



# なんでもねん

発行責任者 倉橋 忠



No.39

## 食事の違いから律令時代を読み取ろう

### 貴族の食事は何に支えられたのだろうか？

平城京遺跡出土の木簡、ゴミや寄生虫の分析結果から、考古学者が奈良時代の食事を復原した。皇族や貴族の日常的な食事のメニューは次のようなものである<sup>1)</sup>。

- 1 鴨とセリの汁    2 塩    3 醬(ひしお)(古代の醤油)    4 ハスの実入りご飯
- 5 生鮭・大根・紫菜(のり)のなます    6 鹿肉の塩辛    7 生牡蠣    8 干し蛸
- 9 いりこ(ゆでて干したナマコを戻したもの)    10 車エビの塩焼き
- 11 タケノコ・フキ・菜の花の炊き合わせ    12 焼きアワビ
- 13 蘇(牛乳を煮詰めた乳製品)    14 塩水に漬けて発酵させた漬物
- 15 ナスとウリを醬に漬けた漬物    16 菓子(干し柿・草餅・煮あずき)
- 17 ハスの実入りご飯をハスの葉で包んだもの

【課題1】この食事を、奈良時代の貴族たちが食べることを可能にした条件をあげてみよう。



【資料出所：奈良文化財研究所監修『平城京のごみ図鑑』河出書房新社 2016年 pp.88-89。】

\*1 奈良文化財研究所監修『平城京のごみ図鑑』河出書房新社 2016年 pp.88-89。

## 律令時代の庶民の食事メニュー

下級役人には給食があり、ご飯と塩、ワカメスープの汁物やサバ(魚)などのおかずが支給された。

しかし、庶民の日常の食事は、玄米かアワあるいはヒエの類いと、一汁一菜だったと考えられる<sup>2</sup>。

ただし、このメニューは平城京に住む庶民の場合であって、それ以外の地域に暮らす庶民の食事はもっと悲惨だったと考えられる。

地方の庶民は、米を食べられず畑でとれるアワやヒエを日常食としていた<sup>3</sup>。



【課題2】次の資料から分かることを使って、奈良時代の庶民の食事を説明してみよう。

班田収授法によれば、6年ごとに戸籍をつくり、人々(民衆)に口分田を分け与える。人々は口分田に応じた租を納め、本人が死んだら口分田を国(天皇)に返した。

- 口分田
- ① 6歳以上の男子には、2段(反)の土地。
  - ② 6歳以上の女子には、1段(反)120歩の土地(男子の2/3)。
  - ③ 奴(男の奴隷)には、240歩(良民の1/3)
  - ④ 婢(女の奴隷)には、160歩(良民の1/3)

### 単位換算

1段(反) = 360歩 = 約10 a      1町 = 10段(反)  
 稲50束 = 1斗1合      1石 = 10斗 = 100升 = 1000合

「養老律令」(養老2年、西暦718年)によれば、水田1段(反)あたりの収穫高は、稲50束(現在の1斗1合)である(ただし、9世紀半ばには上田1反あたり72束)。したがって、1町の水田からは500束 = 1石1升の収穫があったことになる。

しかし、民衆に支給された口分田は、「養老律令」に書かれた水田よりも悪い田が多かったとされている。学者たちの推定では、平年作でも、民衆の口分田での1町あたりの収穫高は、稲315束が平均的な数であろうと計算されている。つまり、多くの口分田では、律令の基準の63%ほどしか米を収穫できなかったのである。

正倉院に残っている下総国葛飾郡大嶋郷(現在の東京都葛飾区金町付近)の戸籍(養老5年、西暦721年)には、当時の郷戸(血縁で結ばれた集団)31戸分が、記録されている。その中で、1戸の郷戸(27人)には、3町7段(反)180歩の口分田が与えられた<sup>4</sup>。そこで、その郷戸(27人)の収穫高を計算すると、約2石3斗8升6合である。

∴  $3.75(\text{町}) \times 1010(\text{合}) \times 0.63 = 2386.125(\text{合}) \approx 2\text{石}3\text{斗}8\text{升}6\text{合}$   
 この収穫高は、米だけを食べるとすれば、2～3人の1年分の米でしかない。

ここから租(1反あたり2束2把)を納めた(1束 = 粳穀1升(米にすると現在の4合)<sup>5</sup>)。ちなみに、米を主食にする場合、1人分に1年間で必要な米の量は、約1石1斗である。1日3合の米を食べるとすれば、 $3(\text{合}) \times 365(\text{日}) = 1095(\text{合/年})$ になるから。

\*2 前掲、奈良文化財研究所監修『平城京のごみ図鑑』p.84、p.89。

\*3 渡辺実『日本食生活史』吉川弘文館 1984年 p.54。

\*4 家永三郎編『日本の歴史 1巻』ほるぷ出版 1984年 pp.171-173。

\*5 高木和男『食からみた日本史 上』芽生え社 1986年 p.91。