

『日本の食生活全集』が記述する

1 世紀前の日本人が食べた麦飯の内容

有菌 正一郎

筆者はここ30年ほどの間に、近世～近代の庶民が日常食べていたとされる麦飯の米と麦の割合に関する資料を拾ってきた。そして、麦飯とは麦だけを炊いた飯ではなく、米と麦を混炊した、「麦入りの飯」であることを明らかにし、その内容の一端を、拙著『近世庶民の日常食－百姓は米を食べられなかったか－』⁽¹⁾ や、『地産地消の歴史地理』⁽²⁾ などに報告してきた。

近世～20世紀前半頃までの庶民が日頃食べていた飯の素材すなわち日常食材を、聞きとりにもとづいて記述する資料は多数あるが、それらを使って、庶民の暮らしを記述した報告の数は多くない。農山漁村文化協会が20世紀末に47都道府県ごとに刊行した『日本の食生活全集』⁽³⁾ が記載する、「大正の終わりから昭和の初めころ」に、庶民が麦飯に炊いた食材を指標にして、各地域の性格を明らかにした研究書類も、筆者が知る限り見当たらない。

この資料は、『日本の食生活全集』から、筆者が麦飯の内容を拾って作成した。いずれも長年の経験にもとづく「信用できる」情報から作成した資料なので、この分野に関心を持つ各位の研究の道標になればさいわいである。

筆者が『日本の食生活全集』から拾った258の事例地の分布を、麦飯に入れた米と麦の割合(図1)と、米飯だけを食べていた事例地(図2)と、大麦と裸麦のいずれを食べていたか(図3)を図に描いたので、これもご覧いただきたい。大麦は近畿地方以北で、裸麦は西南日本で食されていた。その理由は、裸麦は冬季の気温が低い場所と低湿

地には栽培に適さない性格を持つからである。

表1は、258事例中の米と麦の割合を示した表である。この表から、1世紀前の日本庶民が食べていた「麦飯」のほぼ半分は、米の割合が高かったことが明らかになった。

この資料では、全258事例それぞれの記載文から、麦飯中の米と麦の割合を記載した文言を拾って記述する。「こうあるべきである」「こうあってほしい」との支配階層者たちの願望と、現実の暮らしは、かなり異なっていたことを理解して、事実にもとづく歴史研究に役立ててほしい。

古希の峠を越えた筆者が、今後『日本の食生活全集』を使って報告をおこなうことはないであろう。この資料が日本庶民の暮らしの実像を復原する研究に役立てばさいわいである。

- (1) 有蘭正一郎 (2007) 『近世庶民の日常食－百姓は米を食べられなかったか－』海青社, 219頁.
- (2) 有蘭正一郎 (2016) 『地産地消の歴史地理』古今書院, 312頁.
- (3) 「日本の食生活全集 〇〇」編集委員会 (1984～92) 『聞き書 〇〇の食事』農山漁村文化協会.



図1 麦飯に入れた米と麦の割合



図2 米飯だけを食べていた事例

表1 米と麦の組み合わせ事例数と構成比

米と麦の組み合わせ	事例数	構成比(%)
米の割合が半分より多い	124	48
米と麦が半々	30	12
麦の割合が半分より多い	53	21
米のみ	20	8
その他	30	12
米の割合の記載がなく、麦はできないので食べない	1	0
合計	258	100

『日本の食生活全集』1～47巻の記述から作成した。

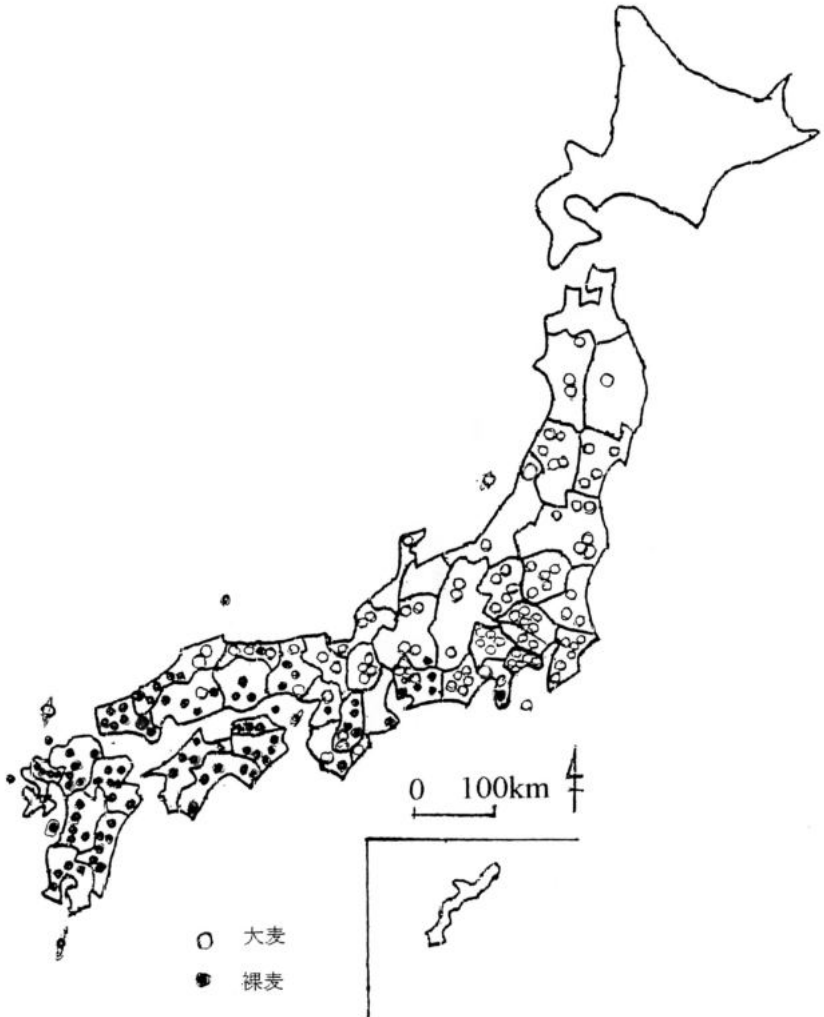


図3 食べた麦の種類

作成資料の記載項目 A～F

- | A | B | C | D |
|-----|--|-------------|------|
| 第1巻 | 1 | 北海道留萌市羽幌町焼尻 | 米7麦3 |
| E | 234ページ 下段2～3行目 | | |
| F | 麦は丸麦のまま用い、(中略)米七に対して麦三がふつうである | | |
| A | 『日本の食生活全集』の巻番号 | | |
| B | 『日本の食生活全集』に収録されている資料に筆者が設定した通し番号 | | |
| C | 資料を作成した行政地区名 | | |
| D | 麦飯中の米と麦の割合 | | |
| E | 麦飯の内容が記載されている『日本の食生活全集』の該当ページと該当行 | | |
| F | 『日本の食生活全集』が記載する麦飯の該当ページの文章
筆者が拾った引用文中の()内の文言は、麦飯の内容が
読者に分かりやすいように、筆者が加筆した箇所である。 | | |

第1巻 1 北海道留萌市羽幌町焼尻 米7麦3
234ページ 下段2～3行目
麦は丸麦のまま用い、(中略)米七に対して麦三がふつうである

第2巻 2 青森県弘前市常盤坂の小山内家 米10
39ページ 下段9～10行目
米が豊富なので、年中通して白米飯が食べられる。

第2巻 3 青森県東津軽郡^{たいらだて}平館 米50麦7
93ページ 13行目
押麦を買って、米五升に七合の麦を混ぜて食べる。

- 第2巻 4 青森県下北郡 ^{ひがしどおり}東通村 米7ひえ3
203ページの表
米7、ひえ3の割合で煮る
- 第2巻 5 青森県上北郡 ^{しちのへ}七戸町 米10あわをわんで一杯
228ページ 上段8～11行目
一升の米にあわをわんで一杯くらい入れるのがおいしい。
- 第2巻 6 青森県 ^{さんのへ}三戸郡 ^{はしかみ}階上村 米3ひえ7
276ページ 上段16～17行目
よい年で半々(米五にひえ五)であるが、ふつうは米三にひえ七であり、
- 第3巻 7 岩手県 ^{しわ}紫波郡紫波町 米5大麦5 または 米7大麦3
141ページ 下段20行目～142ページ 上段1～2行目
米と大麦とを半々にするか、米七、大麦三にするかは、主婦の算段で決まる
142ページ 上段4～5行目
麦は、ほとんど丸のままの粒麦で、煮ると米粒の三倍くらいの大きさになる。
- 第3巻 8 岩手県 ^{わが}和賀郡沢内村 米あわひえと大根とじゃがいものかで
294ページ 上段7～9行目
主食は米とあわか、米、あわ、ひえを混ぜたごはんは大根やその葉、二度いも(じゃがいも)のいずれかを入れたかで飯である。
- 第4巻 9 宮城県 ^{とおだ}遠田郡田尻町 米5大麦5
36ページ 上段13～14行目
日常は、二番米の白米と大麦の煮麦を半々に合わせた麦ごはんである。
- 第4巻 10 宮城県 ^{わたり}亶理郡 ^{おおくま}亶理町逢隈の富田家 米4大麦6
91ページ 下段19行目～92ページ1行目
日常食べるごはんは麦飯で、富田家では米四に対し(大)麦六の割合で炊いている。

第4巻 11 宮城県^{ものう}桃生郡^{おがつ}雄勝町大須浜 米3大麦7

142ページ 上段7～9行目

米三(大麦の)煮麦七の割合で、米が沸騰したとき麦を入れ、

第4巻 12 宮城県^{かみ}加美郡小野田町 米7大麦3

237ページ 上段19～20行目

麦は大麦の丸麦で、(中略)平均すると米七、(大)麦三の割合である。

第4巻 13 宮城県^{いぐ}伊具郡丸森町大内佐野の駒場家 米10大麦1

281ページ 上段5～6行目

駒場家では、米二升五合に煮たて(大麦の丸)麦二合五勺の割合にする。

第5巻 14 秋田県^{せんぼく}仙北郡^{なかせん}中仙町 米10大麦2

116ページ 上段20～21行目、下段1行目

ふつうは米一升到(大麦の)押し麦二合の割だが、作業や気温によって一合のときもある。

第5巻 15 秋田県^{おおだて}大館市板沢 米7～6 大麦3～4

227ページ 8～9行目

米と(大)麦の混ぜ飯で、(中略)押し^{つぶしむぎ}麦三、四割がふつうである。

第5巻 16 秋田県仙北郡田沢湖町 米10大麦1

283ページ 2～3行目

(大麦の)押し麦は米一升到一合、南京米は二合入れる。

291ページ 5行目

朝は白米一升到あわ二合を入れたかで飯

304ページ 下段13～14行目

麦の量は(中略)平均すると米一升到(大麦)二合の割合である。

第6巻 17 山形県天童市天童 米7大麦3

23ページ 7～8行目

ごはんは、米七、(大麦の丸)麦三の割合で、麦は(中略)前の晩に煮ておき、

- 朝、釜に入れて炊く。
- 第6巻 18 山形県西村山郡朝日町 米13大麦2
79ページ 下段3～4行目
米一升三合に大麦(の丸麦)二合の割合
- 第6巻 19 山形県最上郡^{まむろがわ}真室川町木ノ下 米10大麦3
121ページ 下段12行目
米一升到大麦三合の割合
- 第6巻 20 山形県^{あくみ}飽海郡南平田村^{さごし}砂越の^{とうかいりん}東海林家 米20大麦5
223ページ 下段1～2行目
大麦は(丸麦で)ゆでる(中略)二升のよい米に五合ひしゃく一つの割合で混ぜて炊く。
- 第6巻 21 山形県酒田市飛島 米10麦3
251ページ 上段4～6行目
麦飯は、米一升到麦三合の割合で炊くが、米は南京米のことが多い。
- 第6巻 22 山形県東田川郡朝日村倉沢 米10大麦1
265ページ 2～3行目
二番米を一、二割混ぜるか、(大麦の)玉麦(丸麦)を一割くらい入れた麦飯
- 第7巻 23 福島県^{きたかた}喜多方市熊倉町道地 米10大麦3～4
17ページ 8～9行目
ごはんは麦飯で、米六、麦四の割合。
38ページ 上段19～20行目
麦飯の割合は、米一升、大麦(の丸麦)三、四合である。麦は前の晩にゆで麦にする。
- 第7巻 24 福島県福島市北舟戸 米20大麦5
135ページ 4行目

米二升に、前日煮ておいた(大麦の)丸麦五合を混ぜたものを釜に入れて炊く。

150ページ 上段5～8行目

一日米二升に丸麦五合の割合で入れる。丸麦は前日にゆでておく。

第7巻 25 福島県東白川郡^{ふるどの}古殿町鎌田 米10大麦4

175ページ 4～6行目

麦飯は米一升到大麦四合の割である。麦は丸のままの粒麦を(中略)米に混ぜて炊く。

193ページ 下段21行目～194ページ 上段7行目

米一升到麦四合の割合で入れるが、(中略)麦は大麦を丸のままの粒麦で使う。

第7巻 26 福島県田村郡^{とむら}常葉町 米10大麦4

226ページ 6～7行目

朝のごはんは、だいたい麦飯で、米一升到麦四合くらいを混ぜて炊く。麦は大麦の丸麦で、先に一度煮て、水にさらして使う。

241ページ 上段16行目～下段1行目

ふだんのごはんは、米一升、大麦四合の麦飯が基本である。

第7巻 27 福島県いわき市平豊間町 米6大麦4

291ページ 下段5行目

ふだんは米六に対して(大)麦四の麦飯が中心

第7巻 28 福島県相馬郡中村町原釜 米10大麦2～3

313ページ 9～10行目

大麦をあらかじめ炊いておき、米一升到二、三合くらい入れて炊く。

第8巻 29 茨城県稲敷郡桜川村 米7大麦3

115ページ 下段3～5行目

麦飯は年間を通しての基本食である。(中略)米七に対して(大)麦三という割合になる。

- 第8巻 30 茨城県東茨城郡御前山村^{ごぜんやま} 米5大麦5
 180ページ 下段10行目
 日常は大麦(の丸麦)五割の麦飯である。
- 第8巻 31 茨城県鹿島郡波崎町^{はさき} 米10大麦5
 251ページ 上段12～14行目
 麦飯は(中略)米一升に、(大麦の)えまし麦を水びしゃくですくって一杯(五合入る)入れてよくかき混ぜ、米の量だけの水を加えて炊く。
- 第9巻 32 栃木県河内郡上河内村今里^{かみかわち} 米10大麦1
 17ページ 9行目
 麦飯は(中略)米一升につき、(大麦の)押し麦かひき割を一割
- 第9巻 33 栃木県塩谷郡栗山村川俣^{しおや} 米10大麦3
 101ページ 下段14～17行目
 米一升に対し、大麦三合ぐらいの割で炊く。大麦は(中略)ひき割りにしたものをを用いる。
- 第9巻 34 栃木県那須郡西那須野町三島 米2～3大麦7～8 米2～3ひえ7～8
 141ページ 10行目
 ふつうは大麦七、八、米二、三の割合である
 157ページ 10行目
 一升の飯を炊くのに、米二、三合にひえ七、八合を入れる。
 165ページ 上段2～5行目
 大麦七、八割、米二、三割の混ぜ炊きが多い。大麦は丸麦を使うことも多いが、昭和になってから押し麦やひき割麦もよく使うようになってきた。
- 第9巻 35 栃木県那須郡馬頭町大内^{ばとう} 米15大麦8
 219ページ 下段1～2行目
 一日に食べるごはんは、朝と昼の分として米一升五合に大麦八合を合わせて炊く

- 第9巻 36 栃木県^{おやま}小山^{きら}市生良 米10大麦3
261ページ 上段16～19行目
一年中食べる麦飯は、米一升に対して(大麦の)ひきわり麦三合、家によっては五合から七合くらい混ぜる。
- 第9巻 37 栃木県^{あそ}安蘇郡^{くずう}葛生町仙波 米6大麦4
289ページ 6～7行目
朝は(中略)一日分の麦飯三升を炊く。おもに米六(大)麦四の割合である。
- 第10巻 38 群馬県^{にいはる}利根郡新治村東峰須川 米5大麦5
41ページ 下段8～11行目
麦飯は白米五、(大)麦五の割合の半麦飯が多いが、白米四、麦六の混ぜ方をしたり、米麦にひえも炊き入れたりといった日常である。
- 第10巻 39 群馬県^{あがつま}吾妻郡長野原町 米7大麦3～4
93ページ 上段10～下段1行目
米七合に対し、大麦のひき割り麦を三、四合の割合で炊く。
- 第10巻 40 群馬県高崎市上豊岡 米10大麦3
137ページ 下段4行目
釜に米一升、(大麦の)押し麦三合を入れて、よく洗って
- 第10巻 41 群馬県^{なかさと}多野郡中里村持倉 米3大麦7
180ページ 上段4行目
米三、(大麦をひき割った)わり七でとき
- 第10巻 42 群馬県^{せた}勢多郡^{こくれ}富士見村小暮 米3大麦7
221ページ 8～10行目
^{かばさわ}華澤家は、(中略)ごはんに(大麦の)ひき割麦三割を混ぜる。この一帯は一般には(中略)米の取量は少なく、普通の家では米が三割で、麦が七割である。

- 第10巻 43 群馬県おおら邑楽郡おおまがり板倉町大曲 米3大麦7
282ページ 下段17行目
(大麦の)しき割麦七分、七分搗き米三分の割合
- 第11巻 44 埼玉県秩父郡吉田町あかしば赤柴 米3大麦7
36ページ 下段13～15行目
(大麦の)丸麦を石臼で砕いて、ふるいでふるってひき割りにする。ひき割りと(精米所でつくってもら)つぶし割半々を全体の七割にし、米三割を混ぜて、五斗入りの桶に常時入れておく。
- 第11巻 45 埼玉県大里郡岡部町普濟寺 米7大麦3
89ページ 上段14～16行目
大麦は(中略)精米所で押し麦にしてもらい、毎朝炊く麦飯に三割混ぜて炊く。
- 第11巻 46 埼玉県いるま入間市上藤沢の石田家 米1大麦5
132ページ 下段6～8行目
大麦をひき割ったもの五升を前の晩に水につけておき、(中略)翌朝米一升と合わせて炊く。
- 第11巻 47 埼玉県あげお上尾市上尾宿の田中家(半農半商) 米5大麦5
177ページ 下段8～9行目
米五分(大麦の)押し麦五分の割合で入れる。
- 第11巻 48 埼玉県かぞ加須市なかひやりがわ中肥遣川の栗原家 米5大麦5
223ページ 下段5～6行目
家でとれた大麦を精米所で押し麦にもらい、米と半々に混ぜて炊く。
- 第11巻 49 埼玉県川さいわい越市幸町の宮岡家(商家) 米10麦1
284ページ 上段11行目
ごはんは、四季を通してひき割り麦を一割入れて炊く。

- 第12巻 50 千葉県安房郡千倉町南朝夷 米5大麦5
61ページ 2～3行目
朝(中略)米と(大)麦の割合は、(中略)五分五分ぐらいにする家が多い。
- 第12巻 51 千葉県富津市大堀 米10大麦3
121ページ 下段10～11行目
米の三割くらいの大麦入りの麦飯を三度三度食べている。
- 第12巻 52 千葉県船橋市本町の滝口家(漁家) 米9大麦1
149ページ 上段2～3行目
米九大麦一の麦飯で、麦はえまし麦(ゆで麦)を使う。
- 第12巻 53 千葉県長生郡長南町佐坪の土橋家 米13大麦4 米6大麦2～2.5
196ページ 上段1～3行目
朝は、朝飯と昼飯の分をまとめて、米一升三合、大麦(の丸麦)四合で炊く。
夜は米六合に大麦二合から二合五勺の割合である。大麦は、前夜いましておく。
- 第12巻 54 千葉県印旛郡八街町東吉田 米20大麦7
248ページ 下段3～4行目
米二升到(大麦の)えまし麦(七合)を合わせて炊く。
- 第12巻 55 千葉県印旛郡栄町布鎌の大塚家 米30大麦5
309ページ 上段10行目
米三升に対して(大麦の)押し麦五合がふつうである。
- 第13巻 56 東京府東京市本所区緑町 米のみ 米7麦3
77ページ 上段15～16行目
ほとんどが米だけの白飯である。
78ページ 上段12～14行目
たいていの家では、米が七割、(押し)麦が三割くらいの分量で炊く。

- 第13巻 57 東京府東京市大森区 米7大麦3
147ページ 上段8～9行目
毎日食べるごはんはたいいてい麦飯で、(大麦の)ひき割り麦を米七、麦三の割合で混ぜる。
- 第13巻 58 東京府北多摩郡久留米村 陸稲米3大麦7
189ページ 1行目
陸稲米が三割、(大麦の)押し麦が七割の、冷めるとぼろぼろになる麦飯
- 第13巻 59 東京府南多摩郡^{ななお}七生村 米10大麦2
227ページ 6～7行目
前夜いましておいた(大麦の)押し麦を、米一升到二割くらい混ぜて炊く。
- 第13巻 60 東京府西多摩郡^{ひかわ}氷川村 米2～7大麦8～3
268ページ 上段16～20行目
前夜に(大麦の)丸麦を少しえまし、(中略)二～七割の米を加えてふつうの水加減で炊き、
- 第13巻 61 東京府大島岡田村 米6大麦4
294ページ 上段4～6行目
米と麦との割合は、つよさん宅では米七(大麦の丸)麦三であるが、ふつうは六対四の割合である。
- 第14巻 62 神奈川県川崎市多摩区^{すげ}菅 米6大麦4
63ページ 4～5行目
白米六割に、搗き屋でひき割や押し麦にしてもらった大麦を四割混ぜて、炊く前に水洗いする。
- 第14巻 63 神奈川県三浦市南下浦町松輪の草間家 米5大麦5
114ページ 下段10行目
草間家では、米五割、大麦(つぶし麦)五割で炊く。

- 第14巻 64 神奈川県相模原市上溝^{かみみぞ} 陸稲米3大麦7
156ページ 上段20行目～下段1行目
押し麦七、陸稲三(または(大)麦八、米二)を洗って水加減をして、へっつい(かまど)で炊く。
- 第14巻 65 神奈川県平塚市小鍋島 米20大麦6
195ページ 下段3～4行目
釜に米二升、大麦のつぶし麦六合を入れ、
- 第14巻 66 神奈川県足柄上郡山北町中川^{あしがらかみ やまきた ほうきざわ} 米5～3大麦5～7
234ページ 上段4～6行目
米と(大)麦が半々のこともあれば、その時の事情で三対七くらいになることもある。
- 第14巻 67 神奈川県小田原市米神^{こめかみ} 米6大麦4
269ページ 上段13行目 下段2行目
片浦村米神の松本家は(中略)ふだんは毎朝、米六、(大)麦四の割合の麦飯を炊き、
- 第14巻 68 神奈川県津久井郡藤野町佐野川下岩^{つくい しもいわ} 米1大麦10
306ページ 下段16～17行目
大麦の割り麦一升到米一合を混ぜ、前の晩に洗って水に浸しておく。
- 第15巻 69 新潟県岩船郡村上 米8大麦2
100ページ 上段16～17行目
大麦は安いので、米と交換して手に入れる。米八合に麦二合くらいの割合で炊く。
- 第15巻 70 新潟県中頸城郡頸城村^{なかくびき くびき} 米10大麦2小豆1
250ページ 上段19～22行目
(大麦の)丸麦は煮てやわらかくしてから、米と一緒に炊きこむ。その割合は米一升、大麦二合、小豆一合くらいである。

- 第15巻 71 新潟県佐渡郡畑野村 米15大麦7
294ページ 下段16～17行目
白米四に大根六くらいの割合で炊きあげると大根飯は、海辺の集落でよく食べるかて飯である。
295ページ 上段2～4行目
七分搗米一升五合を(中略)一晩水につけておく。大麦七合をあらかじめ煮ておき、といておいた米と混ぜて、五升なべで炊きあげる。
- 第16巻 72 富山県東砺波郡平村^{たいら}上梨 外米5うるち米5
88ページ 下段9～10行目
日常のごはんは、南京米(外米)とただ米(うるち米)を半々に混ぜたものを毎朝なべで二升ほど炊く。
- 第16巻 73 富山県氷見市阿尾 米10
140ページ 下段9～10行目
毎日食べるのは白米のごはんがほとんどだが、脚気になるといって、冬場には(大麦の)つぶし麦を一割ほど混ぜて食べる。
- 第16巻 74 富山県中新川郡^{なかにいかわ}三郷村^{さんこう} 米10
194ページ 下段6行目
裕福な農家では毎日、朝昼夕とも白いごはんを食べる。
- 第16巻 75 富山県魚津市^{うおづ}諏訪町 米3くず米7
272ページ 下段3～5行目
冬場の朝まはまはざろといつて、くず米を石臼で粗ざりしたものに、ひたひたになるほどの水を入れ、固めのかゆを煮る。
274ページ 上段10～11行目
春になると朝まはまは、こままといって、米三にくず米七の割で混ぜて炊いたごはんになる。
- 第17巻 76 石川県松任市^{まつとう}坊丸町^{ぼうまる} 米10
90ページ 上段11行目

三度の食事は、白いまま(ごはん)を食べる

- 第17巻 77 石川県石川郡白峰村河内谷大空 ひえ10
147ページ 下段6行目
毎日炊くごはんは、ひえの実だけを炊いたひえ飯
- 第17巻 78 石川県河北郡津幡町^{つばた}潟端^{かたぼた} 米10
196ページ 上段11行目
米どころ潟端では、年中白いごはんが食べられる。
- 第17巻 79 石川県輪島市町野町徳成 米5～8 大麦5～2
240ページ 下段2～4行目
町野村はもとより、奥能登一带は水田が少ないため、ふだんは(大)麦を二～五割混ぜた飯を食べるのがふつうである。
- 第17巻 80 石川県輪島市^{うじゅう}鵜入の山下家 米8 大麦2
285ページ 上段3～4行目
米と麦の割合は各家で違うが、山下家では米八、(大)麦二の割合で炊く。
- 第18巻 81 福井県坂井郡坂井町 米10 大麦3
36ページ 上段3～10行目
大麦は(中略)丸粒のまま使う。米一升に対して大麦三合を洗い、前日の夜炊いて(中略)ねかせておく。翌日大きくふくらんだ麦をざるに上げ、水をかけてねばりを取り、洗った米に混ぜて炊く。
- 第18巻 82 福井県勝山市河合と大野市森山 米5 ひえ5
104ページ 下段16～17行目
米五合に水六合を加えて火にかけ、煮たって水がなくなりかけたところへ、ひえ五合を入れる。
- 第18巻 83 福井県丹生郡^{にゅう}越前町新保 米10 大麦3～4
145ページ 5～6行目

ごはんは麦飯である。米一升に大麦を三合から四合混ぜる。

- 第18巻 84 福井県^{おにゅう かみなか}遠敷郡上中町 米10大麦3～4
214ページ 2行目
米と麦を混ぜて主食にする。その割合は米一升に対して(大)麦三合から四合ぐらい。
234ページ 下段6行目
若狭一帯の麦の混合割合は県の平均の二割に近い。
- 第19巻 85 山梨県甲府市上町の農家 米7大麦3
37ページ 上段4～5行目
麦飯は、白米と(大麦の)押し麦を七対三ぐらいの割合に混ぜて、朝、鉄釜で一日分を炊きあげる。
- 第19巻 86 山梨県東山梨郡牧丘町牧平 米5大麦5
93ページ 下段5行目
飯は「お半飯」^{はんめし}といって、米と(大)麦半々の麦飯である。
- 第19巻 87 山梨県南巨摩郡^{みなみこま}身延町^{みのぶ}下山 米5大麦5
149ページ 下段9～11行目
どこの家でもふだんは、米と(大)麦の割合が半々の半飯を炊く。大麦は前の晩にえまして
- 第19巻 88 山梨県南都留郡^{みなみつる}足和田村西湖南 米4大麦6
256ページ 上段16行目
米四に(大麦の)えまし麦を六の割合で加えて炊く。
- 第19巻 89 山梨県北都留郡^{きたつる}上野原町^{うげりはら}桐原 米1大麦10
300ページ 上段11～12行目
ふだんのごはんは、大麦の割麦(ひき割り麦)に米一割を加えたお麦^{ばく}(麦飯)で、
- 第20巻 90 長野県木曾郡^{かいだ}開田村 米10ひえ3

75ページ 下段17行目

米一升に対して、ひえ粉三合の割合で入れる。

第20巻 91 長野県^{いいたが}飯田市松尾 米5大麦5

110ページ 下段7行目

日常は大麦五割のえまし飯である。

第20巻 92 長野県^{すわ}諏訪市豊田 米10

152ページ 上段10行目

ふだんの食事には白米ごはんを食べている。

第20巻 93 長野県^{さく}佐久市大沢 米10

191ページ 下段2行目

日常の三度の基本食は白米のごはんが主になる。

第20巻 94 長野県^{さらしな}更級郡稲里村の中島家 米10大麦4

228ページ 上段3～5行目

米の補いは、ひき割りにした大麦で、米に四割ほど混ぜて飯とし、小麦は粉にひいて一日のうちの一食は必ず粉ものにする。

第20巻 95 長野県^{なにあい}長野市七二会 米3大麦7

263ページ 下段3～4行目

ほとんどは(大)麦七、米三くらいの割り飯である。

第20巻 96 長野県^{いいやま}飯山市富倉 割合の記載なし

307ページ 上段16～17行目

麦類ができないので、食事の材料に麦類は全く使わない。

第21巻 97 岐阜県^{よしき}吉城郡^{こくふ}国府町 米5～8大麦5～2

34ページ 下段4～8行目

日常のごはんは、平坦地ではおもに麦飯、山間部では依然への飯(ひえ飯)である。麦飯は、持ち田の多少で半麦飯(米と麦が同量)から(大)麦二割くらい

の混入までと幅がある。への飯は米とひえがほぼ同量か、米と麦とひえが同量の「三混ぜ飯」である。

- 第21巻 98 岐阜県大野郡白川村荻町 米5大麦5
82ページ 下段9～12行目
大麦はひき割にして麦飯として食べる。(中略)大麦の収穫が終わると食事はひえ飯から麦飯へとかわる。米と麦の割合は五対五である。
- 第21巻 99 岐阜県恵那市東野 米8大麦2
118ページ 上段13～15行目
ふだんのごはんは麦飯である。大麦の丸麦をあらかじめ煮ておいて、米の上のにせて炊く。その割合は米八に煮麦二くらいで、米の多い麦飯である。
- 第21巻 100 岐阜県恵那郡申原村 米10裸麦5
153ページ 上段3～4行目
日常のごはんは麦飯である。米一升到、裸麦五合の丸麦をえまして(煮てふやかして)混ぜて炊く。
- 第21巻 101 岐阜県可児郡御嵩町古屋敷 米7大麦3
188ページ 上段9～11行目
基本食は、四季を通じて麦飯が中心である。麦飯は米七、大麦三の割合で炊くが、米は不足しがちなので、季節に応じて大根やいものかて飯も炊く。
- 第21巻 102 岐阜県海津郡海津町萱野 米10大麦2
287ページ 下段15～16行目
一升の米に(大麦の丸麦)二合分を混ぜて炊く。押し麦であればそのまま米と一緒に炊けばよい。
- 第22巻 103 静岡県御殿場市山の尻 米10大麦3～4
39ページ 上段4～6行目
田場所では、たいていの家では一升の米に(大)麦を三合から四合の割合に入れる麦飯であるが、半飯はんめしといって、米と麦を半々にする家もある。

- 第22巻 104 静岡県賀茂郡松崎町雲見 米5大麦5
97ページ 下段11～13行目
米に(大麦の)えまし麦を半分くらい混ぜる。麦飯は、朝、昼の分もまとめて炊き、夜の分は仕事から帰ってから、もう一度炊く。
- 第22巻 105 静岡県志太郡岡部町殿 米5大麦か裸麦5
149ページ 下段15行目
ふだんは米五割、(大麦か裸)麦五割の麦飯である。
- 第22巻 106 静岡県袋井市見取 米6大麦4
211ページ 上段5～6行目
米麦食といっても、米六(大)麦四くらいの割合であり、
- 第22巻 107 静岡県磐田郡水窪町奥領家字大野大沢 米あわきびひえ2～3大麦10
270ページ 下段14～17行目
(大麦の)えまし麦に、米、あわ、ひえ、きびなど(中略)を入れ、ゆるり(いりり)にかけたなべで煮る。混ぜる割合は、いずれも麦一升に対して二～三合である。
- 第23巻 108 愛知県名古屋市中区桜の石工職人 米7大麦3
19ページ 5～6行目
三割の大麦を入れる。麦は丸麦を前夜えまして(煮て)おいたものを米に入れて炊く。
- 第23巻 109 愛知県名古屋市中区の商家 米8大麦2
61ページ 上段15～16行目
吹原家では、四季を通して朝昼夕のごはんは麦飯である。麦は(大麦の)押し麦を二割入れる。
- 第23巻 110 愛知県海部郡立田村 米7大麦か裸麦3
100ページ 下段11～15行目

(大麦か裸麦の)丸麦は(中略)前日の晩に炊いて、えまして(蒸らして)おく。
ししき麦(押し麦)のときは、えまさないで白米と一緒に炊ける。米七、麦三
くらいの割合

- 第23巻 111 愛知県稲沢市^{おりず}下津片町 米10大麦3
140ページ 上段9～10行目
麦飯に入れる大麦の量は、たいてい米の三割である。
- 第23巻 112 愛知県知多郡^{ちた}南知多町大井 米10裸麦3
164ページ 下段2～3行目
日常のごはんは麦飯で、うるち米に、えました(下ゆでした)裸麦の丸麦を三割ほど混ぜて炊く。
- 第23巻 113 愛知県渥美郡伊良湖岬村^{ひい}日出 米7大麦3
180ページ 下段6行目
ふだんのごはんは、米七、大麦三の麦飯である。
- 第23巻 114 愛知県^{あんじょう}安城市新田町 米7裸麦3
204ページ 下段9～13行目
米はくず米から先に食べはじめ。 (中略)くず米がなくなると麦飯に変わる。米七、(裸)麦三の割合が多いが、なかには米五麦五の半麦飯のところもある。
- 第23巻 115 愛知県豊橋市^{いしまき}右巻町 米6～7大麦4～3
251ページ 下段5～6行目
ふだんは大麦の丸麦を三、四割入れた麦飯が主である。
- 第23巻 116 愛知県北設楽郡^{きたしたら}津具村^{つぐ}東長手の三城家 米10大麦5
296ページ 下段7～9行目
三城家の場合、大人二人、子ども二人の四人家族で、一日のごはんは大麦を五割ほど加えて一升三合から一升五合ほど炊く。

- 第24巻 117 三重県鈴鹿市^{いのう}稲生町 米10裸麦3
41ページ 下段13~14行目
麦飯に入れる(裸)麦の量は、(中略)稲生では、ふつう三割ほど入れ、
- 第24巻 118 三重県^{あやま}阿山郡^{くらぶ}伊賀町倉部 かゆ
126ページ 上段2~3行目
春や秋の仕事のきつい時期は(大)麦飯であるが、ふだんはおかいが多い。
- 第24巻 119 三重県^{みなみむろ}南牟婁郡^{きわ}紀和町平谷と長尾 米5大麦5
188ページ 下段11行目
米五、麦5の大麦飯
- 第24巻 120 三重県^{しま}志摩郡志摩町 米2裸麦8
247ページ 上段14~16行目
ふだん食べる麦飯は米が二分で(裸)麦が八分
- 第25巻 121 滋賀県^{おきのしま}近江八幡市沖島 米8~9大麦1~2
39ページ 下段2~5行目
大麦の丸麦をよまして(中略)、米は八分くらいに搗き、(中略)一割から二割の丸麦を混ぜる。
- 第25巻 122 滋賀県^{やす}野洲郡^{ちゅうず}中主町^{あわじ}安治 米10大麦2
87ページ 上段19~21行目
麦飯は、米一升に大麦二合くらいの割合で炊く。麦は丸麦を使うので、一度よばして(ひと煮して一晩おいて)から、米と一緒にに入れて炊く。
- 第25巻 123 滋賀県^{こかしょう}神埼郡^{かわなみ}五個荘町川並 米10切り大根20
121ページ 5~6行目
冬(の晩ごはん)は、(中略)米一升に対し切り大根二升を入れ、塩で味をつける。
- 第25巻 124 滋賀県^{こかしょう}神埼郡^{かわなみ}五個荘町川並の塚本家 米10大麦1
133ページ 下段6~7行目

(商人の)塚本家の毎日の三度の食事は、米一〇に対し大麦一の割合の麦飯である

- 第25巻 125 滋賀県東浅井郡びわ町 米7大麦3
183ページ 上段14～16行目
朝、昼、夕、三食とも麦飯で、一年を通して白米七、麦三の割合で混ぜる。
米は七、八分搗き、麦は大麦の丸麦である。
- 第25巻 126 滋賀県伊香郡余呉町上丹生 米10
228ページ 下段7行目
日常食は、七、八分搗きの白米を三食とも食べる。
- 第25巻 127 滋賀県高島郡朽木村宮前坊 米10
279ページ 上段12～14行目
比較的水田の多い宮前坊あたりでは白飯を日常に食べる。白飯といっても六、七分搗きでいどのものである。
- 第26巻 128 京都府京都市北区上賀茂 米5大麦5
34ページ 上段18～19行目
うるち米は、上米とくず米とに分ける。日常食には麦飯を毎日食べる。この場合、米と(大)麦と半々にして炊く。
- 第26巻 129 京都府相楽郡和東町 米6大麦4
83ページ 10～11行目
朝食は簡単で、おもに茶がゆと漬物である。
84ページ 7～8行目
昼食は麦飯で、(中略)米六分と(大)麦四分くらいの割合
85ページ 9行目
夜は茶がゆと漬物である。
- 第26巻 130 京都府北桑田郡京北町上弓削 米10
150ページ 下段4行目

六分搗きの白米飯を三食とも食べる。

第26巻 131 京都府加^か佐郡大江町 米5大麦5

206ページ 下段12～13行目

日常食の麦飯は、米(と大)麦半々である

第26巻 132 京都府与謝郡伊根町 米5大麦5

298ページ 上段7～8行目

ふだんは、麦飯あるいは(大)麦と外米の五分五分に入った飯が主で、

第27巻 133 大阪府大阪市北区西^{てんま}天満三丁目(商家) 米10

91ページ 上段6～7行目

店主と家族の基本食は三食とも白米のごはん、使用人は押し麦を二、三割混ぜた麦ごはんのところが多い。

第27巻 134 大阪府大阪市港区東田中町 米10

124ページ 上段2～3行目

月給とりの五百^{いほくら}蔵家の基本食の素材は、米がほとんどである。三食とも白いごはんを食べる。

第27巻 135 大阪府八尾市^{やお}恩智^{おんち}中町 米7～8 裸麦2～3

163ページ 下段2～7行目

日常の基本食は米であるが、収量の少ない米の節約のために、朝、夕、間食の四つ茶(午前10時ごろ)、七つ茶(午後三時ごろ)におかいさん(茶がゆ)を食べ、昼飯のみ、麦が二、三割入った麦飯を炊く。夕食には、昼の残りの麦飯におかいさんをかける「つけごはん」もよく食べる。

167ページ 下段9～11行目

裸麦の丸麦は前日から水につけておき、炊飯前に一煮だちさせ、蒸らしておく。米は炊飯30分前くらい前に洗い、米の三割くらいの蒸らした麦を入れ、炊きあげる。

- 第27巻 136 大阪府寝屋川市対馬江^{ねやがわ つしまえ} 米10大麦2
 200ページ 下段2～3行目
 ふだんは朝昼晩、麦飯を食べる。二割の大麦の丸麦を前の晩によわして(炊いて)、一日分を朝炊く。
- 第27巻 137 大阪府河内長野市滝畑^{かわちながの} 米10
 233ページ 上段5～7行目
 関屋家には田んぼはないので、米は買う。毎朝八合の白米のごはんと、夜はだいたい二日に一度、二合の茶がゆを炊く。
- 第27巻 138 大阪府豊能郡東能勢村切畑の東浦家^{とよの ひがしのせ} 米7大麦か裸麦3
 268ページ 下段10～12行目
 麦ごはんは年間を通して食べる。米と(大麦あるいは裸)麦の割合は、米七、麦三が多いが、(中略)家によって違う。
- 第27巻 139 大阪府岸和田市大工町 米10
 309ページ 上段2行目
 日常食べるごはんは、一年を通して白飯である。
- 第28巻 140 兵庫県明石市林の専業漁家 米8大麦2
 82ページ 下段8行目、18行目
 米はすべて購入で、(中略)ふだんは大麦のさくら麦(押し麦)二割入りの麦飯を炊く。
- 第28巻 141 兵庫県龍野市神岡町横内 米10裸麦3～4
 125ページ 下段5～6行目
 特別な行事、晴れの日以外は毎日麦飯である。米一升に対し、さくら麦(裸麦の押し麦)が三合か四合くらいの割合で炊く。
- 第28巻 142 兵庫県宍粟郡千種町西河内^{しろう ちくさ にしこうち} 米10
 171ページ 上段2～7行目
 日常は白飯である。たまに麦飯を炊く。(中略)麦ごはんのときは、前もって

裸麦を炊いておき(よばし麦という)、米に混ぜて炊く。

第28巻 143 兵庫県^{きのさき}城崎郡^{かすみ}香住町境 米10大麦3
218ページ 上段14~16行目
一年中朝、昼、夕と麦飯が主である。一日に一回、(大麦の)丸麦三合をよばして(中略)米一升と一緒に炊く。

第28巻 144 兵庫県^{たき}多紀郡^{さきやま}篠山町奥畑 米10裸麦3
264ページ 下段18行目~265ページ 上段2行目
米一升到麦三合を混ぜて炊く。麦ごはんの麦は裸麦の丸麦で、(中略)よまし麦にして米と一緒にごはんに炊く。

第28巻 145 兵庫県^{なんたん}三原郡南淡町福良 米7裸麦3
304ページ 下段18行目~305ページ 上段1行目
日常は米七合、麦三合の割で朝夕二回、麦飯を炊く。麦は裸麦をよばしたものを混ぜる。

第29巻 146 奈良県^{しき}磯城郡^{たわらもと}田原本町^{あべた}阿部田 朝夕は茶がゆ 昼は米10裸麦2
32ページ 上段2~3行目、9~10行目
一年中よく食べるのは茶がゆと麦飯である。朝はん(朝食)と夕はんには茶がゆを炊く。(中略)昼飯には、うらけ(裏作)で収穫する裸麦の押し麦を二割ほど混ぜた麦飯を炊く。

第29巻 147 奈良県^{いこま}生駒郡^{いかるが}斑鳩町岡本 朝は茶がゆ 米8裸麦2
74ページ 下段2~4行目
ふだんは裸麦二割、米八割の麦飯である。麦は丸麦を使い、前の晩によまして(炊いて)おく。朝はんはいつも、米に番茶を入れて炊いたおかいさんを食べる。

第29巻 148 奈良県^{そえかみ}添上郡^{ひがしやま}東山村 朝夕は茶がゆ 昼は米裸麦
144ページ 下段12~13行目
日常食には朝夕は茶がゆ、昼は米に裸麦を混ぜて炊くことが多い。

- 第29巻 149 奈良県宇陀郡御杖村 米12大麦3の茶がゆ
 186ページ 下段11～13行目
 毎朝茶がゆを炊く。米一升二合に(大麦の)丸麦のよました(あらかじめ炊いた)ものが三合入った茶がゆで、
- 第29巻 150 奈良県吉野郡吉野町山口 朝夕は茶がゆ 昼は米7裸麦3
 221ページ 上段12～16行目、下段10～12行目
 食事の中心は(中略)茶がい(茶がゆ)である。あさはん(朝食)とゆうはん(夕食)に(中略)茶がいを食べる。ひるま(昼食)のみごはんをいただく。それも裸麦を三割ほど入れた麦飯である。
- 第29巻 151 奈良県吉野郡十津川村出谷 朝夕は茶がゆ 昼は米2大麦8
 272ページ 下段13～14行目
 一年を通して朝に夕に(中略)茶がいを炊かない日はない。
 273ページ 上段14～16行目
 大谷家では、大麦の丸麦に二割の米を混ぜて炊く。(中略)たいてい朝夕はおかいさん、昼に麦飯を食べる。
- 第30巻 152 和歌山県那賀郡小倉村の坂口家 かゆと米10
 35ページ 上段14～16行目
 坂口家では、(中略)朝飯、夕飯は、おかいさんを米五合ぐらいで炊き、昼飯は米二升を四升なべで炊く。
- 第30巻 153 和歌山県和歌山市田ノ浦 米5大麦裸麦5いも
 88ページ 8～9行目、15行目
 朝はへつついさん(かまど)に釜をかけ、番茶(ほうじ茶)を茶袋に入れてかゆを炊く。(中略)昼はおじやや蒸したさつまいもを食べることが多い。
 89ページ 12行目
 (夜の)麦飯は七分搗き米と麦と半々で、麦は前の晩、よばしておく。
 105ページ 上段9～10行目
 田ノ浦の人たちの基本食は米、大麦、裸麦、いもから成り立っている。

第30巻 154 和歌山県^{にしむろ}西牟婁郡^{なかへじ}中辺路町^{ちかつゆ}近露 米5～7 大麦3～5

172ページ 上段9～10行目

(大麦を使う麦飯に)入れる麦の割合は、(中略)たいてい三～五割で、米が少なければ、麦を多く入れる。

第30巻 155 和歌山県^{ひがしむろ}東牟婁郡^{なちかつうら}那智勝浦町下里 裸麦5以上

258ページ 下段21～22行目

お茶がいは年中の朝食で、麦と米のほかにたいてい欠きいもが入っている。

259ページ 上段13～14行目

ふだんは米だけのごはんを炊くことはなく、たいていは(さつま)いもごはんや、(裸)麦が半分以上入った麦ごはんである。

第31巻 156 鳥取県鳥取市賀露の専業漁家 米7大麦3

33ページ 下段17～19行目

大麦は購入したものを毎日の麦飯に使う。米七に大麦三の割合で炊く。丸麦を使うことが多いが、急ぐ場合は押し麦を使う。

第31巻 157 鳥取県鳥取市桶屋町の町家(箆笥を製造する山口家) 米7麦3

66ページ12行目

職人は麦飯、家族は白い飯

67ページ6行目

(朝昼晩とも)麦飯は押し麦三に白米七の割合である。

第31巻 158 鳥取県^{やず}八頭郡^{ちず}智頭町山根 米30裸麦5

107ページ 上段15～16行目

一年中、朝昼晩と麦飯が主である。米三升に(裸麦の)丸麦五合を、朝晩二回に分けて炊く。

第31巻 159 鳥取県^{とうはく}東伯郡東郷町川上 米10裸麦3

169ページ 下段13～14行目

一年を通して麦飯を常とする。米一升に裸麦の丸麦三合の割合を続けている。

- 第31巻 160 鳥取県^{さいはく だいせん ぼうりょう}西伯郡大山町坊領 米7～8大麦3～2
209ページ 上段16行目～下段1行目
日常の飯は(大麦の)麦飯が中心で、麦と米の割合は三対七や二対八が多い。
- 第31巻 161 鳥取県^{さかいみなと}境港市高松町 米3分の1大麦1
255ページ 下段9～10行目
(^{きゅうひん}弓浜半島の)外浜でも内浜でも、毎日の飯は、米を(大)麦の三分の一くらい入れた麦飯である。
- 第31巻 162 鳥取県日野郡日野町^{ふなば}舟場 米7大麦3
300ページ 上段11～13行目
日常は米七、大麦の丸麦三くらいの割合で炊いた麦飯を食べる。麦飯は前日に煮ておいた丸麦に米を合わせて、朝一度に一日分を炊く。
- 第32巻 163 鳥根県^{やつか ふるえ はまさだ}八東郡古江村浜佐陀(松江市西浜佐陀町) 米10大麦2
37ページ 上段14～15行目
ふだんのごはんは、米一升到(大麦の)丸麦二合の麦飯だが、水田地帯であるから白米ごはんもかなり食べている。
- 第32巻 164 鳥根県^{ひかわ ひかわ しゅうざい}簸川郡斐川町出西 米7～5大麦3～5
77ページ 上段15行目
日常は三割から五割も(大)麦を混ぜた麦飯である。
- 第32巻 165 鳥根県^{にた おおろ}仁多郡横田町大呂 米10
123ページ 上段13～14行目
一年中、(大)麦は入れない。入れる麦がないから白米飯である。
- 第32巻 166 鳥根県^{おうち だいわそん}邑智郡大和村 米5裸麦5
169ページ 下段2～5行目
麦飯は、^{ちゅう}昼はん(昼飯)、夕はんに食べる。(中略)裸麦の丸麦を前の晩からかして(水に浸して)おき、ただ米五合、裸麦五合の割合で炊く。

第32巻 167 島根県^{なか}那賀郡^{あつた}長浜村^{あつた}熱田 米3裸麦7

196ページ 上段15～16行目

裸麦はおもに麦飯に使う。丸麦七割にうち米三割の麦飯である。

第32巻 168 島根県美濃郡^{ひきみ}匹見町^{ひきみ}下道川 米8裸麦2

218ページ 上段14行目

毎日、裸麦の丸麦二、米八の割合で炊く麦飯である

第32巻 169 島根県^{かのあし}鹿足郡^{かのあし}津和野町 米10または米8～9麦1～2

257ページ 上段14～15行目

ごはんは、町内では半分ぐらいが白ごはんで、あとは一、二割の麦を入れて
いるようである。

第32巻 170 島根県^{こか}隠岐郡^{くみ}五箇村^{くみ}久見 米3裸麦7

286ページ 下段3～8行目

島前の水田が少ないところでは、日常食べるごはんは、ほとんど麦ばかりの
麦飯の家が多い。(裸)麦七合に米三合はよいほうで、麦九合に米一合、ある
いは、麦だけというところもある。道後の^{こか}五箇村^{くみ}久見の^{やわた}八幡家は水田が多い
ほうなので、米一升に麦三合、中本家では米一升に麦五合の割合である。

第33巻 171 岡山県^{おく}邑久郡^{しらく}牛窓町^{しらく}師楽 米5裸麦5

43ページ 上段21行目～下段1行目

日常の主食は、(裸)麦飯、かゆ、ぞうすいであるが、ぞうすいなどには、中
米を少しずつ混ぜて使う。労働がはげしいため、船上の食事は米飯である。

50ページ 上段2～5行目

米と麦の割合は、(中略)米五、麦五の半麦飯がふつうである。水田の多い家では
米七、麦三くらいで、水田を持たない家では、米三、麦七になったりする。

第33巻 172 岡山県笠岡市吉田村吉田 米3裸麦7

131ページ 下段7～8行目

昼に(裸麦の押し)麦飯を炊くが、「米三割、麦七割」に混合する。

- 第33巻 173 岡山県久米郡久米南町 米5～7 裸麦3～5
190ページ 上段1～2行目
(麦飯は)米七(裸)麦三の割合に混ぜるのは上等で、米五、麦五の半麦飯はんむぎとしている家もある。
- 第33巻 174 岡山県真庭郡中和村 米10
262ページ 下段5～6行目
日常食として最も多いのは、白米ごはんである。一年のうちほとんど毎日、白米ごはんを食べる。
- 第34巻 175 広島県豊田郡瀬戸町高根 米1～5 裸麦5～9または裸麦10
54ページ 下段3～7行目
「麦ごはん」と称されるものには、(裸)麦だけを炊いたものと、麦に米を一割から五割くらいまで、(中略)混ぜて炊いたものがある。米が五割も混ざると「半麦飯」といって、上等の麦ごはんである。
- 第34巻 176 広島県賀茂郡河内町 米7 裸麦3
124ページ 下段18行目
ふだんは一年中、(裸麦の)丸麦を三割くらい混ぜた麦飯を食べる
- 第34巻 177 広島県神石郡油木町 米7～5 大麦裸麦3～5
164ページ 下段3～10行目
ふだんは麦飯を食べる。(中略)麦の割合は、(中略)ふつう五対五から米七に対して麦三にする。麦は大麦、裸麦の丸麦、(中略)麦飯は朝一度に炊き、一日に四回から五回食べる。
- 第34巻 178 広島県双三郡君田村櫃田 米10
206ページ 下段10行目
年間を通して白飯が中心の食事である。
- 第34巻 179 広島県山県郡芸北町大利原 米5 裸麦5
265ページ 下段11～13行目

(裸麦の)麦飯は、米五、麦五の割合にするのはいいほうで、たいてい麦のほうが多い。麦は丸麦を僧都(添水。水車小屋)で搗いたものを加える。

第35巻 180 山口県大島郡久賀町 米7 裸麦3
35ページ 下段16～18行目
前の日から(裸麦の)丸麦を炊いて一晩おいたやまかし麦と、といだ米を一緒にして、もう一度炊いて麦飯にする。米七割に丸麦三割くらいにして炊く。

第35巻 181 山口県玖珂郡錦町府谷 米3 裸麦7
78ページ 上段7～8行目
ふだんのごはんの中心は、よまし麦(一度煮た裸麦)七、米三の割合で炊いた麦飯である。

第35巻 182 山口県阿武郡むつみ村高俣下領 米20 裸麦3
129ページ 上段3～5行目
日常のごはんは米二升到裸麦三合の麦飯で、これが七人家族の一日の糧となる。

第35巻 183 山口県萩市大井湊 米5 裸麦5
169ページ 下段2～5行目
日常食べるごはんは裸麦と米を半々に混ぜ炊きした麦飯が中心で、(中略)漁に出たときの晩飯には、船上で白飯を炊く。

第35巻 184 山口県豊浦郡豊田町西市 米10 裸麦3
211ページ 下段6～7行目
麦飯は、裸麦一升をよましてだいたい三日に分け、米一升到麦三合の割合で米とともに炊く。

第35巻 185 山口県山口市秋穂二島 米6 裸麦4
253ページ 上段8～9行目
日常は裸麦のよまし(丸麦を煮たもの)四、米六の麦飯である。

- 第36巻 186 山口県萩市堀内(市街地) 米10裸麦3
300ページ 上段10行目
夏は毎日白ごはんである。
300ページ 下段2～5行目
麦ごはんは、夏を除いて一年中朝昼夕に食べる。麦は、裸麦の押し麦を米屋から買って、(中略)白米に三割くらい入れて、白ごはんと同じ要領で炊く。
- 第36巻 187 徳島県板野郡土成町宮河内^{どなり みやこうち} 米1 裸麦9
35ページ 上段4～5行目
米は貴重なので、毎日のごはんは裸麦の丸麦九、米一くらいの割合の麦飯である。
- 第36巻 188 徳島県三好郡東祖谷山村久保の杉平家^{ひがしいやまそん} 米茶わん一杯裸麦10
87ページ 上段3～4行目
杉平家でふだん食べるのは麦飯で、(裸麦の)丸麦一升に米を茶わんに一杯の割合で加えて炊く。
- 第36巻 189 徳島県那賀郡木頭村蟬谷^{なか きとう せみたに} 米1～2 裸麦8～9
142ページ 下段18～19行目
(裸麦の)丸麦ばかりでは食べにくくてまずいので、ふだんのごはんでも麦飯のときだけは米を一、二割入れる。
- 第36巻 190 徳島県海部郡由岐町阿部^{かいふ ゆき あぶ} 米7 裸麦3
191ページ 上段12～14行目
よました(裸麦の)丸麦を(中略)翌日、洗った米七に対して三の割で混ぜて炊く。
- 第36巻 191 徳島県那賀郡羽ノ浦町古庄^{なか はのうら ふるしょう} 米1 裸麦4
237ページ 上段12行目
ふだんは米五合に裸麦二升の割合の麦飯を食べる。
- 第36巻 192 徳島県鳴門市鳴門町高島^{なると なると} 米1 大麦2
283ページ 下段4～6行目

日常食べるごはんは、四季を通じてほとんど麦飯である。(大麦の)丸麦五升に米二升五合の割合で、これを朝晩の二回に分けて炊く。

287ページ 下段9～10行目

緒方家のふだんのごはんは(大麦の)麦飯である。麦飯の割合は、よまし麦(さっと煮て、ざるにうちあげた麦)七対米三の割合で、丸麦を使う。

第37巻 193 香川県大川郡^{ひけた}引田町坂元 米5 裸麦5

31ページ 下段12～13行目

ふだんは(裸麦の)麦飯がほとんどである。ふだん食べる麦飯は、よました丸麦五と米五の割合で炊いたものである。

第37巻 194 香川県^{しょうづ}小豆郡^{どのしょう}土庄町^{おえ}小江 米3 裸麦7

78ページ 下段7～9行目

ふだんは(裸)麦七、米三の割合の麦飯を食べているが、男衆は船での労働がはげしいので、昼飯は船上で米飯を炊いて食べる。

第37巻 195 香川県香川郡^{しおのえ}塩江町^{かみにし}上西 米3～4 裸麦7～6

126ページ 上段15～16行目

日常に食べるのは麦飯で、裸麦が七～六、米が三～四の割である。

第37巻 196 香川県^{あやうた}綾歌郡^{りょうなん}綾南町小野 米3～5 裸麦10

175ページ 下段17～18行目

麦と米の割合は(中略)ふつう(裸麦の)丸麦一升到米三～五合で炊く。

第37巻 197 香川県^{みとよ}三豊郡豊中町^{みとよ}笠田笠岡天神 米3 裸麦7

230ページ 上段14行目

日常のごはんは(裸)麦七、米三の割合の麦飯である

第37巻 198 香川県^{みとよ}三豊郡^{たくま}詫間町高谷 米5 裸麦5

285ページ 下段16～18行目

家族の多い家では(裸麦の)丸麦の半麦飯を炊くが、三人家族の尾崎さんの家では、ひしぎ麦(ひき割麦)と米を同量にした半麦飯を炊く。

- 第38巻 199 愛媛県宇和島市保田と南宇和郡西海町内泊 炊いたさつまいも
32ページ 上段17～18行目
日常の基本食はからいもからつくるつめ飯、つめがゆで、(裸麦の)麦飯は五日に一度、晩に食べる。
- 第38巻 200 愛媛県^{おおず}大洲市多田 米1～2.5裸麦7.5～9
94ページ 下段8～9行目
日常食として食べる(裸)麦飯は、丸麦が七割五分から九割という量である。
- 第38巻 201 愛媛県^{かみうけな}上浮穴郡^{くま}久万町上直瀬 米1～2 裸麦8～9
167ページ 下段の表
ごはんは麦飯(裸麦のみ、または裸麦+しゃく米(うるち米)1～2割)
- 第38巻 202 愛媛県^{おんせん}温泉郡重信町下林 米2～3 裸麦10
220ページ 下段14～16行目
(裸麦の)しゃぎ麦(押し麦)入りの麦飯は、米を二、三割加えただけのものがふつうである。
- 第38巻 203 愛媛県^{おち}越智郡^{にぶかわおおしも}玉川町鈍川大下 米6 裸麦4
273ページ 下段4～8行目
(裸)麦飯には、ひしゃぎ麦(押し麦)を入れる。(中略)米六分と麦四分の割合がふつうで、比較的食べやすいごはんである。
- 第38巻 204 愛媛県^{ひうちなだ}燧灘沿岸の農漁村と^{おち}越智郡魚島村 米2～3 裸麦10
305ページ 上段5～8行目
よましに(裸麦の)丸麦の二、三割の米を入れ、^{じやくし}大杓子で釜の底からよく混ぜ、水を米の量の二割増し入れて、再び煮たてる。煮たったら、炊くのをやめ、残り火で蒸らすと麦飯ができる。
- 第39巻 205 高知県南国市長岡と三和 米10裸麦4
52ページ 下段5行目、11～12行目
(裸麦の)麦飯を炊くのは、秋から翌年の四月までである。(中略)割合は、ふ

つう、白米一升に対して麦四合ぐらいにする。

第39巻 206 高知県高岡郡^{ゆすはら}櫛原町 米1～2大麦10
134ページ 下段22行目、135ページ 上段2～4行目
精白した大麦をきれいに洗い(中略)夜の間の一時間ぐらい(中略)ゆでておく。翌朝はこの麦に少量の米を入れ、きれいに洗ってから炊く。(中略)
たいてい麦一升に米一、二合であり、(米を)三合も入れる家はない。

第39巻 207 高知県高岡郡佐川町^{かいな}荷稻 米5裸麦5
216ページ 上段2行目
ふだんは米と(裸)麦が同量の半麦飯

第39巻 208 高知県土佐清水市戎町 米1 裸麦2 さつまいも2 貫目
284ページ 上段2～3行目
ふつう、米二合半に対して(裸麦の)丸麦五合、生のからいも二貫目ほどを合わせて炊く。これが五人家族の一日の飯である。

第39巻 209 高知県室戸市 米2～3 麦10
322ページ 下段2～3行目
主食は、六月から八、九月までは麦飯。丸麦一升に米二、三合を混ぜる。
322ページ 下段23行目～323ページ 上段2行目
四月から五月はからいもを輪切りにして干したかんばの飯になる。薄くて固いかんばを折って細かくして、少しの米と炊く。

第40巻 210 福岡県^{かほ}嘉穂郡^{ちくほ}筑穂町内野 米2 裸麦1
64ページ 下段15～16行目
毎日の食事には、裸麦(の丸麦)をひらかして入れる麦飯を、朝と晩の二回炊く。米と麦の割合は二対一くらいである。

第40巻 211 福岡県筑紫野市^{はる}原 米15 裸麦7
119ページ 上段14～15行目
毎日、米一升五合に(裸)麦七合の割で炊いており、麦は米の半分も入らない。

- 第40巻 212 福岡県三井郡北野町^{みい} 米10裸麦6
172ページ 下段16～18行目
米一升に対して麦六合くらいの割で炊く。麦は裸麦で(中略)中くらいしゃい
だ(つぶした)押ししゃぎ麦を使う。
- 第40巻 213 福岡県柳川市西蒲池 米10裸麦2～3
225ページ 下段10～11行目
米一升に対して、(裸麦の)さね(ひきわり麦)を二、三合の割合で、ごはんが
炊きあがるころ入れ、
- 第40巻 214 福岡県八女郡黒木町^{やめ くろぎ} 米4 裸麦6
250ページ 下段9～12行目
裸麦は丸麦で食べる。(中略)丸麦六(中略)に米四の割合で炊くことが多い。
米と丸麦の割合が五対五ならばよいほうである。
- 第40巻 215 福岡県豊前市合河轟^{ふぜん ごうかわとどろ} 米3～5 裸麦5～7
285ページ 上段16～18行目
(裸麦の丸麦の)よまし麦に、七分搗きくらいの米を混ぜて炊く。米と麦の割
合は、三、七から五、五で、家や農作業の事情によって変わる。
- 第40巻 216 福岡県筑上郡椎田町^{しいだ} 米4～3 裸麦6～7
302ページ 12行目
麦飯は、米四～三に対し、前夜からよましたどうちゅう麦(裸麦)六～七を混
ぜて炊く。
- 第41巻 217 佐賀県佐賀市兵庫町若宮 米10裸麦2.5
38ページ 上段13～14行目
ふだんはほとんど麦飯にする。麦飯は米一升到(裸麦の)しゃぎ麦(押し麦)二
合五勺を入れて炊く。
- 第41巻 218 佐賀県佐賀郡諸富町東堀^{もろどみ ひがしからめ} 茶がゆ
77ページ 下段2～3行目

一年を通じ、茶がゆを朝昼夕と食べる日が多い。米の節約というより古くからの食習慣である。

第41巻 219 佐賀県神埼郡^{せふり}背振村^{はらまき}服巻と三養基郡^{みやき}基山町^{きやま} 米4 裸麦6
晩は茶がゆ

118ページ 上段16行目～下段2行目

米は七分、八分搗きにし、必ず(裸麦の押し)麦を入れる。朝と昼に米四麦六の割合で炊いて食べ、晩は年中、茶がゆを食べる。

第41巻 220 佐賀県東松浦郡^{ちんげい}鎮西町^{ほど}波戸 裸麦に米少量(割合の記載なし)
167ページ 下段5～7行目

日常は(裸)麦だけの麦飯、麦に少し米を加えた麦飯、(さつま)いもや粟を混ぜた麦飯など、(中略)麦飯が基本である。

第41巻 221 佐賀県東松浦郡^{よぶこ}呼子町 米3 裸麦7
203ページ 下段8～10行目

朝のごはんは前の日に、米三、ひらかし麦七で炊いた麦飯を食べる。ひらかし麦は、裸麦の丸麦を一度湯で炊いたものである。

第41巻 222 佐賀県東松浦郡^{まだらじま}馬渡島 裸麦10 さつまいも入り飯
211ページ 下段18～19行目

ごはんは麦(裸麦)だけか、(さつま)いも入り麦飯が基本である。

第41巻 223 佐賀県西松浦郡^{いずみやま}有田町^{いづみやま}泉山 米10 裸麦2
240ページ 下段2～5行目

(窯元の家は)ふだんはたいてい白ごはんだが、みんなの健康のことを考えてときおり(裸麦の)麦飯にする。麦飯は、米一升に対してしゃぎ麦(押し麦)二合の割合にする。

第41巻 224 佐賀県藤津郡^{たら}太良町^{いとぎ}糸岐 さつまいも米裸麦(割合の記載なし)
281ページ 下段4～6行目

日常食は、(中略)年間の大半が(さつま)いもに米と裸麦を混ぜて炊いたいも

ねったくい飯である。いものない夏は、裸麦を多く使ったぶっつい飯(麦飯)になる。

第42巻 225 長崎県諫早・西東彼杵 ^{いさはや} ^{そのぎ} 米2.5裸麦10さつまいも 1～2斤
30ページ 下段7～9行目
裸麦とはっちゃん(さつまいも)と米を混ぜて炊く。ふつう裸麦一升到米二・五合、はっちゃんを一、二斤くらいにする。

第42巻 226 長崎県北松浦・壱岐 米2 裸麦あわさつまいも 8
158ページ 下段7～9行目
日ごろは雑穀やいもを混ぜこんで食べる。麦飯((裸)麦、米)、いも飯(麦、いも、米)、あわ飯(麦、あわ、米)で、米を入れる割合は二割くらいである。

第42巻 227 長崎県南松浦郡三井楽町貝津 ^{みいらく}(五島列島) 夕食は裸麦 5～9月干
いも飯
226ページ 下段9～12行目
十月から翌年の四月までは、生いもを蒸したり煮たりした(さつま)いもだけのいも飯を食べる。生いもの貯蔵のきかない五月から九月までは、かんころ(干しいも)飯である。しかし、夕食は(裸麦の)丸麦だけの麦飯を食べる。

第42巻 228 長崎県対馬 ^{つしま} 米～2 大麦 8～
287ページ 下段10～14行目
日常食べる飯は(主に大)麦に米を入れたものである。麦に米を入れるといっても、ほんの少し入れたというていどのものから、二割くらい入れるものまで、さまざまである。これを麦飯(むんめし)とよんでいる。水田のない農家では麦だけか、時期的に孝行いも(さつまいも)を入れる家もある。

第43巻 229 熊本県阿蘇郡阿蘇町 ^{あそ} 米5 裸麦や雑穀 5
36ページ 上段14～17行目
毎回の食事は米を中心としても、(主に裸)麦やあわかとうきび(とうもろこし)を混ぜて食べ、その割合はふつう半々といわれている。

第43巻 230 熊本県^{くま}球磨郡^{ゆのま}湯前町下村

米7 裸麦3

94ページ 下段12~13行目

日常食としては、くず米の上米を五分搗きくらいに精米し、(裸)麦を三割ていど入れた麦飯を食べる。

第43巻 231 熊本県^{かもと}鹿本郡植木町

米1 あわ2 裸麦10

150ページ 上段13~15行目

主食は三穂(さんぼう)飯(ひらかし麦(ゆでた裸麦)一升、あわ二合、米一合の割合)である。秋から冬まで、この三穂飯の中に、からいも(さつまいも)を一緒に入れて炊く。

第43巻 232 熊本県^{ほうたく}飽託郡^{あきた}飽田町

米9 裸麦3

205ページ 下段4~5行目

ふだん食べる麦飯は、米九合、(裸麦の)押し麦三合の割合である。

第43巻 233 熊本県^{やつしろ}八代市竜峰

米5 裸麦5にあわ1が加わると三穀飯

251ページ 上段14行目~下段1行目

日常食べるのは麦飯で、冬はこれにあわを加えた三穀飯である。ふつう麦飯は米五合に裸麦五合で、三穀飯は、これにあわ一合が加わる。麦は前の晩にゆがいておいた「いで麦」や、石臼でひいた「ひき割り麦」を使う。

第43巻 234 熊本県^{あまくさ}天草郡^{れいほく}苓北町坂瀬川

米2 裸麦8

296ページ 下段3~4行目

ふだんは、朝昼夕ともごはんを食べることが多い。(裸)麦(の丸麦)八に対して米二の麦飯である。

第44巻 235 大分県^{しもへつき}大分市下戸次

米1 裸麦10あわ2

37ページ 下段19行目~38ページ 上段1行目

(裸)麦一升にあわ二合と米一合、とういも(さつまいも)三〇〇匁を炊く。裸麦の丸麦は前夜から水にかけて(浸して)おくと二倍以上にふえる。

- 第44巻 236 大分県南海部郡鶴見町有明浦 ^{みなみあまべ つるみ} 米3～5 裸麦7～5
80ページ 上段16行目～下段3行目
毎日のごはんは(中略)米三～五に裸麦の丸麦七～五の割合である。丸麦をよく洗い、水に浸してふやかし、鉄釜で炊く。煮えたら米を加えて炊きあげる。
- 第44巻 237 大分県大野郡緒方町上畑 ^{うわはた} 米5～6 裸麦5～4
127ページ 下段3～6行目
米五～六割に(裸麦の)丸麦五～四割を混ぜて炊く。前の晩に水にかけて(浸して)おいた丸麦を先に釜に入れ、半煮えのとき、米を入れて炊きあげる。
- 第44巻 238 大分県直入郡直入町神堤 ^{なおいり かみつみ} とうもろこし7米3
165ページ 下段5～6行目
ふだんはとうきび(とうもろこし)七に米三の割合でごはんを炊く。
- 第44巻 239 大分県日田市清岸寺の栗山家 ^{せいがんじ} 米15裸麦5
209ページ 下段17～20行目
栗山家の場合、毎朝米一升五合に裸麦五合の割で炊いており、(中略)麦は裸麦を丸麦のまま入れるが、そのまま炊いたのでは固いので、前の日からひらかしておく。
- 第44巻 240 大分県宇佐市赤尾 米5～7 裸麦3～5
255ページ 下段8～9行目
日常の麦飯は、たいてい米麦半々くらいから、米七、(裸)麦三くらいの割合である。
- 第44巻 241 大分県東国東郡国東町下成仏 ^{ひがしくにきき くにきき しもじょうぶつ} 米5 裸麦5
303ページ 上段3～4行目
麦飯の麦は(裸麦の)丸麦である。米と麦の割合は、溝部家では半々である。
- 第44巻 242 宮崎県西臼杵郡高千穂町上野 ^{にしうすき かみの} 米5 裸麦5
33ページ 上段15行目～下段1行目

麦飯は一年中朝昼晩に食べる。麦飯の麦は、裸麦をしゃぎ麦(押し麦)にして入れる。(中略)麦と米の割合は(中略)後藤家では半々である。

37ページ 上段13~14行目

米五、とうきび(とうもろこし)五のとうきび飯を半白飯はんぱくめしという

第45巻 243 宮崎県のべおかのじ延岡市野地 米6~7 裸麦3~4

79ページ 下段8行目

米六、七割、(裸)麦三、四割の麦飯で一年中をすごす。

第45巻 244 宮崎県こゆにしめら児湯郡西米良村上米良 米10 大麦か裸麦2~3

120ページ6~7行目

大麦か裸麦を(水力精米機で)搗かせて、米一〇に対して丸麦二か三の割合で麦飯を炊く。

第45巻 245 宮崎県こゆしんとみへき児湯郡新富町日置 米6~7 裸麦3~4

173ページ 上段14~15行目

米七、(裸)麦三か、米六、麦四の割合がふつうの農家のごはんである。

第45巻 246 宮崎県小林市細野 米8 大麦2 さつまいもあわ

215ページ 上段10~14行目

昼と夜は、米八に(大)麦二の割合で炊いた麦飯である。米と麦の割合は(中略)五分五分にすることもある。朝食に、冬から春にかけてはあわ飯を炊く。冬は、からいも(さつまいも)入りのあわ飯にする。

第45巻 247 宮崎県みやこのじょう うめきたかわち都城 市梅北町川内 米10 裸麦かあわ3

249ページ 下段11~14行目

常日ごろは米に(裸)麦またはあわを三割くらいの割合で炊きこんだ麦飯やあわ飯がほとんどで、さらにからいも(さつまいも)やかぼちゃを加えて、米を食いのばす工夫をする。

第45巻 248 宮崎県日南市油津西町 米2 さつまいも8

295ページ 下段1~7行目

(いも飯は)からいも(さつまいも)を釜の底に入れ、その上に洗った米をそつとのせる。からいもと米の割合は、八対二くらいにする。

- 第46巻 249 鹿児島県鹿児島市春田家(商家) 米10裸麦1
32ページ 下段17～19行目
四季を通じて、朝食と夕食に炊くのは、裸麦の押し麦とからいも(さつまいも)を入れたごはんである。米一升に対して押し麦は一合ほど、からいもは少々入れる。

- 第46巻 250 鹿児島県^{かわなべ かさき}川辺郡笠沙町片浦(漁家) 米一合裸麦三合さつまいも
3分の1
76ページ 上段8～11行目
(さつまいも)入り麦飯は、ふだんは裸麦三合、外米二合にからいもを全体の三分の一くらい入れて炊く。米を入れるときは、裸麦三合、米一合にいもを三分の一くらいである。

- 第46巻 251 鹿児島県^{いりき ふもと}薩摩郡入来町麓 米さつまいも(割合の記載なし)
115ページ 上段10～14行目
日常のごはんは、米にからいも(さつまいも)とあわを炊きこんだからいもごはんが主で、秋から春にかけて(中略)毎日からいもごはんを食べる。からいもなくなる夏季は、米と裸麦の押し麦を混ぜ炊きした麦飯が中心となる。

- 第46巻 252 鹿児島県^{あいら つねつぐ}始良郡栗野町恒次 米裸麦さつまいもあわ(割合の記載なし)
160ページ 下段2～3行目
米を食の中心におき、夏のいつとき(裸)麦を混ぜ、あとはからいも(さつまいも)とあわを必ず混ぜる。

- 第46巻 253 鹿児島県^{かのや しもたかくま}鹿屋市下高隈 陸稲5あわ1 陸稲5さつまいも5あわ2
210ページ 下段10～15行目
日常食としては、野米(陸稲)五、あわ一の割合のあわ飯や、野米五、からい

も(さつまいも)五、あわ二くらいの割合のからいもごはんである。

第46巻 254 鹿児島県西之表市^{にしのおもて げんな}現和 米2裸麦1

256ページ 下段4～5行目

裸麦は、おもに毎日食べる麦飯にする。米二、裸麦一の割で、裸麦は丸麦のまま、一度ゆでてから麦飯に炊く。

第46巻 255 鹿児島県大島郡瀬戸内町^{しよどん かけろまじま}諸鈍(加計呂麻島) あわこうりゃんきび小豆7米3

295ページ 上段4～8行目

日常のごはんとしては、夏から秋にかけて、たまにはあるが、収穫したばかりのあわ、こうりゃん、きび、小豆などを七割と米三割くらい混ぜたごはんを炊く。四月ころには大麦がとれるので、麦を六割くらい入れた麦ごはんを炊く。さつまいもごはんもときどき炊く。

第47巻 256 沖縄県沖縄市登川 米9大麦1

131ページ 下段11～13行目

大麦は米の代用として食べているから、米に次いで多く作付けしている。ほとんど飯に混ぜて食べ、米と麦の割合は九対一にする。

第47巻 257 沖縄県宮古郡下地町^{しもじ}入江 米あわひえ大麦たかきび(割合の記載なし)

219ページ 上段14～17行目

米、あわ、ひえ、大麦、たかきびを炊く。混ぜる材料の割合の多いものの名をとって、あわごはん、ひえごはんなどという。ごはんは、畑仕事の忙しいときや、お祝い、行事のときに食べる。

第47巻 258 沖縄県石垣市^{びさい}平得 米10あわ3

273ページ 下段17行目～274ページ 上段3行目

あわごはん 米一升につき、あわ三合の割で用意し、あわは水につけておく。まず米から炊きはじめて、三〇分をすぎたころ、水につけたあわを混ぜて、焦がさないように弱火で二〇分ほど炊く。木杓子で返し、十分蒸らす。