでに多くの先人が指摘しているように、こうしたルールは、山菜・きのこの需給が逼迫した際の資源の持続性に一定の寄与をしたであろう。

前述したように、山菜・きのこをめぐっては、多くの場合、目立ったルールは設定されず、土地の所有とは無関係に採取できた場合がほとんどである。しかし、全く好き勝手に山菜・きのこの採取が行われてきたかという点、長年山菜・きのこ採りを行ってきた人々の言動をつぶさに観察してみるとそうは思われない。

例えば、東北地方山村の例では、むやみに採ろうとしない心理が働いていることが観察された(齋藤 2009)。人々は口々に「山のものはみんなのもの」であるというが、その言説をよく吟味してみると、「山のものは独占してはならない」という裏の意味を持つことがわかった。すなわち、ある採取地に出向いたものの採取適期に達しない場合、置いておくとは他者に採られる可能性が高いにもかかわらず、「もったいない」と言いつつ、あっさりとその場を諦めたり、あたかも山菜・きのこを独占するような行為に対して非難するような発言がなされたりするのである。山菜・きのこは自分だけのものではないので、一定の遠慮をしながら採っているという感覚であろう。

また、山菜やきのこの生態に配慮した言動も観察される。東北地方山村で出会ったあるベテランは、親から言い聞かせられたこととして「山菜は採り尽くすな、きのこは採り尽くせ」というようなことを言っていた。「山菜は採り尽くすな」は良いとして、「きのこは採り尽くせ」にはどきりとした。さらに聞いてみると、この地方ではきのこといえば基本的に木材腐朽菌が想定されており、採り残されたきのこがあると、その成長のために発生木の腐朽が進んでしまい、早く朽ちきってしまうという意味であった。富士山の亜高山帯では、10～15cmのコケの層の下からマツタケが発生する。マツタケを採取するには、マツタケに傷をつけないように分厚いコケを取り分けて採取しなければならないが、ここに通いつめるベテランは採取後に採取と同等の時間をかけて丁寧にコケを埋め戻す(写真1)。



写真1 マツタケ採取後のコケの埋め戻し作業(2015年9月14日筆者撮影)

マツタケ菌の生育環境を変えないためだという。

このように、明確なルールがない中であっても、山菜・きのこ採りにたずさわる者の配慮、いわば作法のようなものによって資源が維持されてきた可能性は無視できない。

4. 山菜・きのこ文化の継承

最後に、山菜・きのこ文化のいまと将来について考えてみたい。これも、生態的な側面と社会的な側面に分けて考えていこう。

生態的な観点からは、山菜・きのこ資源を下支えしてきた生活文化の変容が気付きである。薪炭を使う暮らし、緑肥や茅を使う暮らしはもはや遠い昔のこととなっている。自然攪乱によって発生環境が維持される地域においてはさほど心配ない部分があるが、人為攪乱に依存しきっていたような関西地方などでは、影響は深刻であろう。特にマツタケの生産量の凋落ぶりは目をみはるものがある。例えば、近世には城州マツタケ、近代以降は丹波マツタケの名を轟かせた京都府では、一時期年産1000tを超えていたが、今や数tレベルに落ち込んでいる。

しかしながら、筆者はそれほど悲観すべきでもないと考えている。こんなエピソードがある。13世紀半ばの『宇治拾遺物語』の中に「丹波国篠村平茸生うる事」という物語がある。丹波国篠村（現・京都府亀岡市篠町）が舞台で、もともとヒラタケのよく採れる所であったが、ある時、村の長老の夢の中に、ヒラタケの化身である法師が現れて別れを告げ、その後、篠村ではヒラタケが採れなくなった。このことは、ヒラタケが栄養源とする広葉樹にかわってマツが林の優占種になっていたことを暗示するものと思われる。事実、篠ではマツタケ山の入札収益によって学校が建てられるほど（有岡1997）、アカマツ林が発達していた。その後、アカマツ林の衰退により、キノコの恩恵から遠ざかっていたが、つい最近、同所にいる友人よりヒラタケが発生していることを教わった。厳密なところはわからないが、およそ700年ぶりのヒラタケ回帰ということかもしれない。ヒラタケを利用する文化はかつてこの地にあったわけで、それが復活する兆しとも捉えられる。また、近年は、薪ストーブ利用という新たな形で薪を利用する生活文化が広がりつ

つあり、里山域の積極的な管理へとつなげようとする試みもある（独立行政法人森林総合研究所関西支所 2014）。こうした動きの結果、山菜・きのこ資源が維持される仕組みが再び機能し始めることも期待できる。

社会的な側面についてはどうだろうか。まず確認しておきたいのが、山菜・きのこ採りに関する知識や知恵がどのように継承されているか、という点である。筆者はこれまで、岩手県におけるきのこ採り来訪者（齋藤 2001）、岩手県と京都府の山岳団体メンバーに対するアンケート調査（齋藤 2005b）を行ったことがある。例として後者の調査結果を表 2 に示すが、共通して言えることは、昔から採取している人は親由来の知識に依存し、最近始めた人は親以外からもたらされる知識に依存する傾向が強いということである。さ

表 2 採取歴別に見た山菜・キノコに関する情報源（齋藤（2005b）を改編）

岩手

	山菜採り				キノコ採り			
	採取歴			計	採取歴			計
	30年以上	30年未満	不明		30年以上	30年未満	不明	
1) 親・親族	26 (89.7)	6 (50.0)	1 (50)	33 (76.7)	21 (72.4)	4 (44.4)	0 (0)	25 (62.5)
2) 友人・知人	15 (51.7)	9 (75.0)	2 (100)	26 (60.5)	14 (48.3)	8 (88.9)	2 (100)	24 (60)
3) 山で会った人	4 (13.8)	3 (25.0)	0 (0)	7 (16.3)	6 (20.7)	1 (11.1)	0 (0)	7 (17.5)
4) 本やテレビ	4 (13.8)	4 (33.3)	0 (0)	8 (18.6)	13 (44.8)	5 (55.6)	2 (100)	20 (50)
5) 店頭	4 (13.8)	0 (0)	0 (0)	4 (9.3)	4 (13.8)	0 (0)	0 (0)	4 (10)
在来知識依存型	12 (41.4)	3 (25.0)	0 (0)	15 (34.9)	7 (28.0)	1 (11.1)	0 (0)	8 (22.2)
新旧知識併用型	14 (48.3)	3 (25.0)	1 (50)	18 (41.9)	14 (56.0)	3 (33.3)	0 (0)	17 (47.2)
新規知識依存型	3 (10.3)	6 (50.0)	1 (50)	10 (23.3)	4 (16.0)	5 (55.6)	2 (100)	11 (30.6)
有効回答数	29	12	2	43	25	9	2	36

京都

	山菜採り				キノコ採り			
	採取歴			計	採取歴			計
	30年以上	30年未満	不明		30年以上	30年未満	不明	
1) 親・親族	6 (40.0)	7 (25.9)	—	13 (31.0)	2 (33.3)	1 (6.7)	0 (0)	3 (13.6)
2) 友人・知人	11 (73.3)	20 (74.1)	—	31 (73.8)	6 (100)	14 (93.3)	1 (100)	21 (95.5)
3) 山で会った人	5 (33.3)	6 (22.2)	—	11 (26.2)	1 (16.7)	3 (20.0)	0 (0)	4 (18.2)
4) 本やテレビ	4 (26.7)	8 (29.6)	—	12 (28.6)	3 (50.0)	6 (40.0)	0 (0)	9 (40.9)
5) 店頭	0 (0)	1 (3.7)	—	1 (2.4)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
在来知識依存型	3 (20.0)	2 (7.4)	—	5 (11.9)	0 (0)	1 (6.7)	0 (0)	1 (4.6)
新旧知識併用型	3 (20.0)	5 (18.5)	—	8 (19.0)	2 (33.3)	0 (0)	0 (0)	2 (9.1)
新規知識依存型	9 (60.0)	20 (74.1)	—	29 (69.0)	4 (66.7)	14 (93.3)	1 (100)	19 (86.4)
有効回答数	15	27	—	42	6	15	1	22

資料：2003年アンケート調査による。

注 1：（ ）内は有効回答数に占める割合％。

注 2：在来知識依存型は 1) のみ、新旧知識併用型は 1) と 2) ～ 5) の組み合わせ、新規知識依存型は 2) ～ 5) のいずれかのみ、を情報源とする。

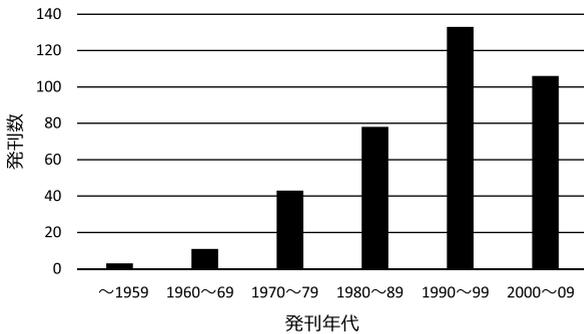


図2 山菜・きのこに関する図鑑および参考書の発刊数の推移
(国立国会図書館データベースより筆者作成)

表3 年代別に見た山菜・きのこ採りに関する新聞記事
(朝日新聞記事データベース聞蔵IIにより、山菜・きのこ採りに関する記事を抽出、分類)

年代	“山菜ブーム”	啓蒙・指南	事故	入山規制・マナー
～1959	0	1	2	0
1960～1969	1	2	5	0
1970～1979	2	3	3	4
1980～1989	0	8	11	6
1990～1999	0	9	7	6
2000～2009	0	7	28	4
計	3	30	56	20

らに、親以外に由来する情報を得ている人々は、親由来の情報に依存している人々よりも多種多様なものを採取していることも分かった。親由来以外の知識とは、具体的に友人・知人を通じて、あるいは本やテレビを通じて得られた情報である。山菜・きのこに関する図鑑等の書籍は、高度経済成長期以降、急速に増え、近くに詳しい人がいなくても手軽に情報に接することができるようになっている

(図2)。加えて、近年ではインターネット上の情報も充実し、フェイスブックなどのSNS上では「山菜きのこを採って(撮って)食べる会」、「きのこ+交流=きのこりゅうグループ」といったグループページが立ち上げられ、日々活発に情報交換が行われている。

このような状況を見ると、山菜・きのこ文化の継承は安泰であるかのように思える。しかし気になるのは、前述した配慮や作法といった点が継承されているか、という点である。新聞紙上の山菜採りに関する記事を見ると、1970年代から山菜採りのマナーに言及する記事が散見されるようになる(表3)。例えば、1979年には「山菜ブーム“宝庫”無残 無法者が食い荒らす」(1979年5月18日朝日新聞夕刊)とする記事が掲載された。山菜採りの過熱により山里に人が押しかけ、山里では入山禁止措置など自衛の措置を取り



写真2 来訪者の採取を禁じる看板(2014年5月1日、新潟県にて筆者撮影)

始めたという趣旨の記事である。この記事にあるように、農山村にもたらされた山菜・きのこ資源をめぐる新たな緊張関係は、各地で外来者の採取を禁じるような措置につながった(写真2)。実際、そうした地域で話を聞いてみると、少しも残さず根こそぎ採って行ってしまう、栽培しているものまで採って行ってしまう、といったような外来者による目に余る行動が契機となって措置に至ったことが確認できる。外来者にとっては、わざわざ遠出してやってきて自分が見つけた山菜・きのこに対して、つい、これは自分が見つけたもの、採らねば損、というような発想になるのであろう。しかし、これは前述したような独占を禁忌とする村人の考えに反するし、山菜・きのこの生育に配慮するような姿勢を読み取ることはできない。ここに、山菜・きのこ採りに関する情報の伝達形態の問題、さらには、必ずしも反復的・継続的に利用するわけではない外来者には資源の持続性が認識しにくいという問題がありそうである。普段は街に住み、採取の時にだけ農山村を訪れる人々には、農山村で培われてきた配慮・作法や知恵は継承されにくいのは当然のことと思われる。

形こそ似ているが、農山村で継承されてきた山菜・きのこ文化と、農山村に生きる人からの教えがなく生まれてきた山菜・きのこ文化は、別物と捉えることもできる。後者はいわばまだ若い文化であり、まだ成熟が必要なのだ、と筆者には思える。現状はまだ対立しがちな両者の関係であるが、後者の成熟をいかに促せるのか、という課題は筆者の目下のテーマになっている。そのための試みとして、山菜・きのこ採りのベテランの採取時の映像記録を、公開できないかと考えている。それは、これまでの記録映像を検討したところ、ベテランたちの採取時の話だけでなく仕草が、山菜・きのこを持続的に採取する上での知識や規範、そのための技能を効果的に伝えることが可能で

始めたという趣旨の記事である。この記事にあるように、農山村にもたらされた山菜・きのこ資源をめぐる新たな緊張関係は、各地で外来者の採取を禁じるような措置につながった(写真2)。実際、そうした地域で話を聞いてみると、少しも残さず根こそぎ採って行ってしまう、栽培しているもの

あるとわかったからである（齋藤 2016）。まだ試みは始まったばかりであるが、将来的には、両者の融合をいかに図れるのか、そしていかに森林と人間のつながりを再構築していけるのかといった課題に取り組んでいきたい。

謝辞

本研究の一部は、科学研究費補助金（24710044）の助成を受けて行われた。記して感謝申し上げる。

〔参考文献〕

- 有岡利幸（1997）松茸（ものと人間の文化史 84）、法政大学出版局。
- 独立行政法人森林総合研究所関西支所（2014）里山管理を始めよう～持続的な利用のための手帳～、独立行政法人森林総合研究所関西支所。
- 池谷和信（2003）山菜採りの社会誌—資源利用とテリトリー—、東北大学出版会。
- 齋藤暖生（2001）森林レクリエーションとしてのキノコ採りの変遷—盛岡市とその周辺地域を事例に—、東北森林科学会誌 6(2)、59-66。
- 齋藤暖生（2005a）山菜の採取地としてのエコトーン—兵庫県旧篠山町と岩手県沢内村の事例からの試論—、国立歴史民俗博物館研究報告 123、325-353。
- 齋藤暖生（2005b）都市住民による山菜・キノコ採りの存立背景と特性—岩手県と京都府の登山同好団体会員に対するアンケート調査から—、林業経済 58(7)、1-16。
- 齋藤暖生（2006）日本におけるきのこ利用とその生態的背景、ピオストーリー 6、106-121
- 齋藤暖生・三俣学（2007）コモングのメンタリティー—京都におけるマツタケ入札制度の成立と変容—、秋道智彌編、資源とコモング、弘文堂、163-186。
- 齋藤暖生（2009）半栽培とローカル・ルール—きのこことつきあう作法—、宮内泰介編、半栽培の環境社会学—これからの人と自然—、昭和堂、155-179。
- 齋藤暖生（2016）森林文化の継承のためのアーカイブ作成に向けた課題整理—山菜・キノコ採取活動を題材とした記録媒体の特性の検討—、林業経済学会 2016 年秋季大会発表要旨、C14 (http://www.jfes.org/kenkyukai/JFES_2016_Fall/2016_fall_t2.pdf)



齋藤 暖生（さいとう・はるお）

東京大学大学院農学生命科学研究科附属演習林助教。京都大学大学院農学研究科森林科学専攻博士課程修了。博士（農学）。総合地球環境学研究所プロジェクト研究員を経て2007年より現職。植物民俗、菌類民俗、コモング論、森林—人間関係学が専門。1978年生まれ。