

蕎麦に関する日中両国の認識の差異

—古典医書を中心に—

辰巳 洋^{1),2)}, 丸井 英二¹⁾

¹⁾順天堂大学医学部公衆衛生学教室, ²⁾本草薬膳学院

受付:平成23年9月20日/受理:平成24年1月22日

要旨:本文の目的は、日中両国の古典医書・文献を比較分析することによって、蕎麦の生育上の特徴と環境、性・味・効能に関する両国の記述が一致している点を明らかにすることにある。ただし蕎麦の普及および応用においては、両国の隔たりは非常に大きく、中国の古典医書では蕎麦は薬用的価値と臨床応用面にしか焦点が当てられておらず、食用としての蕎麦は一部の地域にしか普及しなかった。一方その蕎麦が日本に伝来すると、中国古典医書の影響からしだいに脱け出し、食用的価値が注目されるようになった。さらに国の後押しや社会的需要もあったことから、蕎麦料理が普及し日本を代表する料理へと成長していった。

キーワード:蕎麦, 古典医書, 薬用, 食用

目 的

蕎麦には食物繊維やルチンが豊富に含まれ、糖尿病・動脈硬化・高血圧・心臓病などの生活習慣病を予防する働きがある。日本では健康食材として注目され、どの町にも数多くの蕎麦屋が営業している。一方、蕎麦の原産地である中国では、蕎麦の価値も、場合によってはその名前さえも知られていない地域が多い。

蕎麦に対するこうした日中間の認識の違いを手がかりとして、本調査研究を始めた。蕎麦の起源・品種・栽培・有効成分・栄養学的意味などの研究は両国ともに数多く存在するのに対し、古典医学の角度からの研究は少ない。そこで両国の古典医薬文献を研究・分析することによって、地理的環境・食習慣・時代背景および国家政策などの、古代における蕎麦に対する両国の認識の相違点または共通点を解明することを、本研究の目的とした。

研究題材として、まず、中国の文献については多くの古典医書があるため、そのなかから本草書

の集大成といえる明代の『本草綱目』までの、蕎麦についての記載がある各時代を代表する書籍を選択した。

『神農本草経』、『本草経集注』には蕎麦の記載はなく、最初に蕎麦の記載があるのは唐代の『備急千金要方』である。宋代、「校正医書局」の設立により『黄帝内経』『傷寒論』『難経』『諸病源候論』などの古典書籍の収集整理が行われ、理論・臨床各科・方剤の書籍が多く刊行された。その中の『和剂局方』『聖濟総録』のような方剤の書籍には蕎麦の記録はないため、蕎麦に関する新しい知見はないものの宋代を代表する本草書である『経史証類備急本草』を選択した。元代の『飲膳正要』は中医学史上初めての栄養学の専門書として知られることから選択した。

日本の文献については、『本草綱目』の影響を最も受けた江戸時代の『本朝食鑑』までの、蕎麦についての記載がある書籍を選択した。

最初の本草書である『本草和名』には大麦・小麦・青梁米・粟米・粳米などの記録はあるが蕎麦についての記載はなく、日本における蕎麦の初出

は平安時代の『医心方』である。『医心方』以降の600年間、“一世紀以上の間に医学研究は低迷に陥り、新しい医書の編纂著述活動は一切なされなかった”¹⁾。その後、宋代に刊行された『諸病源候論』などの影響で『頓医抄』、『万安方』などの疾病の原因・分類、治療方剤などの医書が多く出版されたが、本草書の量は少なく、またそのほとんどが蕎麦の記載がない『本草衍義』を底本としたものである。室町末期に活躍した曲直瀬道三が日本漢方を中興させてから江戸時代までは、多くの医薬書籍が出版された。特に『本草綱目』の影響で数多くの本草書が出版されており、その中で蕎麦に関する記載のある『宜禁本草』『閩甫食物本草』『庖厨備用倭名本草』『本朝食鑑』を選択した。

古典医書の蕎麦についての認識

1. 蕎麦に関する中国の古典医書の認識

1960年、甘粛省武威県で後漢時代の陵墓(25～220年)から蕎麦が発掘されたのに続いて、1979年には陝西省咸陽市楊家湾の4号西漢墓(BC206～AD8年)で蕎麦の種子が発見されており、漢代にはすでに蕎麦の栽培が始まっていたことが推定できる²⁾。蕎麦の効能についての最も早い記録は孫思邈(581～682年)著『備急千金要方』に見られる。表1の様に、孫思邈は蕎麦が消化に良くないことを指摘している。同じように、蕎麦麵と豚肉と羊肉と一緒に加熱して食べると、8,9食も食べないうちに、体内に熱風が生じて眉毛や頭髮が脱げ落ちるので、蕎麦は食用に適さない、とその著書の中で見解を示している。

唐慎微(1056～1093年頃)は、表1の記載のように、『経史証類備急本草』の中で、蕎麦の味は甘味に属し、「胃腸の強化、体力増強、丹石の毒性抑制、五臓の積聚・残渣の除去、精神力の維持」などの効能があると記している。ここでは蕎麦の味が酸味であるとした孫思邈の認識を覆し、蕎麦の害を認める一方で、蕎麦には人体を補益し疾病を除去する両面の効果があることを示唆している。

元代の『飲膳正要』の著者は、蒙古族出身の忽

思慧(生没不詳)である。蕎麦に関する本書の論旨は、表1に見られるように、『経史証類備急本草』とほとんど同じであり、目新しい見解はない。

明代の李時珍(1518～1593年)の『本草綱目』は蕎麦について最も詳細に記載した典籍である。表1の様に、蕎麦の性味を平・寒・微寒、甘味、無毒と規定し、効能と使用法についても胃腸の強化、気力の補益、精神の維持などの補益強壯と、五臓滓穢の除去、丹石毒の抑制などの疾病除去という2つの側面から詳細に論述している。

2. 蕎麦に関する日本の古典医書の認識

丹波康頼(912～995年)は、中国から伝来した医薬学典籍248部を参考にしたうえで、独自の見解を加えて『医心方』を著した。書中では、日本最古の蕎麦の効能を記述するとともに、蕎麦が消化しにくいいため多食してはならないと警告している。

曲直瀬道三(1507～1594年)が著した『宜禁本草』と名古屋玄医(1628～1696年)の『閩甫食物本草』には表1に示すように、両者の蕎麦についての認識は、『経史証類備急本草』と基本的に一致している。すなわち蕎麦は人体を補益し疾病を除去する作用があると同時に、一方で長期摂取が人体に有害反応をもたらすことを指摘している。

独学で大成した向井元升(1609～1677年)は、その著書『庖厨備用倭名本草』の中で、蕎麦についての認識は他の古医書の文章を踏襲するものの、蕎麦切りを多食したために健康を害した者が非常に多くいることにも言及している。この一節から、蕎麦が当時すでに商品化されており、蕎麦麵が普及していたことを窺い知ることができる。

『本朝食鑑』の著者である人見必大(1642～1704年)は自序の中で、自身の著作が『本草綱目』を下敷きにしていることを明らかにしているとおりに、蕎麦の性質・味・効能についての見解は李時珍と一致している。ただし表1からもわかるように、彼が日本の国情を考慮して蕎麦に対する認識をいくらか改め、蕎麦には情緒を安定させ、湿熱・疝気を治療する作用があると指摘している。

表1 蕎麦性味・効能一覧表

書名	性	味	毒	効能	害	
備急千金要方 627~656年	微寒	酸	無		食之難消, 動大熱風葉生食動刺風, 令人身痒	作麵和猪, 羊肉熟食之, 不過八九頓, 作熱風, 令人眉鬚落
經史証類備急本草 1082年	平寒	甘	無	実腸胃, 益氣力, 挫丹石, 能鍊五臟滓穢, 續精神	久食動風令人頭眩, 動諸病, 葉多食即微洩	和猪肉食之患熱風脫人眉鬚
飲膳正要	平寒	甘	無	実腸胃, 益氣力	久食動風氣, 令人頭眩	和猪肉食之, 患熱風, 脫人眉鬚
本草綱目	平寒 微寒	甘	無	実腸胃, 益氣力, 續精神, 能鍊五臟滓穢, 磨積滯, 消熱腫風痛, 除白濁白帶, 脾胃積洩瀉, 治痢疾, 治絞腸沙痛, 治小兒天吊及痿節風力中亦用之	食之難消, 久食動風, 令人頭眩 葉多食即微泄	作麵和猪, 羊肉熟食, 不過八九頓, 即患熱風, 鬚眉脫落, 不可和黃魚食
医心方	寒			丹石を押し, 能く五臟の滓を鍊り, 精神を統ける	消し難し, 熱風を動ず, 多食に宜しからず, 諸病を動ず,	
宜禁本草	平寒	甘		実腸胃益氣力猶挫丹石	久食動風頭眩 葉多食即微泄, 風濕麻痺不仁之人禁之	和猪肉食患熱風脫眉鬚
閱甫食物本草 1669年	平寒	甘	無	寬腸胃益氣力統精神能鍊五臟滓穢, 一年沈積在腸胃者食之亦消去	食之難消久食動風令人頭眩	作麵和猪羊肉熟食不過八九頓即患熱風鬚眉脫落
庖厨備用倭名本草 1671年	平	甘	無	腸胃ヲ実シ氣力ヲアマシ精神ヲ繼ギヨク五臟ノ滓穢ヲ子リトリトカス丹石毒ヲ消シ氣ヲ降シ腸ヲ寬ク積滯ヲ磨シ熱腫風痛を消シ白濁白帶ヲ除ク	蕎麦麩久食多食多食スレハハ風氣ヲ動シ頭眩ヲナス多食多食スレハハコシ洩ス	猪肉ト合食スレハ熱風ヲ生シ鬚眉脫落者 蕎麦切餅餅同物而餅餅食之不見中者麻胃不能多食, 蕎麦切因多食被害者甚多
本朝食鑑	微寒 平	甘	無	氣分をおだやかかにし, 腸を寬げ, 胃腸の滓穢・積滯を鍊す, 水腫・白濁・泄痢・腹痛・上氣を治す, 氣を盛んにし, 濕熱, 疝, 一切の腫毒・背に染した難垣および瘡頭の黒凹, 小兒の丹毒, 天吊, 歴節風を治す,		糯米と蕎麦を一緒に摂ると害がある。山菜は蕎麦の毒を殺す。

3. 蕎麦の性質と味

表1に列挙した9冊の古典医書を見ると、蕎麦の性質について『庖厨備用倭名本草』が平性、『医心方』が寒性としている以外は、平寒性が5つ、微寒が3つとなっている。いずれも蕎麦の性質は寒性に偏るものであって、温熱性がないことを示している。

蕎麦の味については、『医心方』が言及していないことと、『備急千金要方』で酸味としているのを除けば、その他7冊の古医書はいずれも甘味であるとしている。甘味には「胃腸を充実させ、気力を向上させ、精神力を持続させる」効能があるとしている以外に、甘味は美味しく、好ましい食べ心地がし、食材としての条件に適している、と述べている。

4. 蕎麦の応用

1) 蕎麦の薬用：表1と表2に記したように、蕎麦の応用については、諸書の中で『本草綱目』が最も詳しく記載されており、同書では、内科・外科・皮膚科・婦人科の22種類の病症に対する16種類の治療法が列記され、白髪染め、シラミやノミの駆除などにも用いられていたことが記されている。蕎麦の効能は、①胃腸を充実させる、②体力を補益する、③精神力を持続させる、④五臓の糟粕を除去する、⑤丹石による中毒症状を消去する、⑥清熱消腫し、丹毒によって赤く腫れた熱瘡・癰疽・浮腫を治療する、⑦降気寛腸し、積滯を除去し、脾積による下痢・痢疾・乾霍乱を治療する、⑧熱腫風痛を消去し、小児の天吊や歴節風を治療する、⑨情緒を安定させ、気力を旺盛にすることによって疝気や湿熱を治療する、⑩男性の白濁と女性の白帯を治療する、などのようにまとめている。

蕎麦についての日本の古典医書の認識は、中国の古典医書をほぼ踏襲しているため、表示されている薬用的作用はほとんど中国と違いがない。ただ違う点といえば、『本朝食鑑』の著者が蕎麦の効能について、表2の様に、自ら蕎麦を用いて酒酔いを治療した経験や、食べ過ぎたときの食欲不振・腹痛・下痢・疝気などの5疾患に対し

て確かに効果があったという治療経験を紹介し、蕎麦の一定の薬効を明記したことである。

2) 蕎麦の食用：中国の古典医書は、蕎麦の食用的価値については明らかにしていない。表1に列挙した『備急千金要方』ではすでに蕎麦麵について取りあげているが、それは蕎麦の害についてであり、豚肉や羊肉と一緒に食べるのは適さないという、食べ合わせについての記述の中で触れられたものである。『本草綱目』でも、食用については、蕎麦飯（蕎麦を蒸してから日に晒し、蕎麦の実が爆ぜたら（蕎麦の種子が自然にはげて口を開けること。）脱穀して臼で搗き、蕎麦粉を取り出して作る）や蕎麦煎餅（にんにくと組み合わせる）、湯餅（河漏）、粉餌などの食品名を簡単に紹介しているだけである。

いっぽう、日本の『本朝食鑑』は、多くの紙幅をさき、次のように蕎麦切りについて詳細な説明を行っている。すなわち江戸初期に行われていた、蕎麦米から粉に挽き、篩にかけ、粉をこね、のし、切って煮て、麵を洗うという、蕎麦切り作りの全過程と、蕎麦切りを食べるときに鰹節・塩・醤油を組み合わせる用いること、大根・山葵・橘皮・唐辛子・海苔・梅干しなど調味料の組み合わせ方や作り方などを記しており、同時に蕎麦掻きや蕎麦湯などの作り方と食べ方までも紹介している。本書の文章から、江戸時代初期にはすでに蕎麦の食用的価値が多くの人々に注目され、実際に使用されていたことがよくわかる。

蕎麦の生育環境の影響

蕎麦には、播種から収穫までわずか2、3カ月と生育期間が短いという特徴があり、低温で乾燥した環境に適合し、酸性の痩せた土壌でも育つ農作物であるため、寒冷な高原地帯に広く分布している。

1. 中国における蕎麦の生育環境

蕎麦の原産地はアジア東北部から中国南部にかけてであり、10世紀から13世紀にはすでに中国で広く栽培されていた³⁾。『備急千金要方』には“黄帝云：作麵和豚，羊肉熟食之，不過八九頓，

表2 蕎麦の応用のまとめ

書名	食用	薬用	
		病症	治療法
本草綱目	蕎麦飯	咳嗽・喘息・呼吸困難	蕎麦粉，茶末，生蜜，水を混ぜ合わせて飲む
	蕎麦煎餅	噎膈	蕎麦茎を焼いた灰を鍋に入れ煎じて白霜を取る．蓬砂と混ぜる
	湯餅（河漏）	水腫	蕎麦粉，生大戟水で餅を作り，焼く
		絞腸沙痛	蕎麦粉を黄色になるまで炒る
		痢疾	蕎麦粉と砂糖を混ぜるか鶏子白丸を合わせる
		小腸疝氣	炒った蕎麦の実を胡蘆巴酒に浸けてから晒す．蕎麦の実と炒めた小茴香を粉末にし，丸剤にする．塩酒で飲む
		白濁尿・赤白帯下	蕎麦を焦げるまで炒り，粉末にする．卵白を加えて丸剤にする．塩水と一緒に飲む
		積聚敗血	蕎麦粉と大黃を粉末にし，寝る前に酒で調和し飲む
		瘡頭黒凹	蕎麦を煮て食べる
		蛇盤瘰癧	蕎麦（炒去殻）・海藻・白僵蚕（炒去絲）を粉末にし梅肉と混ぜて，绿豆大の丸にする
		頭風・畏冷・風眼	蕎麦粉餅を作り，患部に貼り付ける
		痘瘡潰爛	蕎麦粉を創面に塗る
		癰疽発背	蕎麦粉と硫黄を粉末にする
		九漏	蕎麦灰を用いる
		湯火傷灼	蕎麦を黄色になるまで炒った粉末
		癰疽惡肉・ほくろ	蕎麦茎を焼いて灰を用いる
		シラミ・ムカデ・白髪	蕎麦と針砂を酢で調和し，頭部に塗る
本朝食鑑	蕎麦切りつゆ	飲みすぎ，食べ過ぎのため食欲がない時	蕎麦切2，3碗を食べさせる
	蕎麦掻き	伝染性疫病	蕎麦粉1錢と牡蠣粉8分を，温湯あるいは冷水で飲み下す
	蕎麦湯	宿食腹痛	蕎麦麩に白塩少々を和して姜湯で飲み下す
		経年久疝	蕎麦麩1錢・茴香・塩炒5分を温酒で飲み下す
		浣衣・洗髪	

作熱風，令人眉鬚落，又還生，仍稀少．涇邠以北，多患此疾”とある⁴⁾．涇は甘肅・寧夏・陝西の各省を流れる涇河あるいは涇河流域の地方を示し，邠は唐時代の地方名で今の陝西省の彬県周囲を指す．いずれも孫思邈が終生暮らした黄土高原地帯の陝西省耀県に近いところである．蕎麦がこの地方で産出していたことがわかる．李時珍は“蕎麦南北皆有……北方多種……南方亦種”⁵⁾と記す．蕎麦の主な分布地域が中国の総面積の43%を占める黄土高原と雲貴高原，青藏高原である．これ

らの地域の多くは山岳丘陵地帯に属し，作付面積が狭いうえに，気候が劣悪で降水量が少なく，農作物といえば小麦以外では蕎麦などの雑穀しかなく，生産量も少ないことが理解できる．またこれらの地域は地形が険しいために交通・輸送が不便で，他の地域との食料の流通が少ないため，これが蕎麦の知名度が低い原因の一つと考えられる．

2. 日本における蕎麦の生育環境

古代，朝鮮半島や沿海地域を経て蕎麦が日本に

伝わると、AD500年頃には信州黒姫山麓で焼き畑農法による蕎麦栽培が始まった⁶⁾。『本朝食鑑』には、“蕎は四方どこにもある。東北に最も多く産し、質も佳い。西南は少なくて佳くない”⁷⁾と記す。日本の東西南北のどの地域にも蕎麦はあるが、東北の生産量が最も多く品質も良いのに対し、西南地方は生産量も少なく質も良くないと伝えている。国土の約73%を占め南北を貫く山岳地帯では、朝夕の気温が低く、蕎麦の生育に適し、江戸時代にはすでに蕎麦が広く栽培されていたことがわかる。

日中両国の食習慣に蕎麦が占める位置

1. 中国の食習慣において蕎麦は取るに足りないものだった

表1のように、古典医書には蕎麦を食すれば身痒・頭眩・難消などさまざまな病症を引き起こし、眉毛や頭髪が脱げ落ちる場合さえあると指摘している。医家たちが書き残した蕎麦のマイナス面は、はっきりとは認識されていないが、その時代に蕎麦がアレルギーのようななんらかの否定的効果を生み出していたことを反映している。これが民衆に蕎麦に対する偏見を植え付け、蕎麦の利用を妨げ、食用から除外した大きな要因になったことは、否定できない。

また、中国は、食生活において美酒美食にこだわると同時に、食養生をも尊重する国柄である。紀元前に成立した『周礼』には、食品メニューとしては、六畜・六獸・六禽があり、佳肴が八珍、美味が120品、醬が120種類あった。時代が下るにつれ、料理は広東料理・上海料理・四川料理・山東料理・満漢全席・宮廷料理など様々な系統へと分化していったが、どの系統の材料にも蕎麦は利用されていない。蕎麦は普及せず、農家で越冬用穀物として備蓄されるものであり、一部の地域に限られた閉鎖的な食文化でしかなかった。

2. 日本の江戸時代には蕎麦はすでに地位を確立していた

古代、朝鮮半島や隋・唐時代の中国から伝来した食文化は、日本の風土や気候の影響を受け、独

自の食文化を創りあげていった。蕎麦が加工食品として最初に登場したのは奈良時代であり、平安時代には蕎麦によって粥やご飯が作られ、室町時代には蕎麦粥や蕎麦餅が作られていたことが明らかになっている⁸⁾。そして1438年発行の『蔭涼軒日録』には、食品としての蕎麦が初めて登場している⁹⁾。1574年刊行の『定勝寺文書』には、蕎麦切りを含む当時の供物の目録が残されている¹⁰⁾。1603年に江戸幕府が開府されると、首都江戸を建設するために腕のいい職人たちが江戸に集まり、一挙に増大した流入人口に食物を供給しなければならぬという問題が浮上した。そこで大衆にもはやされ流行したのが、簡単に作れて美味しくしかも安価な蕎麦であった。都市建設の需要が蕎麦の普及拡大を後押しする結果となった。1643年日本で最初に出版された料理本である『料理物語』には、蕎麦切りの具体的な作り方が紹介されており、すでに蕎麦が日常生活に欠かせないものとなっていたことがわかる。1697年刊行の『本朝食鑑』には、江戸時代における日本での蕎麦の分布と栽培方法、蕎麦麵・蕎麦粥の作り方、大根の産地や付け合わせの作り方、蕎麦湯を飲む必要があるかどうかについても、詳細に記載されている。このことから、江戸時代にはすでに蕎麦の作り方が定型化され、食生活に欠かせない重要な地位を占めていたことがわかる。

政府の政策による蕎麦への影響

1. 米の南糧北運が中国の飢饉対策

中国は、古代より農業立国の国であるとともに、自然災害に苦しめられ続けた国でもある。記録によれば、“前漢の武帝時、被災地の農民たちに冬小麦の植え付けを奨励し、後漢の恒帝時には、被災地にカブを植えて飢饉を救うように指示した”¹¹⁾という。朝廷は救済策として小麦やカブを植えさせてはいるが、蕎麦を植えさせてはいない。十六国時代には、中国経済の中心はしだいに南方へと移っていった。南方の気候条件は水稻栽培に適しており、宋元時代には、水稻は南方の主要農作物として朝廷から重視され普及させられた。明清時代には、水稻には二期作米と三期作米

とが可能となり、農作物の中心となるとともに、栽培方法が北方にも伝えられ、中国の主要産物へと成長していった。またこの時期には、海外からサツマイモ・トウモロコシ・ジャガイモなどの作物が陸続と中国に輸入された。これらの農作物は寒さにも干ばつにも冠水にも強く、山間部・高原・痩せた土壌のどこにでも植えることができたため、急速に拡大して主要作物となり、蕎麦を含む五穀・雑穀に取って代わった。

2. 蕎麦は飢饉対策穀類として日本政府によって推奨され普及した

日本における蕎麦の栽培は、天皇詔書から始まった。722年7月19日元正天皇は“今夏無_レ雨、苗稼不_レ登。宜_レ令_下天下国司、勸_二課百姓_一、種_二樹晚禾・蕎麦及大小麦_一、蔵置儲積、以備_中年荒_上”¹²⁾（今年の夏は雨が降らず、稲の苗が育たない。天下の国司に命じ、百姓に割り当てて、晩稲・蕎麦・大小麦を植えさせ、倉庫に蓄え、飢饉に備えよ）という詔書を発布し、各地の官吏に命じ、大衆を動員して、晩稲・蕎麦・大麦・小麦を植え、貯蔵して飢饉に備えよと指示している。120年後の平安前期、自然災害で凶作になり、大飢饉が発生した。そこで太政官府は政令を発布して蕎麦を植えるように指示している。また翌年、出羽の国などの地方でも、災害および飢饉対策として、蕎麦などの雑穀を植えるよう政令を発布している¹³⁾。室町時代になると、自然災害や戦乱などによって飢饉が引き起こされたために、蕎麦までが年貢品の中に加えられている。蕎麦は自然災害時などに飢饉対策用穀物として必ず利用されている。このように、政府の関与と命令によって、蕎麦は日本の多くの地域で栽培されるようになっただけでなく、大いに宣伝されて知らぬ者のない食材となった。

ま と め

隋唐時代より、日中両国の間には医学交流が始まり、大量の医学・本草学の古典書籍が中国から日本に伝来し、日本の医薬学に大きな影響を与えると同時に、古典医書を通じて日本の食文化にも

大きな影響を与えた。そのうちの1つが、蕎麦である。両国の年代が近い古典医書を比較分析した結果、蕎麦の生育上の特徴・植え付けに必要な環境、性・味・効能などについての日中両国の記載は基本的に一致していることがわかった。ただし蕎麦の使用については、日中に大きな隔たりがあった。

中国の古典医書では蕎麦に対する評価は、蕎麦の薬用的価値と臨床応用面が中心であった。食用としては、古代より農作物の中心は水稲と小麦であり、収穫量が多く高品質の農作物であるトウモロコシ・サツマイモ・ジャガイモなどが登場し、国家としての政策もこれら高収穫率の作物を奨励したため、蕎麦の栽培および使用は妨げられた。また、蕎麦は産地や流通などの条件に恵まれなかったために、人口の少ない僻地にしか生育しなかった。中国の政治、経済、文化の中心は、人口の多い中原地帯と江南地帯に集中しており、これらの地域では生産も流通もしていない蕎麦は、食材として使われるはずもなかった。一貫して蕎麦は自給自足のための作物と位置づけられ、普及も拡大もしなかった。

しかし、蕎麦が日本に入ると、その風土や人情に溶け込み、しだいに中国古典医書の桎梏から解放されていった。日本の古典医書では蕎麦の食用としての価値が見直され、さらには政府が飢饉対策として指示したため、蕎麦は多くの地域で栽培されるようになった。そして都市建設が始まって社会的需要が増大すると、蕎麦を食用として加工する方法が江戸時代に普及・定着していったことにより、蕎麦は日本の食生活になくはならないものとなった。

謝 辞

本研究を進めるにあたり、ご指導とご校閲を頂きました医史学研究室・酒井シヅ名誉教授のご配慮とご指導に感謝申し上げます。

参考文献

- 1) 小曾戸洋. 漢方の歴史. 東京:大修館書店; 2004. p.122
- 2) 趙鋼・陝方主編. 中国苦蕎. 北京:科学出版社; 2009. p.55
- 3) 五明紀春監修. 食材健康大事典. 東京:時事通信社; 2005. p.125
- 4) 唐・孫思邈撰. 魏啓明ら点校. 備急千金要方. 北京:中医古籍出版社; 1999. p.821
- 5) 李時珍. 本草綱目 第3冊(校点本). 北京:人民衛生出版社; 1978. p.1459
- 6) 笠井俊彌. 蕎麦 江戸の食文化. 東京:岩波書店; 2001. p.3-4
- 7) 島田勇雄訳. 本朝食鑑1. 東京:平凡社; 1985. p.74
- 8) 奥村彪生. 日本めん食文化の一三〇〇年. 東京:農山漁村文化協会; 2009. p.394
- 9) 伊藤汎. 麵類ではじまるわが国の粉食史. FOOD CULTURE 2008. (16): p.3-4
- 10) 笠井俊彌. 蕎麦 江戸の食文化. 東京:岩波書店; 2001. p.3-4
- 11) 卜風賢・邵侃. 中国古代救荒書研究総述. 古今農業 2009; (1): p.102
- 12) 青木和夫・稲岡耕二・笹山晴生・白藤礼幸校注. 新日本古典文学大系 13 続日本紀二. 東京:岩波書店; 1990. p.122
- 13) 奥村彪生. 日本めん食文化の一三〇〇年. 東京:農山漁村文化協会; 2009. p.375-376

Different Uses of *Fagopyrum Esculentum* Moench (Buckwheat) in Japan and China: What Ancient Medical Documents Reveal

Nami TATSUMI^{1),2)}, Eiji MARUI²⁾

¹⁾Juntendo University School of Medicine Research Student, Department of Public Health

²⁾Honzo School of Traditional Chinese Medicinal Meals

The purpose of this thesis is to demonstrate that buckwheat has been recognized, both in Japan and China, as a crop that is useful in many ways: as an agricultural crop, and for the healing powers and properties that, according to traditional Chinese medicine, it has. A comparative study of ancient documents pertaining to medicine in these countries has made it clear that this is the case. Buckwheat, however, has been used quite differently in each country. As is shown in some ancient Chinese documents pertaining to medicine, China has treated buckwheat primarily as a medicine for clinical use rather than as an edible crop. Nowadays, buckwheat is eaten only in some regions of China. Although it came to Japan from China as a medicine, in Japan buckwheat gradually became a popular food crop. It has become an important component of traditional Japanese cuisine thanks in part to government support and the strong demand that developed in Japanese society.

Key words: *Fagopyrum esculentum* Moench (Buckwheat), ancient medical documents, medicine, edible