

100年フードデータベース

都道府県名		新潟県		
100年フード名		へぎそば		
認定部門		☐ 伝統部門 ☒ 近代部門 ☐ 未来部門		
発祥時期		☒ 伝承		
主な伝承地域		十日町地域（十日町市、津南町）		
食文化ストーリー （歴史・文化・関連行事等）		・新潟県内唯一の国宝であります「火焰型土器」が出土した十日町市。その「火焰型土器」が作られていた縄文時代に「アンギン」が作られていました。「アンギン」の語源は「編衣(あみぎぬ)」であり、衣を編んだものの事。「苧麻（カラムシ）」の皮を紡いだ「青苧（アオソ）」という繊維を編んだ麻布の衣服です。「青苧（アオソ）」は乾燥すると切れ易いのですが、十日町地域は昔から国内でも有数の豪雪地である事から湿度が高い雪国の気候に合うため、青苧を扱うには最適で、良質な苧麻が豊富でした。中世には当地域は日本一の苧麻産地であったため、これを材料とした「越後縮・越後上布」を全国に販売し、上杉謙信の強大な権力もこれを基にした強力な財政基盤に依るところが大きかったと言われる程です。この「越後縮・越後上布」から始まり、十日町地域は「織物産業」で発展した地域と言えます。この「織物」の製造工程で糸に張りをを持たせる為の糊付けに、海藻の一種である「布海苔（ふのり）」を使っていた事もあり、十日町地域内では布海苔そのものは住民の間では広く知られたものでありました。また、そばの栽培は当地域では江戸時代頃から始まったとされ、住民には広まっていました。 ・当地域は今でこそ米どころとしても有名ですが、その昔は収穫した米の大半は年貢米や換金の為に手放さざるを得ず、各家庭ではそばを栽培し、各家庭でもそばを打つ習慣がありました。当時はそばの「つなぎ」としては自然薯、或いはオヤマボクチ（ヤマゴボウの一種）を使っていましたが、織物産業でよく使われていた「布海苔」が地域内には身近にあり、元々海藻で食用にもなり、接着力もあるのでそばのつなぎに使ったかどうか、と先人が考え、つなぎに使ってみるとツルツルとした食感やのど越しがいいので、徐々に地域内に「布海苔」を使ったそばが普及するようになったと言われております。当地域で「布海苔」を使ったそばを家庭で使い始めたのは、明治から大正の初め頃でないかとされています。 ・更に十日町地域では、そばは「ハレ」の日に大きな器に盛って皆で食べ合う事が多く、その際、食べやすいように「一口サイズ」に盛り、その盛り方も「織物の町」に相応しく、絹糸の束（おかぜ）のように、一口サイズに綺麗に盛るようになったのです。又、その一口サイズに盛る動作が、織物の際に糸を紡ぐ時の“かせぐり”などからきた手ぐりの動作を表している、とも言われています。又、その一口サイズにしたそばを盛る器は、盛り付けやすい四角い形状で、『（木の表面を）剝ぐ＝はぐ＝へぐ』となり、そこから『へぎそば』との名前が付けられました。この「へぎそば」を売り物にした営業としての「へぎそば店」を最初に開業したのは、旧川西町（現十日町市）で大正の半ば頃、現在の「小嶋屋総本店」の初代と言われています。 ・以上の様に、『へぎそば』は、十日町地域の伝統的な『織物文化』と『食文化』が正に融合したものと言えるでしょう。		
特徴	食材	そば、布海苔		
	製造方法・調理法	そば粉のつなぎに「布のり」を使う		
	道具・食器	「へぎ」と呼ばれる四角い木の器に、一口サイズの手振りのそばを盛る		
	種類・主な食べ方	☐ 米・餅・寿司 ☒ 麺類 ☐ 粉もん ☐ 酒 ☐ 茶 ☐ 菓子 ☐ 調味料 ☐ 野菜 ☐ 魚介類 ☐ 肉類 ☒ 海藻 ☐ 山菜 ☒ 日常食 ☒ 保存食 ☐ 発酵食品 ☐ 行事食 ☒ 贈答品		
保護・継承の取組		・へぎそばの正しい伝承と普及を目的に平成25年に地域内のへぎそば店、関係業者による「十日町地域へぎそば組合」を設立。 ・「十日町地域へぎそば組合」が中心になって『100年フード へぎそばの里越後十日町 地そばまつり』を毎年、秋に開催。 第16回目の2023年も、9/16～10/29にかけて現在地域内 1 7 店を対象に開催中。 ・2022年から、新潟県内のへぎそば店40店を対象に『文化庁100年フード認定新潟県へぎそば店スタンプラリー』を開催。2023年も7/14～8/31の期間に開催済。 ・「へぎそば」の認知度の向上とブランド化、更に地域内のへぎそば店の活性化、他地域との差別化を目的に、平成26年に『十日町 へぎそば』の商標権を取得。		
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に		【知】 ・PR用動画あり https://www.youtube.com/watch?v=hyrAcezTFME ・十日町へぎそばのHP https://cross10.or.jp/jisoba/ 【食】 ・現在開催中の地そばまつりスタンプラリーのHP https://www.echigo-jisobamatsuri.com/index.html ・地域内のへぎそば店紹介のパンフレットはこちら https://foodculture2021.go.jp/wp/wp-content/uploads/2023/10/%E3%81%B8%E3%81%8E%E3%81%9D%E3%81%B0%E3%83%9E%E3%83%83%E3%83%97.pdf		