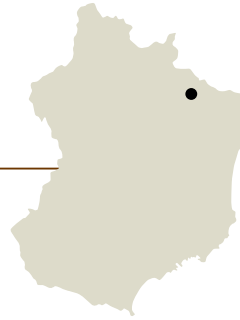




十六ササゲ

主な産地

- 大久町大久地区



生産の歴史的由来

ササゲの産地は熱帯アフリカといわれており、古代に、エジプトからアラビア、インド、地中海地域へと伝わり、中国へはシルクロードを経由して伝わった後、日本へは中国から渡来したとみられます。

ササゲは豇または豇豆と書き、これは紅豆の豆からきたといわれ、古事記(712)には佐々義、本草和名(ほんぞうわみょう)(918)には豇豆とあるのが最初の記録です。農業全書(1697)には、品種としてつる性とわい性があり、莢(さや)の長さはさまざまで、種皮の色も白、青、赤と多岐に分化していることが書かれています。

日本では古くから乾燥種子、若い莢ともに食用として利用されており、若い莢は野菜として、赤色の乾燥種子は菓子や餡にしたり、ご飯にまぜて赤飯にして食されています。

ササゲの品種には、愛知県尾張地方の在来種である姫ササゲ、京都府下柘野（しもひらぎの）地方の柘野ササゲ、各地で栽培されている十六ササゲ、その他、檜原（福島）、かかささげ（新潟）、黒三尺（関西以西）、だるま（広島）などがあります。

十六ササゲはつる性のみですので、若い莢が野菜として食されます。莢に16粒の豆が付くことから十六ササゲと呼ばれるようになったという説もあるようです。

いわき地区でも夏の風物詩となっている「じゃんがら念仏踊り」の歌詞の一節に「十六ササゲのよごしはどうだい」とあるように、江戸時代には食されていましたが、昭和40年代前半にはサヤインゲンの作付け増加にともない、栽培者も減少していきました。農家では、昭和時代初期までは当然のように畑の一角や庭先で自家採種していた作物ですが、現在では盆飾り用（最近では盆棚に十六ササゲを飾る家も少ない）としてその時季のみ各地で販売されるだけで、栽培者は数少なくなってきました。

特 徴

十六ササゲは一年草で、茎は平らでなめらかです。葉の長さは10cmほどでひし形に近く、互生（ごせい）します。葉柄（ようへい）の基部から長い花柄を伸ばし、その先端に2～3対の花を付けます。花は直径約2cmの淡紫色です。莢は柔軟で細長い円筒形です。長さは十数cmから1mにもおよび、色は濃い緑で先端がわずかに赤紫色を帯びています。収穫サイズは平均30cm。種子は腎臓のような形をしており、種皮の色は赤褐色です。

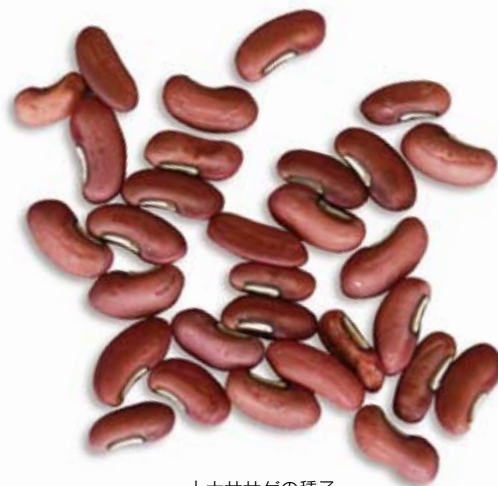
若い莢を茹でると鮮やかな緑色になり、サヤインゲンのような芳醇な風味はありませんが、筋もなく、シャキシャキとした歯切れのよい食感があります。“お盆には茄子と合わせて「じゅうねんよごし」でいただき、夏の収穫を感謝する”という風習が、現在でもいわき市内各地で残されています。

代表的な栽培方法

十六ササゲはつる性ですので、立ちづくり栽培が主になります。普通は苗床を作る3月下旬に播種し、茎が13cm、葉が5枚ほど付いた頃に定植します。直蒔きでは4月中旬から始めます。株間は50cmほどです。

開花から1週間ほどで野菜として収穫する長さ（約30cm）になります。収穫は7月中旬から8月下旬ですが、収穫量が多い時期は盆飾り用として最も需要の多い8月10日頃です。

採種は、下部に初期の頃にできた莢を選びます。直径約1cm、長さ約1mほどに伸びて、黄色くカラカラに乾いた頃に収穫し、莢のままザルやシートなどに並べ天日に干します。少し摘んで莢が簡単に割れるほどに乾燥したら、莢から種子を取り出します。



十六ササゲの種子



○部の箇所より莢が生え伸びる



花は淡紫色で早朝開花する



採種用は黄色になりカラカラに乾くまで、畑に残しておく



十六ササゲの じゅうねんよごし

十六ササゲのじゅうねんよごし

材 料 ●十六ササゲ ●ナス ●じゅうねん味噌(砂糖、酒、味噌、しょう油)

- 作り方
- ① 十六ササゲの先端部分を輪ゴムなどで束ね、ナスは食べやすい大きさに切る
 - ② 沸騰した湯で十六ササゲとナスを1分ほど茹でた後、冷水で冷まし水気をきり、十六ササゲは5cmの長さに切る
 - ③ じゅうねん味噌を作る。じゅうねんをフライパンで煎り(※2粒くらい弾けるまで)すり鉢ですり、砂糖、酒、味噌、しょう油を加えて混ぜる
 - ④ ②を③のすり鉢でじゅうねん味噌と和えて器に盛る



先端を輪ゴムなどで束ねてから茹でると取り出しやすくなる



「じゅうねん」はいわき地方の伝統野菜のひとつ

いわきの盆と十六ササゲ

十六ササゲは、いわきの夏の風物詩「じゃんがら念仏踊り」の歌詞の中に「盆では米の飯 おつけでは茄子汁 十六ササゲのよごしはどうだい」とあるように、精霊を迎える盆の旬の作物でした。

昔は8月11日頃になると、盆に使用するものを並べて売る「盆市(ぼんいち)」が各地に立ち、8月13日の盆入りには盆棚(精霊棚ともいう)を作ります。作り方や盆棚に供えるものは各家により少しずつ違いますが、一例を挙げれば、四方に細い青竹を立てて柱とし、四隅に綱をわたして周りを栓(ひのき)の葉で囲い、所々にホオズキを下げます。正面の2本の柱には、桔梗(ききょう)、女郎花(おみなえし)を結び飾り、真菰(まこも)のござを敷き、種々の供物を上げます。

ウリのきざんだものや十六ササゲ、果物は蓮の葉や里芋の葉にのせます。後の仏送(ほとけおくり)の時に仏の乗るキュウリやナスも供え、キュウリには、足を付けて馬に見立て、早く来て欲しいと願い、ナスは牛に見立て、ゆつくり帰ってほしいと願います。

8月16日の盆明け朝には、盆ゴザで供えた物を包み、冥土の土産とし十六ササゲで結びます。そうめんは包む網として、十六ササゲはしつかり縛る背負い綱として例えられているようです。包まれた供物は「秋の彼岸にまたござれ」と言って海や川に流します。

このように、十六ササゲは自然の恵みを大切にしてきた、いわき郷土の伝統ある食文化の一つです。現在では食する習慣は消えつつあるようですが、盆前の8月11日頃になると盆飾りの一品として、その時季のみ各地で販売するだけとなっているようです。



十六ササゲ盆飾りの一例。ほかにも精霊棚の両側に垂らすなど、各地域の伝統や信仰により異なる

販売用の十六ササゲ