

# 縄文人は 超 グ ル メ だった？

マンモスなどがいた氷河期が終わって、地球全体があたたかくなり、野山には木々が茂り、野生動物が駆け回り、海が豊かになった縄文時代。縄文人の食生活はいったいどんなだったのでしょうか？  
北海道は、当時も「食の宝庫」だったようです。

## 食材いっぱい

縄文時代も北海道は食の大地

野山にはエゾシカやウサギなどの動物、クリやクルミなどの木の实や山菜も！

海にはウニやホタテ、鮭、マグロ、アザラシやクジラも

## 土器 / 道具

土器の誕生はグルメの立役者！煮炊き、あく抜き、貯蔵など、料理の幅がぐーんとひろがりました。弓矢や釣り針、切れ味抜群のナイフなど、食糧確保のための道具にも北海道産の黒曜石や鹿の角が大活躍しました。

## いただきますの ココロ

農耕や家畜ではなく、自然界から恵みをいただく「採集・漁労・狩猟」だからいつも自然に感謝し、大切に命をいただきます。貝塚で骨や貝殻を送ったのも、そんな感謝のきもちから。

## 食は自然からの贈り物

私たち人間は生きるために他の生き物の命をいただく。それが「食べる」ということ。縄文時代の貝塚が示すように、当時の人々はその受け取った命に感謝をしていた。感謝の気持ちがあると、お腹が満たされるだけでなく、心も満たされる。だけど、その食を命とは思わず単に料理の素材として見るようになったらどうなるだろう。お腹はいっぱいになるけれど精神が満たされることはない。だから食欲に食を求め続ける。「飽食の時代」、「食ロス」の背景はここにある。

食は自然からの贈り物。その本当の意味に触れることも縄文に取り組んだ私たちの使命かもしれない。C.Abe

私は子供の頃、嫌いなもの多くて給食の時間がつらかった思い出があるんだけど、縄文人にも食べ物の好き嫌いってあったのかしら？

そもそも「これ嫌い！」とか言える雰囲気じゃなさそうよね…。

みんな命がけで獲物をとってくるんだし、その時あるものを大切にいただいてたんじゃないかなあ。

今はスーパーで魚の切り身を買ってくるから、いただいている命の本来の姿を忘れがちだけど、縄文人はいきものを仕留めて命を絶つということを日々体験していたのよね。

だからこそ「ありがとう」の気持ちが強いのかも。貝塚はゴミ捨て場ではなくて、全てのものへの感謝と送りの場だということもわかる気がするわ。

そういえば、北海道遠軽町白滝地区の黒曜石が国宝になるって話題になっているけど、黒曜石のナイフって調理道具としても優秀よね。

エゾシカは仕留めたときにどれだけ手早く処理できるかでお肉の味が全然違うし、新鮮なお魚もよく切れる黒曜石ナイフでシュッとさばいてお刺身したらすごおいしそう！

確かに…(ゴクリ)

シカの角で作られた釣り針も精巧でよく考えられていたよね。道具への強いこだわりが感じられるわ。

それも命をいただく感謝の気持ちの表れなのかもね。無駄にせず、最高の状態でいただく。

ただの食いしん坊じゃないのね。

最近は、縄文グルメや縄文スイーツもたくさん誕生しているみたいね♪

以前、私のお店で鹿肉と山菜を入れた「縄文スープ」を提供したことがあるの。サンショウやシソを混ぜたオリジナルソルトで味変も楽しめるように工夫して、なかなか好評だったわ。

あれは本当においしかった…(ヨダレ)

いいなあ…(ヨダレ)

いろんなお店で、クルミやサンショウを入れたクッキーとか、土偶の形のお饅頭やパン、ピザなんかも販売してるみたいね。

この間、コンビニやスーパーでいろんなお菓子を買ってきて、縄文スイーツを作ってみたの(p3-4)。地層みたいにスポンジやクリームを積み重ねた「縄文パフェ」は、手軽にできるし、何より楽しいからおすすめ！チョコは小石や貝殻、コーヒゼリーは黒曜石のつもり、とかいろいろ考えたりして。

それは子供も喜びそうね～！

やっぱり北海道は縄文時代から食の大地だったのかな？おいしい食材を求めて、遠くから丸木舟で遊びに来たり、移住して来てたらなんか嬉しい。

おいしいものは人をしあわせにしてくれるから、強く求める気持ちもわかる！

食についてはまだまだ知りたいことがたくさんあるね。おいしい料理を囲んで、どんな会話や笑顔があったのかな。

なんだか、縄文人の気持ちになって料理を作りたくなってきちゃった！

ヤマブドウワインも飲みたい！

じゃあ今度、みんなで縄文パーティやりましょ！

(次回につづく)

★【縄文女子の妄想トーク】は、縄文をこよなく愛する縄文女子たちの個人の主観に基づく妄想トークがメインになっています。学術的に正しいかどうかは置いておいて、素人目線の「こうだったのかな」「こうだったらいいな」という妄想ワールドを、どうか生暖かい目で楽しんでいただけたら嬉しいです。