

縄文時代の食生活

旧石器時代（今からおよそ2万年前）の平均気温は、今よりも7～8℃低かったといわれています。この最終氷河期（ヴェルム氷河期）が過ぎると、徐々に温暖化がすすみます。気候の温暖化により氷床が溶け、海面が上昇すると、魚貝類の生息に適した内海（湾・潟湖）が現在の海岸線沿いに生まれてきます。

日本は高温・多湿の気候ですが、このような現在の気候傾向は縄文時代に始まるようで、植生も旧石器時代の寒冷な植生から、クリ・クルミ・トチなどの落葉広葉樹林帯が広がる温暖な気候に変化していきます。

この頃、縄文人はクリ・クルミ・トチなどの堅果類^{けんかるい}を食べていましたが、これらはそのままでは食べることはできません。堅果類についた虫を殺し、アクを抜くために真水か灰を混ぜた灰汁につけ、さらす必要がありました。

狩りで捕獲したケモノは、これまでの旧石器時代では火で炙る^{あぶ}か生で食べていたようですが、「土器」が作られるようになった縄文時代では生活が大きく変わり、堅果類やケモノの肉を煮炊きできるようになります。



日本海に面した松ヶ崎遺跡

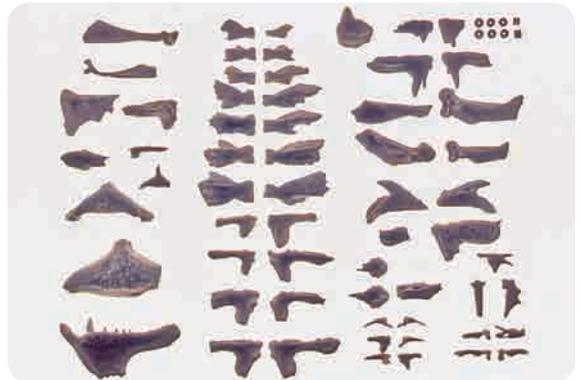
縄文人は自然の食物を採集して食糧を確保していましたが、最近の調査成果ではムラのまわりである程度、計画的に植物を管理・栽培する「半栽培」がおこなわれていたようです。ムラの周りに

はクリの木を植えていたようです。クリは成長が早く病気にも強い植物で、秋にはクリの実を食べ、伐採したクリの木は住居の柱材としても使用していたようです。調査により、ヤマイモ・エゴマなどの栽培植物が見つかった遺跡があります。



黒色粘土層から見つかった土器と骨

京丹後市網野町の西端近く、^{まつがさき}松ヶ崎遺跡で、現在の地表下約1.8mの深さで縄文時代前期初頭（今から7,000年前）の炉跡を含む生活面と縄文時代前期の土器や堅果類、動物・魚類の骨を含む黒色粘質土層が見つかりました。出土した遺物から復元すると、縄文時



松ヶ崎遺跡から出土した魚や獣の骨

代前期の松ヶ崎のムラの人々は、スズキ・カワハギ・フグ・イワシ・マダイ・ヒラメなどを食べており、漁業をおもな生業としたムラであったことが推定できます。魚以外にも獣類では、タヌキ・シカ・サルの骨や角が残っていました。山野の幸として、エゴマ・サンショウ・トチ・ヤマイモなどが見られました。ヤマイモは自生もしますが、エゴマなどは半栽培食物の可能性があり、縄文人が半栽培をしていた資料になるのかもしれませんが。また、人の糞が化石化したもの（^{ふんせき}糞石）も出土しており、分析からは魚食の割合が多かったこともわかっています。

（戸原和人）