

凍み餅を受け継ぐ担い手の意識と食文化継承

—会津地域における作り手へのインタビュー調査より—

中村 友希

1. 研究背景

本研究のきっかけは、柳津町の伝統的な保存食に触れた経験にある。保存食は地域の暮らしや歴史、自然環境と結びついた文化的存在であり、その継承を担ってきた作り手の役割に関心を持った。

近年、食生活の簡便化、単身・高齢者世帯の増加、新型コロナウイルス感染症による地域行事の縮小などにより、家庭や地域における食文化の継承は困難になっている。特に手間や時間を要する保存食は、作り手の高齢化や担い手不足により、継承の危機に直面している。

会津地域に伝わる凍み餅(しみもち)は、冬季の寒冷な気候を活かして作られてきた保存食であり、地域の自然条件と生活文化を反映する代表的な食文化である。しかし、現在では作り手が限られつつある状況だ。

以上を踏まえ、凍み餅がどのように受け継がれてきたのか、また作り手がいかなる意識や価値観をもって凍み餅作りに関わっているのかを明らかにすることは、今後の食文化継承のあり方を検討する上で重要であるといえる。

2. 研究目的と意義

本研究は凍み餅という地域らしさを体現する保存食を対象とし、作り手自身の語りを通して食文化継承の実態を捉え直すことを目的とする。

作り手がどのような経緯で凍み餅作りを学び、どのような思いをもって凍み餅作りを継続しているのかを明らかにする。これにより、今後の食文化継承を考える上で手がかりを提示することを目指す。

3. 凍み餅の概要

3.1 凍み餅とは

主に東北地方や信越地方などの寒冷な地域で作られてきた伝統的な保存食である。餅を凍結と乾燥によって加工することで長期保存を可能にした食品であり、冬季の食料確保を目的として人々の暮らしの中で発展してきた。

かつては農作業の合間に食べられる農家のおやつとしても親しまれてきた。地域や家庭によって形状や呼び名、食べ方に違いが見られるものの、寒さを利用して餅を保存するという基本的な考え方は共通している。

このように凍み餅は、自然環境と密接に結びつき

ながら生まれた、地域性の強い食品であるといえる。

3.2 凍み餅の基本的な作り方

- ① つきたての餅を容器に入れて数日おく
- ② 固まった餅を適当な大きさにカットし紙に包む
- ③ 紙に包んだ餅を紐で編んで干して乾燥させる(1~2か月)

昼夜の温度差により、凍みて溶けてを繰り返すことで水分が抜ける

- ④ 水で戻して焼く/揚げて味付けをする

4. 先行研究

4.1 伝統的保存食に関する先行研究

伝統的保存食に関する研究として、今田・藤田(2003)は、日本各地に伝承されてきた塩辛・魚醤を対象に、製法や食習慣、地域の特徴を整理している。

保存食が寒冷な気候条件を有する地域や日本海側を中心に多く見られることを示し、冬季の食料確保や、漁獲物・農産物の有効活用が成立背景にあると指摘されている。さらに、塩分濃度の調整や乾燥、密閉、低温環境の活用といった加工技術は、長年の経験に基づき形成され、保存性の向上に寄与してきたとされる。

これらの点から、伝統的保存食は単なる食品ではなく、自然環境や地域資源に適応して形成された生活文化の一部として位置づけられる。

4.2 食文化の継承に関する先行研究

地域文化や食文化の継承に関する研究では、家庭での自然な伝承が困難になっている現状を踏まえ、継承を支える人間関係のあり方や意図的な学習・体験の重要性が指摘されている。

まず、家庭内の継承について、塩谷(2002)は3世代(祖母・母・娘)の女性を対象に正月料理の調査を行い、継承の鍵はレシピの伝達といった技術的側面ではなく、世代を超えた共働調理と共食という経験にあると指摘した。これらのプロセスが家族の絆を強め、次世代の継承意欲を高める要因となる。一方で、継承の質には親族関係が影響しており、実母から教わる料理には情緒的な愛着が湧きやすい反面、婚家(夫側)の料理は嫁役割としての義務感やストレスを伴いやすく、継承が断絶するリスクを持つことが示されている。

このような対人関係を伴う経験の重要性は、教育現場においても確認されている。長屋ら(2011)は、地

域の行事食を対象に、児童と親世代への聞き取り調査や教材作成、調理実習を組み合わせた実践を行い、由来や意味を学びながら体験する学習が、食文化への関心と理解を高めることを明らかにした。さらに木村ら(2025)は、大学生が郷土料理を調査・発表・調理する活動を通じて、家族への聞き取りや方言を交えた紹介を行うことで、郷土料理を個人的な記憶として再認識する契機となることを報告している。

これらの研究は、食文化の継承において、単なる知識の伝達ではなく「自ら調べ、聞き、作る」といった主体的な行動が重要であることを示唆している。食文化の継承が家族内の自発的な伝承に依存するのではなく、学校や地域といった場を活用した意図的な取り組みによって支えられる可能性を示している。

一方で、既存研究の多くは家庭内や教育的実践を通じた継承に注目しており、地域産業や就労との関わりについては十分に検討されていない。そこで本研究では、この家族外・地域内でのつながりに着目し、凍み餅がどのように受け継がれているかを考察する。

4.3 福島県の凍み餅に関する研究

福島県内における凍み餅を中心とした保存食文化の現状を把握するため、近年公表された2つの調査報告書をもとに、その文化的背景と継承の実態を整理する。

まず、福島県柳津町教育委員会(2024)による奥会津地方の調査報告である。同報告書では、保存食を厳しい冬を生き抜くための「命をつなぐ知恵」と位置づけ、西山地区におけるごんぼっぱ(ヤマゴボウの葉)を用いた凍み餅の事例を報告している。西山地区は、1,000メートルを超える高い山々に囲まれているため、12月から3月までの5ヶ月間は2m~4mもの積雪に閉ざされる。このような過酷な自然環境下では、春から秋に蓄積した食材をいかに保存するかが生存の鍵となった。このような寒さを活かして凍み餅も作られてきた。凍み餅のほかにも、雪の冷たさを利用した納豆や川魚の干物など、厳しい自然の中で生き抜くための豊かな食文化が根付いている。

柳津町の調査では、近年の暖冬による自然条件の変化や、冠婚葬祭といった食を披露する場の消失が、食文化の継承が困難になっている要因として指摘されている。これは、伝統食の存続が個人の努力だけでなく、地域の自然環境や社会的習慣に強く依存していることを示唆している。

次に、飯舘までい文化事業団(2025)による阿武隈高地の凍み餅に関する調査報告がある。阿武隈地域は夏に「やませ」による冷害を受けやすい地理的条件にあり、阿武隈高地の中腹にある飯舘村の凍み餅は、幾多の冷害や災害を乗り越えるための救荒食として人々の命を支えてきた歴史を持つ。餅の原料としてオヤマボクチ(ヤマゴボウの一種)の葉を用いる

点に特徴がある。同報告書の聞き取り調査によれば、凍み餅の製法は嫁ぎ先や父母、祖父母から教わるなど、その多くが家庭内で伝承されていた実態が報告されている。しかし、2011年の東日本大震災に伴う避難生活やその後の帰還、さらに核家族化や生活様式の変化は、こうした家庭内伝承の仕組みに変容をもたらした。震災による生活の中断と作り手の高齢化により、世代を越えた技の伝達が困難になり、文化の断絶が深刻な課題となっている。こうした食文化の継承には、技を深掘りする「縦の展開(新しい食べ方の追求など)」だけでなく、体験ツアーやビジネス展開といった「横の展開」の必要性を指摘している。

また、復興庁の産業復興事例集(2023: 104-107)では、葛尾村の有限会社ふるさとのおふくろフーズによる凍み餅の製造再開が紹介されている。同社は、地域の主婦グループによる活動を起点として1998年に法人化され、凍み餅を村の特産品として発展させてきた。しかし、2011年の東日本大震災および東京電力福島第一原子力発電所事故により全村避難を余儀なくされ、事業は一時中断された。その後、原材料であるごんぼっぱの苗を自ら育てるなど、原料確保の工夫を重ねながら再建に取り組み、2017年には新工場を整備して製造を再開した。この過程では、避難先から種を提供する支援や、地域住民が育てた原料を提供する協力など、周囲の人々による支えが事業継続を後押しした点が特徴的である。また、大学生との連携によるレシピ開発や新たな食べ方の提案など、凍み餅の付加価値向上にも取り組んでいる。この事例は、凍み餅が単なる伝統食にとどまらず、震災後の地域産業の再生や、次世代との関わりを生み出す文化資源として活用されている事例であることを示している。

これらの先行研究および実践事例から、凍み餅は単なる保存食にとどまらず、福島自然環境や災害の経験と深く結びついた食文化として位置づけられていることが確認できる。また、地域産業や若い世代との連携を通じた活用の動きも見られ、継承のあり方が多様化しつつあることがうかがえる。

5. インタビュー調査の概要

5.1 調査方法

会津地域で凍み餅を作っている担い手4名を対象に、対面式のインタビュー調査を実施した。調査日は、2025年12月14日(Bさん)、12月25日(Aさん)、2026年1月13日(Cさん、Dさん)である。但し、後日電話で短いインタビューを補足的に行った。

5.2 調査協力者の属性

Aさん:会津若松市河東地域(旧河東町)在住、70代、女性、農家

Bさん:只見町在住、70代、女性、主婦

Cさん:60代,女性,就労継続支援B型事業所¹
理事長

Dさん:40代,女性,同上の事業所職員

● それぞれの凍み餅の特徴

Aさん:うるち米(8割)もち米(2割)使用

Bさん:もち米を使用した餅に小エビやじゅうねん
(エゴマ)などの具材を混ぜた凍み餅

就労継続支援B型事業所:うるち米使用

5.3 主な質問項目

- いつから作っているのか
- 誰から教わったのか
- 凍み餅作りで大切にしていること
- 凍み餅の用途,提供のされ方

6. インタビュー調査の結果

6.1 個人の作り手による凍み餅作り

AさんおよびBさんはいずれも45歳頃から凍み餅作りを始めており,幼少期から凍み餅に親しんでいたものの,本格的な製法は後年になって学んだ点が共通している。製法の習得経路については,両者とも友人から教わっており,Aさんは農家の奥さんの会(ふたば会)の友人を通じて技術を習得した。一方,Bさんは当初,職場の同僚だった友人から教わったが,その後さらに別の地域住民や嫁ぎ先の義父母にも積極的に教えるを請うことで,より上手に作れるよう工夫を重ねていった。このことから,凍み餅の継承は血縁関係に限定されず,地域内の人間関係や横のつながりを通じて行われている側面が示された。

凍み餅作りにおいて重視している点には個人差が見られた。Aさんは,会津若松市河東地域(旧河東町)産の米を使用するなど地産地消へのこだわりを持ち,原材料の質を重要視している。一方,Bさんは「溶ける・凍みる・溶ける・凍みる」を繰り返す工程に価値を見出し,製法の過程そのものを大切にしている。このように,同じ凍み餅であっても,作り手の経験や価値観によって重視される要素が異なることが明らかとなった。

凍み餅の提供方法にも違いがある。Aさんは地域の病院内の売店などで販売を行っているのに対し,Bさんは現在商業販売を行わず,友人や親戚への贈答品として作り,お手製のホッケ缶や山菜漬けなどとともに詰め合わせて送っている。こうした提供形態は,単なる食品の共有にとどまらず,贈答品として地域の味や文化を伝える役割を果たしているといえる。

また,Bさんは凍み餅の素朴で懐かしい味わいや栄養価を評価しており,凍み餅を贈ることで周囲に喜んでもらえる点に大きな意義を感じていると語っていた。このことから,凍み餅作りは経済的価値だけで

なく,人とのつながりや感情的価値を伴う営みとして捉えられていることがうかがえる。

6.2 就労継続支援B型事業所による凍み餅作り

就労継続支援B型事業所では,障害者総合支援法の見直し(2016年3月)により従来の委託事業が中止されることとなり,事業内容の見直しを迫られた。委託事業への依存に対する不安が高まる中,利用者に安定した工賃を支払うための新たな収益源を確保する必要が生じたことが,凍み餅製造に着手する契機となった。事業所内で検討を重ねた結果,新たな取り組みの一つとして凍み餅の製造が選択された。理由として,会津の伝統的な菓子であること,作り手の高齢化が進んでいること,他の就労支援事業所では取り組まれていない点などが挙げられた。

凍み餅は,会津の厳しい寒さを表す方言「寒じる(かんじる)」に象徴されるように,地域特有の気候条件を活かして作られる食品である。インタビューでは,かつて各家庭の軒先に凍み餅が吊るされている光景が一般的であった一方,現在の若い世代にはその記憶が乏しいことが語られた。こうした背景から,事業所は凍み餅作りを単なる生産活動ではなく,「失われつつある地域の記憶や文化を残す実践」として位置づけていることが明らかとなった。

凍み餅製造は2017年に計画が開始され,製法の習得にあたっては,職員や理事長が地域の高齢者や作り手を訪ね歩きながら学んだ。Dさんは「とにかく歩き回った」と振り返っており,家族内継承ではなく,地域を横断する探索的な学習によって技術が獲得された点が特徴的である。製造においては,気候条件や作りどきの見極めを特に重視しており,「寒じる」寒さが品質を左右する重要な要素であると認識されている。完成した凍み餅は,会津地域のファーマーズマーケットや事業所のウェブサイト等を通じて販売されている。事業所のウェブサイトで受注する際には,説明書を箱に添付するなど,この地域における凍み餅の文化的価値を伝える工夫が行われている。

職員の中には,事業所に関わるまで凍み餅を知らなかった者もあり,製造・販売を通じて地域文化への理解が深まったとDさんは語った。また,地域住民や支援者との関わりを通じて,「地元のを地域のために残したい」という意識が共有されていることがCさんとDさんの語りから確認された。味については「懐かしさ」を重視し,現在は醤油味に限定している。新たな味への展開には,味付けの調整に難航しており難しさを感じているという。

利用者の作業参加については,安全面に配慮し,刃物や油を使用しない編み作業やパッケージのシール貼りなどを担当している。これにより,利用者

¹ 一般企業で雇用契約が困難な方が,軽作業や施設外就労等の生産活動を行い,知識・スキル向上や社会参加を目指す

非雇用型の障害福祉サービスである。

の安全を確保しつつ、伝統文化に触れる機会を提供するという、福祉と食文化継承を結びつけた実践が行われている。

7. おわりに

7.1 人との繋がりを基盤とした食文化の継承

調査の結果、凍み餅作りは家族内だけで自動的に受け継がれてきたものではなく、地域内の人間関係を通じて学ばれ、継承されてきた実態が明らかとなった。

個人の作り手であるAさん、Bさんはいずれも、地域の友人や知人から凍み餅作りを学んでおり、継承が親族関係に限定されていないことが確認された。同様の特徴は、就労継続支援B型事業所における凍み餅作りにも見られた。同事業所では、理事長のCさんや、Dさんをはじめ職員が地域の高齢者や作り手を訪ね歩くことで製法を学んでおり、地域全体の協力を通じて技術を獲得していた。

これらの結果から、凍み餅作りは個人か組織かを問わず、人と人との関係性を基盤として受け継がれてきた文化であるといえる。

7.2 作り手の意識と凍み餅作りの多様性

調査対象者の4名全員に共通していたのは「会津の凍み餅という文化や記憶を消したくない」という強い思いであった。しかし、その思いの具体的な表れ方は、立場や環境によって多様であった。個人の作り手であるAさんには、地元産の良質な米を使用する素材への責任感を重視し、地域の農業と伝統食を結びつけて守ろうとする意識がうかがえる。一方、Bさんは、自然の中で作る工程そのものを楽しみ、それを贈ることで生まれる人との心のつながりに何よりも価値を置いていた。Bさんにとっての文化継承は、日々の生活を豊かにし、他者と喜びを分かち合う営みそのものであるといえる。

これらに対し、就労継続支援B型事業所の取り組みは、より意識的かつ組織的な使命感に支えられている点が特徴的である。同事業所は、委託事業の中止という困難を機に、あえて手間を要する凍み餅作りを選択した。これは工賃確保の手段にとどまらず、「自分たちが動かなければ地域の記憶から凍み餅が消えてしまう」という危機感にも基づく判断で、文化継承の観点から重要な選択であったと考えられる。職員が技術を習得し、地域の気候条件を活かして製造に励む姿勢は、福祉の場を地域文化の担い手へと広げている。

このように、異なる立場の担い手がそれぞれのこだわりを持って凍み餅と向き合い、多様な形で文化継承を実践している実態が明らかとなった。

7.3 贈答・販売を通じた文化継承の役割

凍み餅は、家庭内で消費される保存食にとどまら

ず、贈答品や商品として地域文化を伝える役割を担っていることが明らかになった。

Aさんは地域で販売を行い、Bさんは親戚や友人への贈り物として凍み餅を用いている。これらの実践は、凍み餅が人と人をつなぐ媒体として機能していることを示している。就労継続支援B型事業所では、ウェブサイトでの受注の際に、商品の入った箱に説明文を添えることで商品の背景を消費者へ伝える工夫が行われていた。この取り組みは、凍み餅を「懐かしい食べ物」として消費するだけでなく、その背景にある地域文化や歴史を再認識する機会を生み出している。

以上より、凍み餅は現代社会において贈答や販売といった新たな回路を通じて社会と広く接点を持つことで、その文化的価値を次世代へつなぐ多様な展開を見せていると考えられる。

7.4 今後の課題

本研究は、凍み餅作りを事例に食文化継承の実態を明らかにした。一方で、調査対象者が限られ、食べる側や購入者の意識を十分に検討できなかった。今後は、受け手の視点や教育現場、地域イベントとの関わり、他地域との比較を通じて、凍み餅をめぐる食文化継承の広がりを多角的に検討する必要がある。

謝辞

本研究に際し、インタビューにご対応いただいた皆様をはじめ、多くの方々にご協力いただきました。心より御礼申し上げます。

本研究は、Fukurumカード推進協議会「令和7年度ふくしまの未来を創るFukurum基金事業」の助成を受けました。ここに厚く御礼申し上げます。

参考文献

- [1] 今田節子・藤田真理子(2003)「保存食『塩辛・魚醬』の伝統的食習慣とその地域性」『日本家政学会誌』第54巻第2号, pp. 171-181
- [2] 塩谷幸子(2002)「食文化の継承と世代間関係:正月料理の変化を通して」『日本家政学会誌』第53巻第2号, pp. 157-168
- [3] 長屋郁子・櫛彩見・小川宣子(2011)「地域を基盤とした食文化継承のための方法論:飛騨国府町の食育を事例として」『食文化研究』第7巻, pp. 35-46
- [4] 木村孝子・望月武・後藤将・酒井嶺・堀江有加里・永縄郁弥・棚橋亜矢子・西嶋英樹・デュアー貴子(2025)「日本の伝統的な食文化体験がZ世代の和食に関する考え方に及ぼす影響についてⅢ:農林水産省東海農政局との連携による取り組み」『東海学院大学研究年報』第10号, pp. 65-70
- [5] 福島県柳津町教育委員会・福島県柳津町中央公民館(2024)『奥会津「命をつなぐ」伝統的保存食文化調査事業報告書』
- [6] 飯舘までい文化事業団(2025)『阿武隈高地の凍み餅:厳寒を笑って生き抜いた保存食文化,その知恵と技の価値』
- [7] 復興庁(2023)『岩手・宮城・福島の産業復興事例集 2022-2023』