

TAMATSUKURI KUROMON SHIROURI STORY BOOK

玉造黒門越瓜読本

知る・育てる・食べる・つながる 楽しみの道しるべ

大阪ガスネットワーク(株) エネルギー・文化研究所 発行

U-CoRoプロジェクト・ワーキング 編



目次

ごあいさつ (当冊子の背景など) 2

序章 遙かなる「しろりの旅」 3

第1章 地域の食文化を育む 伝統野菜と「玉造黒門越瓜」(しろり) 4

伝統野菜の意味と価値 4

なにわの伝統野菜って、どういうもの? 5

大阪・玉造で育まれた越瓜(しろり) 6

大阪・玉造地域での越瓜(しろり)復活物語 7

第2章 しろり栽培の手引き 8

種を配る 8 種をまく/発芽 9

本葉(定植)/摘芯する 10 開花/結実 11

第3章 しろりを料理して食べよう 12

収穫 どうなったら食べ頃? どうやって食べますか? 12

しろりはどう食べられてきたのか? 13

みんなのしろり料理案内 和洋中からエスニックまで、旬の食を満喫! 14

夏の新・日常食へ しろりは、生でよし、加熱してよし、スイーツにもよし 15

プロフェッショナルの本格しろり料理 堪能!日本料理とフランス料理の饗宴 17

終章 しろりのある暮らしを考える 18

世代や分野を越える伝統野菜特有の力 18

しろり、食農でつながるサードプレイスの広がり 20

レファレンスコーナー「もっと知ろう楽しもう伝統野菜・玉造黒門越瓜をとりまく世界」 21

“ツルつなぎ”プロジェクトとしろりの年表 22

■ 序章

遙かなる「しろりの旅」



緑色の玉造黒門越瓜(左)と比べて、色が白い服部越瓜(右)

ごあいさつ(当冊子の背景など)

大阪の歴史の原点、上町台地界隈をフィールドに、大阪ガス実験集合住宅 NEXT21の一角を活用して、人と人、人とまちをつなぐ、ささやかな実践を展開してきた U-CoRo プロジェクト。大阪ガス エネルギー・文化研究所(現 大阪ガスネットワーク エネルギー・文化研究所)によるコミュニティ・デザインの実践研究として、第1ステップのウィンドウ展示(2007年~2012年)から、第2ステップの「上町台地 今昔タイムズ」の発行(2013年~2024年)まで、さまざまな地域資源の魅力に着目してきました。

なかでも、実に多くの方々とつながりを育み続けてきたのが、上町台地を故郷とする伝統野菜の一つ、玉造黒門越瓜(しろり)です。世代を越え、立場を越え、分野を越え、その包容力は抜群です。2008年に行った「上町台地となにわ伝統野菜物語」の展示を機に、地元で復活を遂げたしろりをともに育て食する人の輪を少しずつ広げていこうと、玉造稲荷神社さんから貴重な種をご提供いただき、有志で始めた玉造黒門越瓜“ツルつなぎ”プロジェクトは今に続いています。

2020年のコロナ禍以降は、インスタグラム「みんなの瓜畑」「新みんなの瓜畑」を有志で開設し、毎年春から夏にかけて運営しています。暮らしに寄り添う、しろりの栽培やお料理の営みと、インスタグラムを通した何気ない日々の情報共有は、不自由だったコロナ禍の日常を乗り越えていくための、かけがえのない喜びや励みにもなりました。

守り人の一員として運営に関わり、地域内外から多くの方々にご参加いただき、改めて思いを強くしたことがあります。この出会いが、伝統野菜の幅広い価値に関心を寄せていただく入り口になれば、その一つ玉造黒門越瓜の遙かな来歴に思いを馳せていただく機会になれば、どんなに素敵なことかと。さらに、今、その歴史につながり生きていることを実感することができれば、これほど喜ばしいことはありません。そして、魅力に富んだしろりを大切に育て・食するための、栽培のコツやさまざまな料理の楽しみ、紡ぎ出されてきた知恵を活かしていただく、道しるべとなるガイドブックが出来ればと、この冊子を編むことになりました。

編集に際しまして、玉造稲荷神社宮司の鈴木伸廣氏と、なにわ伝統野菜応援団員・農学博士の森下正博氏に、篤いご協力を賜りました。ご高配に心から感謝申し上げます。また、同プロジェクトの守り人の一員でもある Uri 爺& Uri_mi さんこと、B-train の橋本護・小倉昌美両氏には、編集・デザイン面でも尽力いただきました。そして何より、「ツルつなぎ」への参加を通して貴重な情報を届けてくださった、みなさまのおかげで、同冊子をまとめることができました。お一人おひとりお名前を挙げられず恐縮ですが、ご芳情に深く深く御礼申し上げます。

“ツルつなぎ”プロジェクトを通して、みなさまとともに培ってきた経験が結実している一冊です。ぜひとも末永く、ご愛用・ご活用いただけましたら幸いです。

2025年3月
大阪ガスネットワーク(株)エネルギー・文化研究所
特任研究員 弘本由香里

凡例ほか

当冊子での玉造黒門越瓜の表記について、「瓜」は古くからのウリ類全般を指し、「しろり」は品種名として、また、「越瓜」、「しろり」は玉造黒門越瓜の簡易表現として用いています。ただし、「他県のしろり」のように使う場合は、「しろり」は必ずしも玉造黒門越瓜に限られません。また、料理名については、各命名者の創意により多くの表記が混在しており、上記区分の限りでないことをおことわりしておきます。

この冊子の主人公は玉造黒門越瓜(しろり)。その先祖にあたる野生の瓜が、北アフリカや西南アジアで栽培され始めたのは、紀元前数千年のことでしょうか。次第に品種改良がなされ、また人の流れとともに、瓜は長い旅を続けてきました。

◇瓜の原種から栽培作物へ しろりへの遙かなる旅

瓜の先祖は、北アフリカから西南アジアへ。その後の過程でも品種に変化が生じて枝分かれをし、西に向かったものは果物のメロンとなり、東方へは、野菜としての瓜の性格を強めつつ、伝えられていきました。作物の品種改良は、太古の昔から、必ずしも意図的なものではなく、野生の植物を採取する段階で、食に適したものを選別採取する間に、人の食生活の中に取り込まれて、次第

に変化していった面もあります。小さな野生の瓜から、やがて、大きくて甘いマクワウリが生まれ、また、みずみずしい野菜として食されるしろりに、何世代もの年月をへて変化していったことも、瓜の遙かな旅だと言えるでしょう。

そして、中国南部の越の地で栽培されていたしろりは、やがて「越瓜」の名★とともに、日本列島に伝わっていきました。

◇瓜の分類と玉造黒門越瓜 地域で異なる越瓜(しろり)の種類

マクワウリとしろりは、遺伝子的には差異が小さな同一グループの存在です。しろりについては現在、白瓜、堅瓜、黒門と大きく3つの群に分けられますが、この黒門群の中にも、各地に多くの品種があって、越瓜と呼ばれているものでも、縞があったり、色が薄かったりとさまざまです。泉州、青縞瓜、改良青縞瓜といった名前も、それぞれの栽培地域などによって付けられたものです。



2016年の収穫祭で紹介された3つの瓜、玉造黒門越瓜、兵庫産の青瓜、高槻の服部越瓜は、きょうだい種。青瓜は、少し小ぶりですが上品な品種。服部越瓜は京都方面から来た品種。

■ 近年のしろりの品種 *安井秀夫(1977) 5による

品種群	代表品種	類似品種
白瓜 (アサウリ)	東京早生	東京早生青、中生青、早生節成、丸葉余蔞
	東京大越瓜	切葉余蔞、いたち、神戸在来、亀戸、田端、早生きりしま、渡辺大越瓜、泉大越瓜、奈良漬瓜、新田、宝船、あわみどり
沼目	高田、広島、米山、さぬき	
	桂	服部、佐伯
長崎漬瓜	筑後漬瓜、博多越瓜、次郎丸越瓜、久留米早生	
	かりもり	青皮越瓜、福井堅瓜、富山大縞瓜、青縞越瓜
堅瓜 (アウリ、カタウリ)	泉州	青大縞瓜
	黒門	泉州、青縞瓜(兵庫)、改良青縞瓜
へちま越瓜	愛知越瓜、岐阜縞瓜	

注：品種群については熊沢三郎による
※参考文献 安井秀夫(1977)「しろり」『野菜園芸大辞典』養賢堂
熊沢三郎(1965)『蔬菜園芸各論』養賢堂

◇瓜の民俗とイメージ 瓜にまつわる伝説と流れ出る銀河

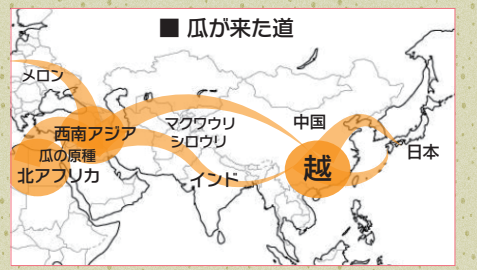
瓜は古くから人の暮らしの身近にありました。それゆえ、さまざまな民話や伝説にもつながりを持ちます。例えば、古くは中国起源の七夕、また日本では、瓜から生まれた「瓜子姫」のお話など。機織りに長じた瓜子姫は、柳田国男によると、織り姫であり、そのイメージは七夕の世界とも密接につながる存在のようです。

瓜のツルは天に向かってぐんぐん伸びて、その様は龍の姿や水の流れを想像させます。また、みずみずしい瓜を2つに割ると、たくさんの水分が溢れ出ます。太古の昔、その有様は夜空を流れる銀河にもなぞられました。瓜の持つイメージ自体が宇宙の誕生を想起させるものだったのかも知れません。

◇しろりが来た、長い遙かな道

西南アジアから、中国南方の越の地に、そして、日本へ

西南アジアに発祥した瓜は、野菜として東に進み、やがて中国の南部、古代の越南、現在の中国の広東省や広西省あたりの、越の地域に広がっていきます。この瓜の祖先が、いくつかのルートを通り、稲作とともに(前後しつつ)、日本列島にやって来たと言われており、古くは縄文時代の貝塚からもその痕跡が発見されています。



「越瓜」の名

★「越瓜」の名 江戸時代の「支那本草」に「越瓜」とあり、地名によって名づけられたとされているが、だんだん熟してくと白くなるので「しろり」と呼ぶとある。この「越瓜」の名が日本で定着していった。

実際、野菜の名前には、渡来した先の場所や地名があてられることが多い。例えば、スイカ・西瓜は中国の西方(中央アジア)から、キュウリ・胡瓜はシルクロードの胡の国からやって来たもの。

第1章 地域の食文化を育む伝統野菜と「玉造黒門越瓜」(しろり)



玉造稲荷神社の玉造黒門越瓜(しろり)のマスコット・くろもんちゃん

「伝統野菜」は、その独自の歴史性や生物学的な意味だけでなく、地域の食文化を支えてきた存在として、大きな価値をもっています。玉造黒門越瓜(しろり)の故郷は、大阪平野を南北にのびる上町台地の北端付近。大阪城の南東にあたる「玉造」界隈で、江戸時代から栽培されてきました。一時は、当地では完全に廃れてしまっていた、この越瓜(しろり)は、100年を超える時を経て、なにわの伝統野菜として、近年故郷で復活を遂げさらに広がりを見せています。

◇伝統野菜の意味と価値

伝統野菜とは、 どういうものなの？

「固定種」は遺伝的に安定しており、毎年、自家で種を採っても、同等レベルの生産物が得られるものです。もうひとつの「F1品種」はいわゆる改良品種の「雑種第一代」品種のこと。自家で採種しても、メンデルの法則で知られるように、次世代は形質がバラバラになります。

「固定種」★とがあげられます。「固定種」は遺伝的に安定しており、毎年、自家で種を採っても、同等レベルの生産物が得られるものです。もうひとつの「F1品種」はいわゆる改良品種の「雑種第一代」品種のこと。自家で採種しても、メンデルの法則で知られるように、次世代は形質がバラバラになります。

伝統野菜の形質保全のために！

「伝統野菜」を認証する際には「在来作物」のうちで、その地域特有の形質をもつものが選ばれていますが、その形質を世代を越えて保全していくためには、交雑を避ける必要があります。多くの場合、野菜の形質保全のために、特定の採種者や研究機関等の管理下で採種をすることが必要とされます。

この冊子の主役、玉造黒門越瓜(しろり)も大阪の「なにわの伝統野菜」に認証されていますが、そうした「伝統野菜」は、そもそもどういう基準で選ばれたものなのでしょうか？

「固定種」と「F1品種」、 それぞれの意味

では、そのような形質は、どのようにして守られてきたのでしょうか？ 特に交雑しやすい野菜では、世代を重ねていく間に、形質にかなりの変化が見られる場合も出てきます。

野菜類を「品種」の点から見てみると、「在来作物」とは別に、「固定種」と「F1

ぜ一時、廃れてしまったのでしょうか？

日本では、昭和に入ると食糧増産が盛んに言われ、例えば「収穫量が少ない」「収穫時期が限定的」「病害虫に弱い」「不揃い」などの理由から、農家が栽培する野菜は、元々地域にあった「在来品種」から「F1品種」にかわっていき、昭和20年代後半からは急激にこの現象が加速していきました。

例えば、漬け物に適していた「黒いば系」の胡瓜は、サラダなどの生食に適している「白いば系」に、あるいは「日本カボチャ」は「西洋カボチャ」に、「東洋ニンジン」は「西洋ニンジン」へと栽培品種が変化しました。

同時に、キャベツ、レタス、トマトなどの生食用野菜の需要増も影響し、地域に昔からあった「在来作物」は昭和40年代を境に、概ね廃れていきました。

地域の食文化を支える 伝統野菜の価値

「伝統野菜」の意味と価値を考える際には、それが地域の食文化の基盤となっていたことが、実は最も重要なことだと思われま。

言い方を換えれば、古くからその地で食されてきた野菜は、いわゆる「食のものさし」(★次ページQ&A)のひとつとして、地域の人の健康や食文化を支える基準として、今も尊重されるべきものもあるのです。

◇なにわの伝統野菜って、どういうもの？

大阪府と市が認証する 「なにわの伝統野菜」

大阪府の「なにわの伝統野菜」は、主に現在の府下で伝統的に生産されてきた在来品種の野菜の中から認証されています。基準としては、令和6年(2024)に一部改訂し、

- ① 昭和初期以前(概ね100年前)から大阪府内で栽培されてきた野菜
- ② 苗、種子等の来歴が明らかで、大阪独自の品目、品種、栽培方法によるもの、又は府内特定地域の気候風土に育まれたものであり、栽培に供する苗、種子等の確保が可能な野菜

③ 府内で生産されている野菜という条件に合致した野菜で、大阪府では現在24品目が認証されています。また、大阪市でも、市内の栽培野菜について、現在10品目を認証しています。

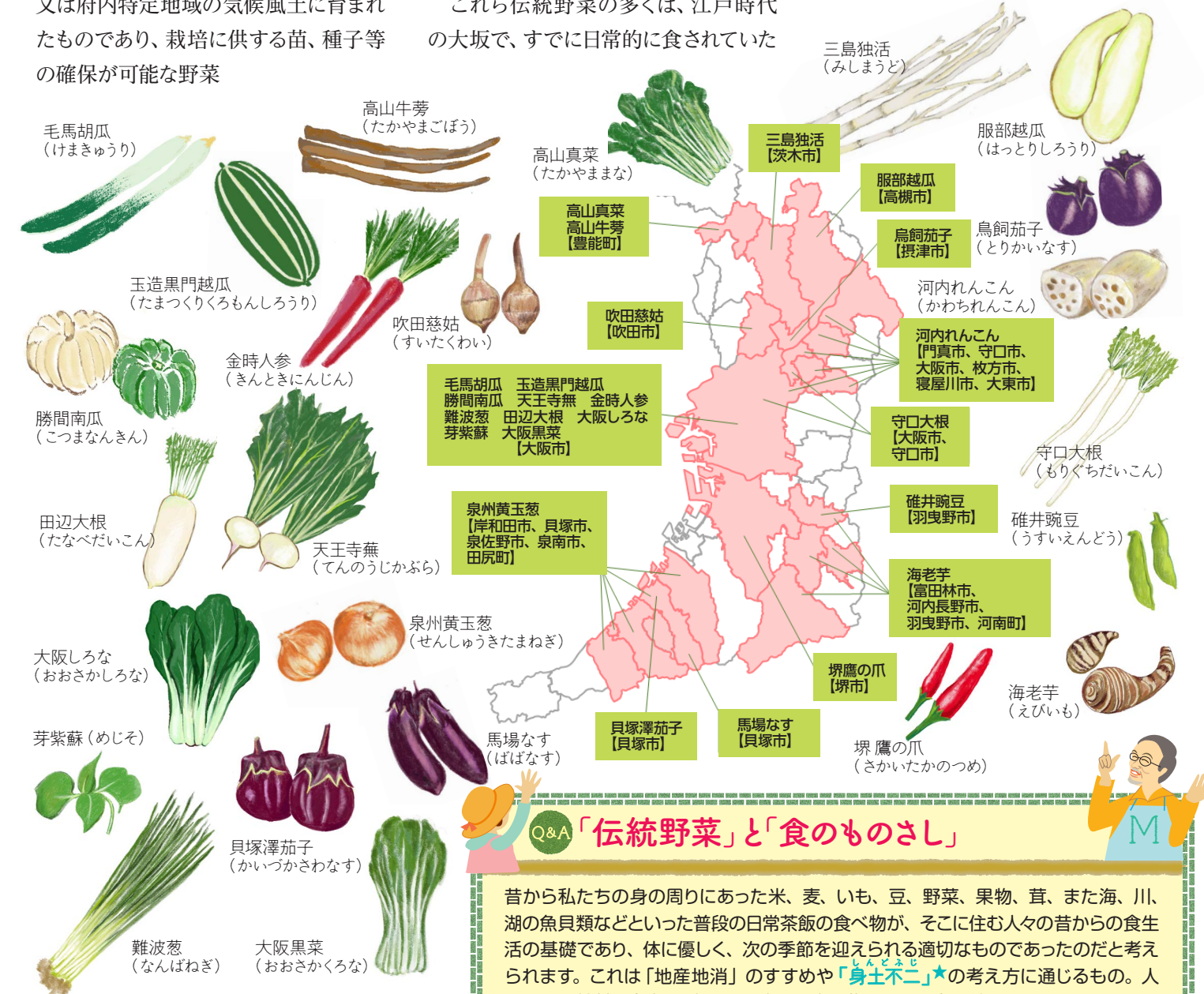


江戸時代の 近郊農業の発展と「地産地消」

これら伝統野菜の多くは、江戸時代の大坂で、すでに日常的に食されていた

もの。当時の食生活は近郊農業によって支えられていて、今の言葉で言うと「**地産地消**」★が成り立っていました。

例えば、大根なら近郊の産地では、守口・天王寺・田辺が有名で、蓮根の場合は門真、蕪は天王寺、胡瓜は毛馬、越瓜(しろり)は玉造黒門・木津、あるいは慈姑は吹田などが知られていました。特に越瓜(しろり)の場合は、江戸時代の『新改正撰津国名所舊跡細見大絵図』『和漢三才図会』『撰津名所図会』などの文献で、大坂の「名物名産」として紹介されるほど有名なものでした。



※令和6年(2024)の2月、新たに「大阪黒菜」が、10月には「海老芋」、「河内れんこん」が仲間入り。

Q&A 「伝統野菜」と「食のものさし」

昔から私たちの身の周りがあった米、麦、いも、豆、野菜、果物、茸、また海、川、湖の魚貝類などといった普段の日常茶飯の食べ物、そこに住む人々の昔からの食生活の基礎であり、体に優しく、次の季節を迎えられる適切なものであったのだと考えられます。これは「地産地消」のすずめや「**身土不二**」★の考え方に通じるもの。人間もその地域の気候風土の下に生きる生き物であり、育み続けてくれたのは周りがあった食物、そこにはさまざまな「地域の旬の在来作物」が存在していたのです。

★「F1品種」は、雑種第一代(First Filial Generation)のことで、人工的に交配してつくった一代限りの優れた特性を持つ品種のこと。例えば「形は良く美味しい」株と「病気に強い」株を掛け

合わせて「病気に強く、形も味も良い」株ができて、次の世代は、特性がバラバラに発現するので、同品質が求められる商品栽培のためには、毎回種の購入が必要になる。

★「地産地消」は、地域で生産されたさまざまな生産物や資源をその地域で消費すること。これにより、日々の暮らしにおいて、地域の人の健康や環境への配慮が重要視されている。

★「身土不二」は「身と土、二つにあらざる」ということ。人の体と暮らす土地は一体の関係にあるという意味で、「その土地のものを食べて生活するのが良い」という考え方を示している。

◆大阪・玉造で育まれた越瓜(しろうり)

なにわの名物だった 玉造黒門越瓜(しろうり)

「玉造」★という地域は、大阪城の南東、現在の玉造稲荷神社や大阪環状線の玉造駅の周辺を指します。



江戸時代の玉造界隈の地図(文久3・1863年)



玉造稲荷神社

江戸時代の古地図を見ると、大阪城の南東の方に「畠」や「野畠」の文字がたくさんあるのに気づきます。これは当時、この地の名産だった玉造黒門越瓜(しろうり)の耕作地と言われているものです。

江戸から明治にかけて、大阪の玉造周辺が畑地だらけだったことには驚きます。この越瓜(しろうり)の復活に非常に関連が深い玉造稲荷神社も現在の「玉造」駅の北西に位置します。古い文献によると、同神社の周辺の地は、大坂のまちの食を支えた近郊の耕作地域で、とりわけ「吉右衛門肝煎地」と言われた農地が点在して広がっていたのだそうです。

もともとは、豊臣から徳川へ政権が変わった時期から、玉造に建ち並んでいた豊臣時代の武家屋敷の一部が、畑地化されて活用されたのですが、そういう経緯から玉造周辺の土地を持っていた代々の高津屋吉右衛門は、一帯で玉造黒門越瓜(しろうり)を生産し、その販売に力を注ぎました。

それこそ、近くには、1582年に豊臣秀吉に瓜を献上したことに始まる「白瓜市場」もあって、明治時代半ばまで続いていたということです。

もともと、ここは大坂のまちの東の境に位置して、昔は、大坂から奈良・伊勢方面へ街道の出入口だった玉造門があり、黒塗りだったことから「黒門」とも呼ばれていました。

この地域で生産された瓜は、長さは30センチほど。大きめの緑色の実に縦稿が8本ほどあるのが特徴で、古代中国の越(えつ)の国から伝わったとされ、「越瓜」と書いて、読みは「しろうり」。黒門にちなんで「くろもん」とも呼ばれました。なにわ名物として知られ、その糟漬は大いに珍重されて、東西を結ぶ街道に位置するのともあいまって全国的にも人気を集めたのだそうです。

玉造でとれる越瓜は、果肉が厚くてしまりが良いことから格別人々に愛されたそうですが、多くは漬物に加工されて唯一無二の逸品となりました。越瓜の糠漬は家庭でもつくられま

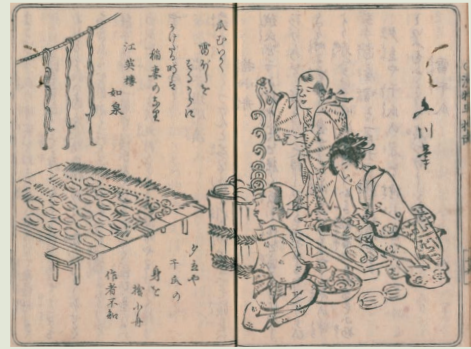
したが、糟漬^{さけかす}を使った糟漬は、江戸時代には一般的に「奈良漬」と呼ばれ「三年を経て程とす」と言うくらい、手間際かける高価な商品としても好まれました。

酒造業も盛んだった江戸時代の玉造界隈

さらに、糟漬(奈良漬)がこの地で盛んにつくられた、もう一つの理由があります。

それは、江戸時代に、当地には酒造業者が集まっていたからだそうで、近年、当時の遺構も発掘されていますが、有力な商人たちの製造・取引の場所でもあったのです。そこから出来てきた酒糟を使った糟漬(奈良漬)は、その両者の素材の旨さあいまって、たちまち、なにわ名物の上位に置かれるまでになったそうです。

『四季漬物鹽嘉言(しきつゆものしおかげん)』小田原屋主人、1836(天保7)年 国立国会図書館蔵



玉造界隈の都市化・近代化と越瓜(しろうり)

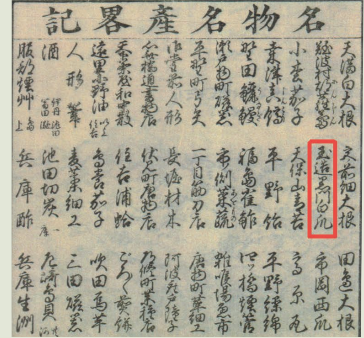
明治時代から、玉造の地は、大阪城周辺に広がる「砲兵工廠」★で働く人たちの住宅地や娯楽の場所となっていきました。城東線(現在のJR環状線の一部)や市電の開通などで、一気に近代化が進みました。その繁栄ぶりから「東の心斎橋」とも称されるほどの賑わいを見せたそうです。

その都市化が進む間に、玉造黒門越瓜の栽培地はもちろんのこと、繁栄を誇った酒造業者もその姿を消していきました。

越瓜(しろうり)栽培や奈良漬の生産は、玉造から大阪周辺へ

1960(昭和35)年発行の『大阪市農業誌』には、上町台地界隈が原産と言われる越瓜は、当時は周辺の各地で「晩生しろうり」として多く栽培されている」と記載されています。

このように、越瓜の栽培や奈良漬の生産は、玉造の地を離れ、大阪の周辺地域へと移行していきいますが、それにつれて玉造黒門越瓜という存在が地元の人々の記憶から次第に失われていきました。



新改正撰津国名所日跡細見大絵図の「名物名産寄記」1836(天保7)年 玉造稲荷神社蔵

◆大阪・玉造地域での越瓜(しろうり)復活物語

ここでは、玉造黒門越瓜(しろうり)が一度廃れた後に、21世紀になって、故郷の上町台地で復活した物語とその後の展開について紹介します。

伝統野菜「玉造黒門越瓜(しろうり)」の再発見

それは、2002年のことでした。玉造稲荷神社の現宮司の鈴木伸廣さんが、忘れられていた事実気づいたことから始まりました。

当時、神社の禰宜だった鈴木さんは、仕事柄もあって、古文書などで始終地域のことを調べていましたが、その時に、しばしば「玉造黒門越瓜」「畠」「白瓜市場」などの文字を目にして不思議に思い、とても興味をひかれていたのだそうです。

どうやら、この地域には、「玉造黒門越瓜」という名物野菜があって、江戸時代から長く、なにわの名産として扱われ

鈴木伸廣さん(2008年撮影)



玉造稲荷神社の境内にある瓜畑と「玉造黒門越瓜」の石碑

ていたということでしたが、2002年当時は、それが玉造の地域ではまったく忘れられてしまっていたということでした。

調べているうちに、次第に鈴木さんの心の中には、この野菜をなんとか玉造で復活できないだろうかという思いが、ふつふつと湧き上がってきたのだそうです。

地域での復活に尽くす、鈴木伸廣さんと森下正博先生

そこで、鈴木さんは、当時、大阪府立食とみどりの総合技術センターに在職中で、なにわの伝統野菜の研究をしていた、森下正博先生に越瓜の現状について相談をされたのです。

それがきっかけとなって、その後、この越瓜(しろうり)が大阪府内で今も栽培・保存されていたのを知りました。そこで、鈴木さんは、その瓜の種を譲り受けて、当初は農業体験はゼロだったにもかかわらず、神社での栽培を始めたのです。

最初は試行錯誤の連続で、初収穫は2003年。地域の人たちの協力も得て、年を重ねるにつれて、栽培にも熟練されてきていて、今では毎年7月の夏祭には、立派な瓜が何十本も奉納されるまでになっています。

越瓜(しろうり)の栽培を通して地域の振興へ

コロナ禍のもとでも越瓜の栽培は続けられ、2023年は4年ぶりに、7月16日の夏祭本宮に合わせて、玉造黒門越瓜食味祭も行われました。

同時に鈴木さんは、地域の学校での栽培指導や伝統野菜関連のイベントな



どにも積極的に貢献されており、まさに、地域に玉造黒門越瓜を復活させた立役者だと言えるでしょう。

同時に、森下先生も、「伝統野菜」の研究を続けられて、現在では「なにわ伝統野菜応援団員」と称して、越瓜をはじめ「伝統野菜」の栽培や普及などで活躍されています。

そしてツルつなぎプロジェクト

上町台地を舞台に地域のコミュニケーション・デザインのあり方を模索していた私たちU-CoRoプロジェクト・ワーキングは、このような伝統野菜の復活の動きに大きな刺激を受けて、大阪ガスの実験集合住宅NEXT21★での展示に「なにわの伝統野菜」のテーマを実施、それに続いて、2008年に玉造黒門越瓜「ツルつなぎ」プロジェクトを開始して、越瓜栽培に取り組みはじめました。

その際には、お二人にもご相談し、毎年、玉造稲荷神社さんから貴重な種をお分けいただいて参加者に配布しています。また、森下先生には収穫祭などのイベントにもご協力をいただきました。

2023年の玉造黒門越瓜「ツルつなぎ」収穫祭は、フォーラム形式で開催。



森下正博先生(2016年撮影、「ツルつなぎ」収穫祭にて)

玉造

★「玉造」は、古来「玉作」と記される地で、玉作岡付近では玉類が製造されたと伝えられる。上町台地のさらに小高い丘で、そこには、やがて現在の玉造稲荷神社が建てられた。今の「玉造」駅付近は、古代に台地周辺が海だった時には海岸部、近世は河内の国への出入口であり、近代になり越瓜が当地からなくなる頃、1895年に鉄道が敷設され、駅がつくられた。

砲兵工廠

★大阪砲兵工廠は、現在の大坂公園に、昭和20年の終戦まであったアジア最大と言われた軍需工場。陸軍直轄の兵器工場で大坂砲兵工廠(しょう)と呼ばれた。大砲をはじめとする大型兵器の製造を一手に担い、砲兵工廠で働いていた人は、6万人にのぼったという。

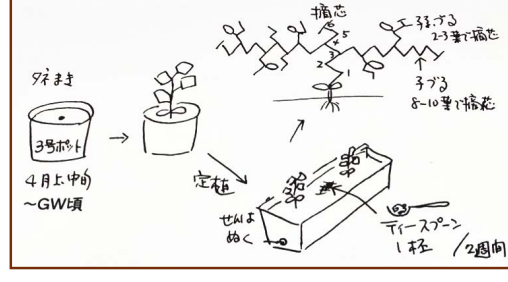
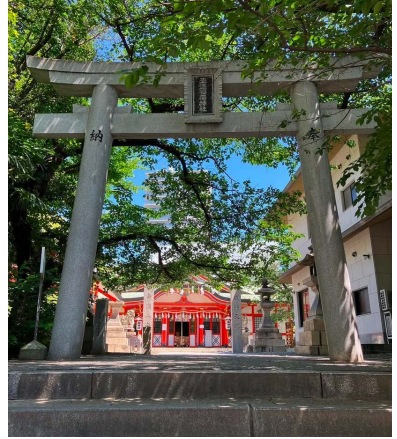
NEXT 21

★「NEXT21」は、上町台地にある大阪ガス実験集合住宅。近未来の都市型住宅のあり方について、環境・エネルギー・暮らしなどの面から実証・提案することを目的とした実験集合住

宅で、1993年に竣工。地域コミュニケーション関連の実験として、一階のU-CoRo(上町台地コミュニケーションルーム)にて、なにわの伝統野菜関連の展示を2度にわたって行った。

第2章 しろり栽培の手引き

第2章では、これまで玉造黒門越瓜(しろり)“ツルつなぎ”プロジェクトで共有されてきた、しろり栽培に関するあれこれを「しろり栽培の手引き」としてまとめています。交流の場としての、しろり収穫祭やインスタグラム「みんなの瓜畑」「新みんなの瓜畑」で共有されてきた体験談やさまざまな情報とともに、世話役の守り人が森下正博先生から頂戴した栽培ガイド「しろりの育て方と食べ方」を元にして各時期のポイントを紹介していきます。



なにわ伝統野菜応援団員・森下正博氏(農学博士)作成資料



Instagram「みんなの瓜畑」(2020~23年)、「新みんなの瓜畑」(2024年~)では、畑の守り人、Uri 爺、Uri_mi、Yu_uri が、みなさまからのお便りを紹介しています。



Q&A なぜ毎年種を配るのでしょうか?

なぜ、私たちのプロジェクトでは、毎年種を配っているのでしょうか? もちろん、しろりの種を取って翌年に栽培することもできます。しろりは、在来の固定種で、遺伝形質もある程度安定しているのですが、そこには、**多様性と伝統野菜★**の関係性があり、その結果、何年も継続して種をとると、最初のものとは特徴が異なる実への変化が起こる恐れも生じます。あるいは瓜の仲間は交雑しやすいので、例えばしろりが同時に栽培しているマクワウリと交配する例も見られます。こうした変化についての危惧もあって、私たちは、毎年玉造稲荷神社さんからいただく種をひとつの基準として、文化継承に努めていくようにしています。

種を配る

玉造稲荷神社さんから、新しい種を拝受して

毎春の種の配布から、しろり栽培の季節が始まります。

4月になると玉造稲荷神社さんから、新しい種を拝受して、プロジェクトの参加者に配るのが、守り人たちの毎年の仕事の始まりです。

このプロジェクトは、玉造黒門越瓜(しろり)をみんなとともに栽培して、収穫したり(もちろん出来なかった人もいます)、自分でつくったしろりを日常の食として食べるところまでが含まれます。もちろん、その際の体験や情報の共有も大切にしたいと思っています。

◆ しろりの育て方と食べ方 (by 森下正博)

4月中旬、直径 10cm のビニールポットに 1cm 位の深さに種をまいて、覆土し、苗を育てます。

本葉が4~5枚に生長し、霜がおりなくなったら、プランターに1~2株植えます。定植後4、5日したら第1回目の肥料をティースプーン1杯与えます。1回にティースプーン1杯が目安で、2週間に1回株と株の間に与えてください。

少し生長して本葉6枚目となりましたら、主枝の先をとめ、下の脇芽から子ツルを2~4本伸ばし、支柱などに絡ませるか、あらかじめ張ったネットにツルをとめていきます。プランターでは子ツル2本位でよいでしょう。

そして、子ツルの脇芽から出る、孫ツルに雌花が咲いたら雄花の花粉が受粉すると実が太っていきます。

着果後約3~4週間で好みの大きさの果実を収穫し、餡かけ、浅漬け等にして食べると美味しいです。

種をまく

4月中旬、直径 10cm のビニールポットに 1cm 位の深さに種をまいて、覆土し、苗を育てます。

種が届くと、皆さん準備を始めます。

4月中旬~5月の大型連休の間に種をまきますが、栽培環境の違いや準備の都合で、種をまく時期には幅があります。

ここで、瓜畑の守り人の Uri 爺から一言。「わしは、大体5月の連休前までにまくが、時々その頃に遅霜がおりて、ま

発芽まで、焦らずゆっくり見守りましょう

たく芽が出ないないこともあるので、まくのは10粒程度にして何粒かを残しておくのじゃ!」そうです(笑)。

5月になるのを待って、その頃に、土をいれたポットに2~3粒ずつまき、ある程度苗が成育してから定植する人が多いようです。もちろん、畑や植木鉢に直まきすることもあります。

「わしもそうしておるが、種まきの前日から、水に種を浸けておく人も多いのじゃ」と Uri 爺。とにかく、生長が安定



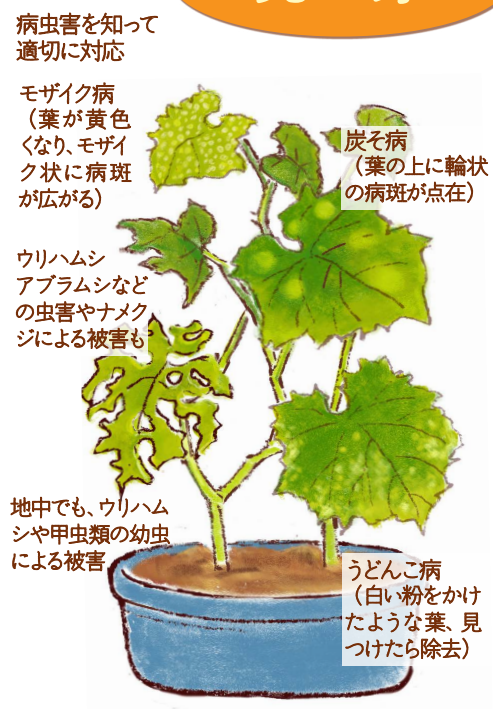
1週間程度でポットの中で双葉が発芽します。

中には、保温と防虫を兼ねて寒冷紗で覆いをするなど、工夫をする人も。

環境条件によっては、1ヵ月後くらいに芽が出ることも。

していくところまでは、温度変化に気を遣いつつ、芽生えの時を待ちます。

発芽



病虫害を知って適切に対応

モザイク病 (葉が黄色くなり、モザイク状に病斑が広がる)

炭そ病 (葉の上に輪状の病斑が点在)

ウリハムシ アブラムシなどの虫害やナメクジによる被害も

うどんこ病 (白い粉をかけたような葉、見つけたら除去)

地中でも、ウリハムシや甲虫類の幼虫による被害

健康な苗育てに努め、虫や鳥、ナメクジの害を越えて

種をまいてから1週間程で、芽が出てきます。最初に根を張って、それから双葉がもくもくと出てきます。

ところが、場合によると、まったく芽が出ない、全滅ということがあります。

鳥が来て種をついばんだり、地中に虫がいたり、あるいは栽培する環境要因によって、種が発芽しなかったりします。がっかりですが、もう一度挑戦。

うまく発芽して、本葉が出て、ナメクジがはい出てきたり、ウリハムシの襲来やモザイク病、**うどんこ病★**など、病虫害に悩みはつきません。

そんなときに、先人たちの苦労話が

役に立ちます。Instagram「みんなの瓜畑」をご覧くださいと、そこには、いろいろなヒントがありそうです。なかには、少々の被害は甘受して、虫との共生を考えている人もいます。

また、発芽率が良い場合も、定植前に、丈夫そうな苗をポットに一つ残して、残りを涙をのんで間引きすることが必要になってきます。

実際、種がたくさん発芽したため、間引き菜として食べることを実践された方もいます。

Instagramの投稿から

min.uri.renew min.uri.scince2020

玉造稲荷神社さんからの種が届いたら、種まきの準備がはじまります。中には、種を一晩水に浸けてからまいたり、身体に密着させて、保温に努めたりと、それぞれ工夫が見られます。

Uri 爺は「芽が出たあとも、双葉の時期に問題がいろいろ出てくるのじゃが、難しく考えることではないのじゃ」。もし駄目になっても、種まきから、すぐにやり直したらいいようです。



★多様性と伝統野菜 地域の特性を活かしながら生産され続けてきた伝統野菜は、生物的多様性とも密接な関係性をもつ。遺伝形質の多様性については、ある環境要因によっては、うまく

発現しない場合があったり、実が成っても形がばらばらだったりもする。一方で、その不均一性があるこそ、これまでの幾多の環境の変化を越えて、種の保存に寄与してきたとも言えるだろう。

★うどんこ病は、土中の糸状菌の胞子が飛散して、作物に寄生することが原因。日照や肥料不足によって、作物の株が弱っているときに発生しやすくなる。予防策は、まず強い株を育てることで、株間をとって、

密植を避け、風通しを良くするのが第一。もしも、白い粉を散らしたような葉を見つけたら、すぐに摘み取る。また、市販の薬剤をスプレーすることで、表面を殺菌する効果も期待できる。

本葉(定植)

株間を十分にとって定植し、追い肥します

本葉が4~5枚に生長し、霜がおりなくなったら、プランターに1~2株植えます。

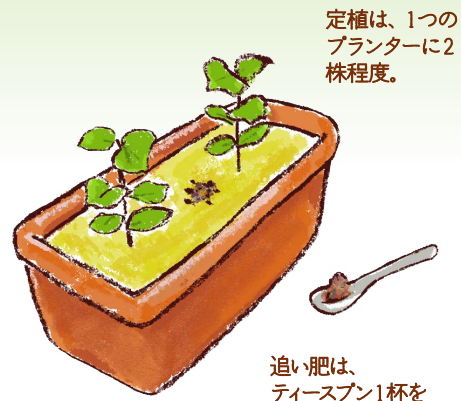
そして、「定植後4、5日したら第1回目の肥料をティースプーン1杯与えます。1回にティースプーン1杯が目安で、2週間に1回株と株の間に与えてください。」

近畿地方では、5月の大型連休の頃

には、朝霜がおりなくなります。この頃に種まきの時期をずらして、収穫時期に幅を持たせる方法もあります。

ポットに発芽した双葉から、本葉が出て、4~5枚になったら、プランターなどに定植することが必要です。

肥料もこの時期から、追い肥をするのと良いとのこと。また、病害虫予防のために**コンパニオンプランツ**★を植えることも一考の余地あります。



定植は、1つのプランターに2株程度。

追い肥は、ティースプーン1杯を2週間に1回程度、株と株の間に与える。

生長点をカット(摘芯)して、枝分かれを促します。

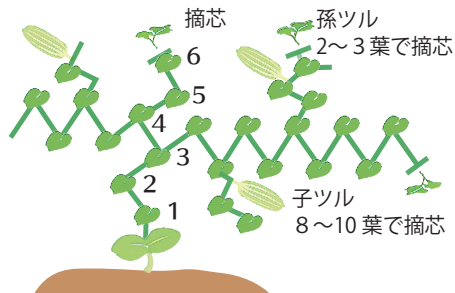
摘芯する

子ツル、孫ツルへの枝分かれを促します

少し生長して本葉6枚になったら、主枝の先を摘み、下の脇芽から子ツルを2~4本伸ばします。

また、「支柱などに絡ませるか、あらかじめ張ったネットにツルをとめていきます。プランターでは子ツル2本位でよいでしょう。」

この段階で、主枝の先を「とめ」、つま



り「摘芯」をします。これは、茎の生長点を摘み取って、ツルの枝分かれを促すことです。

Uri 爺曰く、「傷つけるみたいで、嫌だという人も多いんじやが、ここはやったほうが良いぞ!」。

本葉が6枚程度になったら、摘芯して、子ツルを伸ばし、さらに孫ツルが枝分かれして、例えばネットにとめていくと、縦方向に展開して、風通しも良く、緑のカーテン状に葉が茂ることにもなります。「健全な状態なら、多少の病害虫でも耐えられるかも知れないぞ!」とUri 爺。

Q&A 摘芯はなぜ大切なの?

摘芯は、生長点(メインの茎の先端)を摘み取ることです。

なぜ必要かは、子ツル、孫ツルが枝分かれして、実の成る雌花が孫ツルに咲くのを促すからです。

生長点の摘芯は、茎の節の上を少し残すようにして切り取ります。

摘芯の後は、適切に水や肥料を施します。

また、日当たりや風通しを良くしておくことで、植物が早く回復する手助けをします。

摘芯部分から新しい葉が始めたら生長を促すための追い肥も行ったほうが良いでしょう。

開花

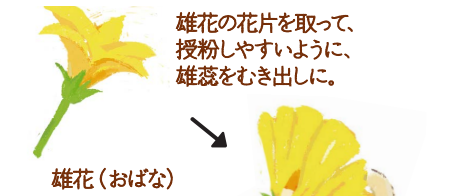
孫ツルに咲いた雌花を大切に育てます

子ツルの脇芽から出る、孫ツルに雌花が咲きます。

摘芯によって枝分かれした、子ツルや孫ツルに花が咲きます。

瓜の花には、雄(お)花と雌(め)花の2種類がありますが、雌花は萼(がく)の

人工授粉のコツ



雄花の花片を取って、授粉しやすいように、雄蕊をむき出しに。

雄花(おばな)

花粉



授粉

雄蕊(おしべ)

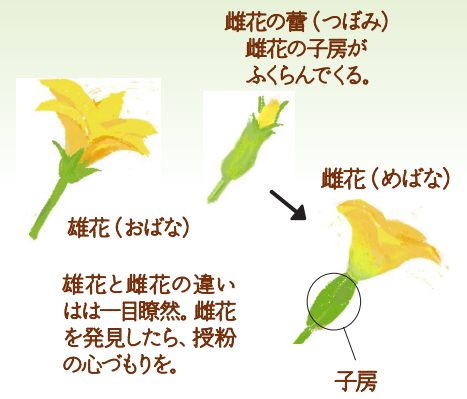
雌花(めばな)

授粉は開花日の朝に、雄花の花粉を雌蕊につけます。

着果後約3~4週間、好みの大きさの果実を収穫します。

下の部分(子房)が小さな瓜の形になっています。雄花には雌花が受粉するための花粉があり、一方の雌花は受粉すると子房が大きくなって、実になります。

虫による授粉が自然ですが、マンションの高いベランダなどでは人工的な授粉が必要になってきます。



雌花の蕾(つぼみ)雌花の子房がふくらんでくる。

雄花(おばな)

雌花(めばな)

雄花と雌花の違いは一目瞭然。雌花を発見したら、授粉の心づもりを。

子房

結実

人の手で授粉も。やがて膨らみ始める雌花の子房

雌花が咲いて雄花の花粉が受粉すると実が太っていきます。

雌花が受粉すると、次第に実が大きくなっていきますが、その前に、授粉を人の手ですることが必要な場合があります。

実際の作業は、雄花の花粉を直接雌花の雌蕊(めしべ)にこすりつけるだけ。

これにより授粉の確実性を増すとともに交雑を防ぐ意味をもちます。何より早めの授粉により、元気な時期の雌花の子房がどんどん太っていく様子を見守りながら、3~4週間後の収穫の時を待ちます。

Q&A 人工授粉はなぜ必要か?

授粉を自然に任せているとウリ科の中で交雑が起こることがありますが、こうしたことを防ぎつつ、特に高層階で虫が少ない場合とか、天候不順で着果が危うく思われる時には、人の手で授粉することも必要になってきます。

瓜類の場合、朝のうちに、開花した雄花を使い雌花に授粉します。雌花の雌蕊(めしべ)に、同じタイミングで咲いている雄花の葯(やく)にある、新鮮な花粉を授粉することで、元気なしろりの実が育っていくでしょう。授粉後は、着果した雌花の先に葉を2枚ほど残して摘芯することで、より大きな実りが期待できます。

5月下旬 本葉が出て、地面に定植。



6月上旬 コンパニオンプランツの実践!



6月中旬 本葉がどんどん出てくる。



6月下旬 ツルをネットに這わせて!



6月下旬 ウリハムシと格闘中!



6月下旬 摘芯したら、花のつぼみが...



新みんなの瓜畑 / みんなの瓜畑
Instagramの投稿から
min.uri.renew min.uri.scince2020

摘芯は、植物を多少は傷つけますが、その後の展開を考えると、やったほうが良いでしょう。摘芯後には、ツルを適正に誘導し、健全な葉の茂りが大切です。ただ、「繁茂がすぎると、風通しが悪くなって、病気の原因にもなるそうじゃ」とUri 爺。「過ぎたるは及ばざるが如し」です。ネットを張るなどして、縦方向に展開するのも効果的かもしれません。

土と防虫

★土と防虫 前年と同じ土のプランターや畑で育てると、ウリ科の野菜の場合は連作障害が出ることもあるので注意が必要。しばしば苗の段階でナメクジが出現するが、薬剤を使用する前に、

じめじめした場所をつくらないのが基本。ウリハムシは、成虫が葉を、幼虫が根を食べ、完全な駆除は厄介だが、まずは健全な苗づくりが第一だろう。

新みんなの瓜畑 / みんなの瓜畑
Instagramの投稿から
min.uri.renew min.uri.scince2020

順調に生育していくと、緑の葉の中に黄色の花がたくさん咲くと同時に、孫ツルにはきっと雌花の姿も見られるでしょう。実が成るのは、1つの孫ツルに1つが目安。授粉するなどして、結実のきざしが見えたら、こんどはできるだけ立派に育つように見守りますが、一喜一憂しながらの暑い夏の日々。いつ収穫するのもうれしい悩みですね。

コンパニオンプランツ

★コンパニオンプランツは、病害虫の発生を軽減したり、互いに助け合って生育する相性のよい植物同士のこと。これを取り入れることで

期待される効果としては、病害虫予防、生長促進、風味が良くなる、の3点が挙げられる。しろりの場合は、ネギ類、マリーゴールドな

どが良いようで、ネギ科の根に共生する拮抗菌がある種の物質を出し、またアブラムシ(モザイク病も媒介)を寄せ付けにくいという。

第3章

しろりを料理して食べよう

“ツレつなぎ”プロジェクトでは、収穫祭に持ち寄られたしろり料理を皆でいただいたり(2008年～2019年)、2020年以降はインスタグラムで栽培やお料理の情報を共有しています。これらの取り組みは、現代の暮らしに応じた旬の食文化の再生とともに、食を通じた新しい人と人、人と地域の関係性づくりにもつながっているようです。ここでは、これまで蓄積されてきた、しろり料理の魅力にフォーカスし、その特徴をざっと整理してみました。

収穫

どうなったら食べ頃? どうやって食べますか?

着果後約3～4週間で好みの大きさの果実を収穫します。

緑色が深まった果実にしっかりと白いすじが見えてきます。日の光を浴びやすいように向きを変えたりしながら、好みの大きさになるのを待って、収穫します。

餡かけ、浅漬け等にして食べると美味しい。

新鮮なしろりは、そのみずみずしさが魅力の夏野菜。多くの人が、まずは塩もみや浅漬けで食べる人が多いようです。

浅漬けにして食べるには、水気を拭き取り、塩をまぶして10分ほど置きます。しろりは水分が多いので、塩もみして水気をよく出すことが大切で、しろり

しろりの塩もみと浅漬けをつくらう!



食べやすい厚さに半月切りにします。

◆基本の【塩もみ】ザルに瓜をとり、塩で揉んで、数分おき、一度水洗いしてから水気を取ります。



唐辛子や生姜を加えたり、調味液を工夫したりと、それぞれのアレンジで多種多様なレシピが生まれます。



皮を軽く剥き、両端を切り、2つに割って、中の種をとり、洗います。



◆基本の【浅漬け】切った瓜をビニール袋に入れて、塩を加えよく揉み込みます。しばらく置いて、水分を絞り、冷蔵庫で漬けて置きます。

※塩は瓜の2%。慣れないうちは、計量器で計って加えましょう。



コラム 漬物の科学と瓜食の伝統

漬物★とは、さまざまな食材を食塩、酢、酒糟などとともに漬け込み、保存性を高めるとともに熟成させ、風味を良くした食品のこと。野菜が塩漬けなどで脱水されるため、野菜の旨みとビタミン、食物繊維、ミネラルなどの栄養が凝縮されています。また、発酵させた漬物には乳酸菌なども含まれています。特に瓜の漬物は、塩や酢などの調味料で漬けた日本の伝統的な保存食で、なかでも浅漬けはシャキシャキ食感と独特の風味が特徴。暑い時期に食欲をそそる食べ物として好まれてきました。

夏野菜をピリ辛で和えて!



しろりのくずきりの吸い物。



定番の浅漬けで一杯!



具だくさんの素麺に



夏でも温かいにゅうめん



やっぱり美味しい漬物



料理をつくった人・料理名: 上段左から、U-CoRo プロジェクト・ワーキング「夏野菜のピリ辛和え(2024年)」、Konikanさん「しろりの浅漬け(2024年)」、Ryujii & つれあいさん「かき玉にゅうめん(2021年)」、下段左から、馬見丘陵のうりっこさん「しろりのくずきり汁(2024年)」、Kaoさん「そうめん(2023年)」、Kato 家さん「漬物3点セット(2022年)」 つくった時期: 7月中旬から8月下旬

Instagram 新みんなの瓜畑 / みんなの瓜畑
Instagramの投稿から min.uri.renew min.uri.scince2020

Instagramでも、収穫をした、しろりを様々な料理で食べていることが報告されています。やはり真夏の時期なので、まずは浅漬け、生食はスライスしてサラダ感覚でビールのお供に。反対に季節を問わずに加熱調理も盛んで、「わしは、夏でもお鍋が大好き。しろりを入れるのが手軽じゃし、皆で話題にしながら食べるのが楽しいぞ!」とUri 爺。しろりは生でよし、煮て、焼いて、揚げてと自由自在の活用が魅力。

漬物 ★漬物づくりのプロセスは、①浸透圧の差によって細胞から水分を出し、②細胞壁を壊し、③味成分を細胞内への流入させる、

ことから成り立っている。漬物の種類によっては、乳酸発酵などの発酵と、それによる保存性や食味の向上が伴う。

浅漬けは、野菜(瓜、胡瓜、大根、茄子など)を短時間、塩や調味液で漬けたもので、一夜漬け、お新香などと呼ばれる。

しろりはどう食べられてきたのか?

しろりはどう料理し、保存したのか?

しろりの料理法には、昔から漬物のほかに、生で食べたり、味噌和えにしたり、煮て食べたりと、いろいろありました。でも、この夏野菜をできるだけ美味しく、しかも長い期間食べたいという願いにこたえるために、昔から様々な工夫がなされてきました。

まず「雷干」は、江戸時代からある、有名な保存法の一つ。螺旋状に切って干すやり方で、くるくると一つながりに切るのは難しそうですが、吊して乾燥させるためには、この形が良いようです。その形から「雷干」の名が付いたと言われています。

しろりの保存法については、食文化の研究や古い文献から、森下先生が拾い出し、表にしています



<雷干のつくり方> しろりの両端を切り落として、種の部分をスプーンなどでとりのぞいて、円筒状にします。麵棒を通して、端からゆっくりと包丁を入れて回してらせん状に切ります。これを風通しの良いところで、吊り下げて干します。

古くから、塩、醤油、酒糟に漬ける、「塩漬」、「醤油漬」、「糟漬」があります。そして、先ほどの螺旋状に切って干す「雷干」があります。さらに「捨小舟」というのは、瓜を半分に切って中の種を取り、そこに塩を盛るもので、小舟に似た形からそう呼ばれました。それを酒糟などに漬けるためなどの下準備でもありました。

さまざまな保存法と戻し方

1689(元禄2)年の料理書『合類日用料理抄』記載の「干瓜の方」では、瓜を6つか8つ割にして、塩をして、塩水で洗うとあります。そして「古酒をひく(お酒をかける?)とも。これを壺に入れておくと、なんと翌年の6月までもったそうです。

同書にある「あさ瓜持様」の記述には、瓜を4つ割にして、よく洗い、それから、水気を取り去るのか、「湿去」とあります。ここで、おからに塩を混ぜて団子状にしたものを当てて瓜を重ねますが、その際は、必ず下の瓜と重ならないようにして、おからを挟んでいくわけです。

それから「色の持ち」。色をもたせる方法としては、例えば、細かく刻み、乾燥させてから、酒をもみつける。それを壺に入れて保存すると、春までもつ。水に戻すと生瓜のようになるという記述があります。

★発掘された瓜の種 元大阪府立大学の藤下典之先生は、メロン研究の第一人者で、歴史研究の分野では、古代の遺跡から出てくる瓜類の種を何千何万と集めて調べることがもされた。小さな種を方眼紙に並べて写真を撮り、分類していく作業。特に

切って保存するのではなく、丸のまま保存する方法もあるそうです。『料理早指南』という書物には、冬瓜も同じようにすると書いてあったのですが、収穫したものを生のまま縄で束ねて、竈の上に「いりて置く」とあって、「もつものなり」とあります。

共通したことは、腐りの防止技術。それは、干す、塩、醤油、糖、酒、空気の遮断、微生物の働き、煙(燻製)、熱などによるものでした。

竈の上に置くと言えば、例えば「みそ玉」とかがそうです。おくどさんの上に蒸した大豆の固まりをぶら下げて、ある時期になったら、これを塩水と混ぜながら突いて味噌を仕込む。やはり煙だとか、高温、発酵や乾燥ということで腐りを防ぐわけです。数々の保存法が編み出されていて、昔の人の偉大さを思い知らされます。年間を通して食べつないでいくための智慧が、食材それぞれについて、たくさん伝えられていました。

しろり保存方法 *森下正博(2016)

名称	果実大きさ	前処理	干す	材料	保存	備考
1.塩漬	2つ割	種部?	○?	塩	?	天平12年(739) 関根真隆
2.醤油漬	2つ割	種部?	○?	醤油	?	宝字2年(758) 関根真隆
3.糟漬	2つ割	種部?	○?	糟	?	勝宝2年(750) 関根真隆
4.雷干	螺旋状	種部めく?	○		?	『漬物塩漬言』(1836)
5.捨小舟	2つ割	塩	○	糠漬け	樽?	『漬物塩漬言』
6.干瓜の方	6、8つ	塩、塩水洗	○(籾)	古酒を引く	壺	翌年6月迄「合類日用料理抄」(1689)
7.あさ瓜持様	4つ割	よく洗う	○湿去	塩入りおからタンゴ	樽?、重ね、おからを挟み、蓋	『合類日用料理抄』
8.色の持ち	細かく刻む		○	酒もみつけ	壺?	春、水に戻す生瓜「茶湯献立指南」(1696)
9.貯やうの事* 丸のママ	縄で束ねる		—	竈の大火の上に	もつものなり	『料理早指南』(1801) *うりかはひやうのこと

腐りの防止技術: 干す、塩、醤油、糟、酒、空気の遮断、微生物の働き、煙(燻製)、熱

コラム しろりの考古学と漬物の歴史

滋賀県守山市の弥生時代中期の環濠集落、下之郷遺跡では、瓜の種や果肉までが出土しています。これは種が比較的大きいことから真桑瓜や越瓜の仲間だと考えられています。このように発掘された瓜の種★からも、古くから人の暮らしのそばにしろりがあったことが分かります。ちなみに平城京から発見された人糞中からも、多量の瓜の種が見つかっています。同時に、瓜の漬物も長い歴史を持つものです。古墳時代に遡るとされていて、瓜を日持ちさせる手段として、塩水に瓜を漬ける技術が生まれたそうです。平安時代には、現在の京都を中心に漬物の文化が栄え、多種多様な漬物が誕生しています。時が流れ、江戸時代には浅漬けが登場、瓜の漬物はよりポピュラーな存在となり、各地で独自の瓜の漬物が誕生、それぞれの地域の風土が反映された技法や味わいが生まれました。

マクワウリについては詳しく調べられ、この瓜は弥生時代前中期に稲などと一緒に入来したものだと言われている。ちなみに、遺跡と言っても、実際は、種はどこから採取したのか? 答えは、実は今のトイレやゴミ捨て場にあたる場所。

みんなのしろり料理案内

和洋中からエスニックまで、旬の食を満喫!

暑い夏に旬を迎えるしろりは、涼しげな姿とみずみずしい味わいで、昔々からほんの半世紀ほど前まで、日本の夏の食卓に欠かせない食材でした。ところが、効率の良い野菜の生産や流通の仕組みが広がっていくにつれ、家々の食卓でもお店でも、しろりの姿を目にすることがほとんどなくなっていきました。気がつけば、旬の野菜を楽しむ食文化も、すっかり影を潜めてしまいました。

伝統野菜・しろりの復活とは、現代の暮らしにフィットした旬の食文化を再生すること。温故知新の心で先人の知恵に学びつつ、新しいしろり料理をみんなで創り出して、大いに楽しみましょう。

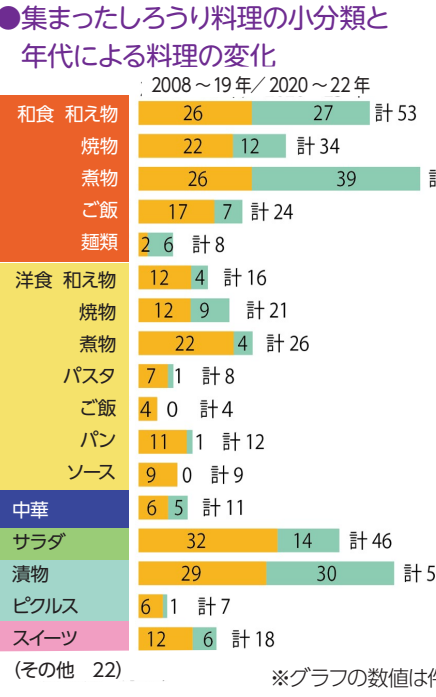
られたものや、プロの料理人の手になる本格料理もありました。リモートやインスタグラムで寄せられたお料理には、日常の食卓の楽しみが詰まっています。

こうして集まってきたお料理の写真を、アルバムにまとめてウェブサイト上で、みんなで参照できるようにと、2023年に「しろり料理アルバム 2008～2022」★を作成しました。和洋中からエスニックまで、スイーツを含め、実に400点以上にのぼり、定番から創意溢れるメニューまで、多彩な一皿が続々誕生しています。

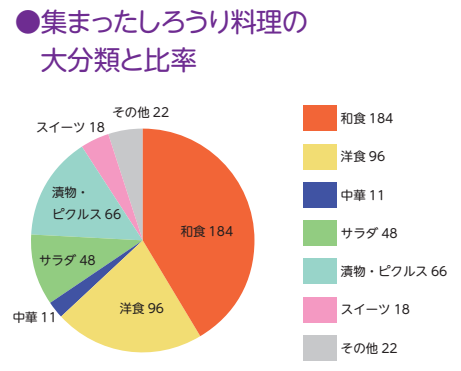
「しろり料理アルバム」に、400点以上の料理が大集合

玉造黒門越瓜「ツルつなぎ」プロジェクトでは、2008年から2019年まで、毎年プロジェクト参加者がしろり料理を持ち寄って、それぞれの味を楽しみながら交流する、恒例の収穫祭を開催してきました。2020年に発生したコロナ禍以降は、リモートでの収穫祭やインスタグラム「みんなの瓜畑」「新みんなの瓜畑」などを通して、しろり料理をともに楽しんできました。

収穫祭に持ち寄せられたお料理には、ハレの場としておもてなしの気持ちが込め



2018年の「ツルつなぎ」収穫祭にて



◎夏の新・日常食へ しろりは、生でよし、加熱してよし、スイーツにもよし

暑い夏、みずみずしい採れたてのしろりを生で食べるおいしさは格別です。目にも爽やかな浅漬けやさっぱりした和え物に、食欲もそそられます。一方、加熱調理との相性のよさを、しろりの魅力にあげる方も少なくありません。餡かけ、汁物

など、温かいもののほかに、調理してから冷やして食べる、冷製のメニューもたくさん作られています。夏を乗り切る滋養を得るための、美味しさの探求、食の知恵と工夫が伝わってきます。

「しろり料理アルバム」に寄せられた

料理も、加熱調理と非加熱調理がほぼ半々で、食材としての可能性の大きさを物語っています。400点超のお料理の中から、ほんの数点ですがピックアップしてご覧いただけます。



非加熱調理 生でおいしく鮮やかに サラダのバリエーション

料理名 越瓜のイタリア風サラダ
料理を作った人 板良敦真知子さん
料理を作った年 2017年



料理名 越瓜とツナのサラダ
料理を作った人 久世 竜さん
料理を作った年 2018年



料理名 しろりのライムのせ ソムナム風サラダ
料理を作った人 中西一美さん
料理を作った年 2020年



加熱調理 加熱して体にやさしく 餡かけ・汁物・冷製も

料理名 越瓜のあんかけ冷製
料理を作った人 六波羅雅一さん
料理を作った年 2017年



料理名 ホタテ貝と越瓜のミルク煮
料理を作った人 永井佳子さん
料理を作った年 2014年



料理名 しろりのとりそばの餡かけ
料理を作った人 増谷朋恵さん
料理を作った年 2022年



コラム 商人のまち、大阪・船場の日常食としろり料理

商人のまち、大阪の中心地・船場の商家では、店の主人の家族と奉公人たちがともに暮らしましたが、日常の食事はかなり質素なものでした。ご飯を炊くのは朝で、朝夕は粥（茶漬）とお漬物ですませました。昼は白米に一汁一菜で、昼のおかずには、野菜や海藻などを炊いたものなどが一般的だったようです。ただし、日々これだけでは栄養不足になりかねないので、船場では割と頻繁に「ハレ」の日を設けて、塩鯖などを食し、そのアラから出汁を取って大根を煮たのが、「始末の料理」として知られる船場汁でした。

しろりは、大阪のまちでは主に日常茶飯の食事として食べられていました。一般に、船場の商家でも普通の家庭でも、漬物にした、しろりを食べるのが常でした。旬の季節には、煮物にしたり、薄く切って汁物に入れたりもしたようです。



コラム 作家、池波正太郎が愛した、しろり料理

池波正太郎★さんのエッセイや時代小説のなかには、しろり料理が何度も出てきます。たとえば、江戸時代が舞台の小説で、主人公が朝餡に豆腐と茄子の味噌汁としろりの雷干を食べる場面もあります。池波さんは、子どもの頃から、しろりが大好物だったそうです。螺旋状に切って干した雷干は「祖母がよくつくってくれた」思い出の味で、「こうすると妙に甘みが出てきて、風味がよい。歯ごたえは、さらにきっぱりとしたものになる」と、エッセイに記しています。

そして、もう一つ、池波さんが若い頃からとびきり好んだのが、しろりのサンドウィッチです。パンにバターをたっぷり塗って、スライスした生のしろりをはさむだけ。この極めてシンプルな味わいを絶賛されています。写真は、2023年の収穫祭・フォーラムで、再現してみたものです。



漬物 無限のバリエーション 食卓を彩る漬物の宇宙

しろりの漬物のバリエーションは、和の伝統を踏襲した糟漬けや糠漬けから、和風洋風さまざまな浅漬けのアレンジまで、無限の広がりを見せています。ここでは、一部の紹介ですが、塩麹や味噌や胡麻や山椒、梅干しや鯉節と和えたもの、白だしやあごだし、蜂蜜レモンやヨーグルト、カンパリやワインに漬けたものまで、多種多様な一品が食卓を彩っています。



料理名 越瓜のヨーグルト漬け
料理を作った人 角林佳代子さん
料理を作った年 2019年



料理名 越瓜の糟漬 (1年物と2年物)
料理を作った人 永江三希子さん
料理を作った年 2019年



料理名 しろりのぬか漬け
料理を作った人 藤堂千代子さん
料理を作った年 2021年



料理名 昆布としろりの浅漬け風
料理を作った人 正木啓子さん
料理を作った年 2021年

ご飯・麺類 ご飯・麺類とともに、ハレの場をしっかりと支える

ご飯や麺類にも、しろりはしっかりと寄り添ってくれます。大勢が集って楽しむハレの場面にはもってこいで、しろりの巻きやにぎりをはじめとする各種のお寿司、大鍋での炊き込みご飯やパエリア、しろりを混ぜ込んだパスタやおそばにもフィットします。みんなのお腹を、しろりの話題とともに膨らませることができ、安定感抜群のパーティーメニューです。



料理名 越瓜のラタトゥイユ風そば
料理を作った人 中越慈子さん
料理を作った年 2015年



料理名 越瓜と昆布の海苔巻き
料理を作った人 U-CoPoプロジェクト・ワーキング
料理を作った年 2015年

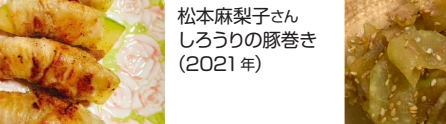


料理名 しろり炊き込みご飯
料理を作った人 河原美也子さん
料理を作った年 2021年



料理名 しろりのにぎり寿司
料理を作った人 U-CoPoプロジェクト・ワーキング
料理を作った年 2021年

お弁当にもオススメ



松本麻梨子さん しろりの豚巻き (2021年)

郷土料理 各地の食文化が出会う、しろりでマリアージュ

全国各地の食材と技が出会い磨き上げられてきた大阪の食文化ですが、しろり料理の創作にも、一人ひとりの背景にあるさまざまな地域の食文化が融合していく様子うかがえます。例えば、各地に見られる郷土料理★の「のっぺ」や、宮崎名物の「冷や汁」や「レタス巻き」風に、しろりをういた料理も登場。また、京都らしいお料理の中にも、しろりが活用されています。



料理名 ハモと瓜の煮物 新生姜添え
料理を作った人 森田瑞穂さん
料理を作った年 2021年



料理名 しろりののっぺ
料理を作った人 山本直子さん
料理を作った年 2022年



料理名 冷や汁
料理を作った人 黒木ルミさん
料理を作った年 2022年



料理名 レタス巻き風
料理を作った人 黒木ルミさん
料理を作った年 2022年

スイーツ 変幻自在に、開花するスイーツの可能性

スイーツの素材としてのしろりの可能性も、大きく開花しています。ゼリーやプリン、杏仁豆腐に、宝石のような姿を見せて、甘いコンフィチュールやジャムにも変身。パウンドケーキ、チーズケーキやタルトでも持ち味を發揮し、チョコや果物と合わせて、アイスクリームやシャーベットにしても楽しめます。変幻自在な、しろりならではの、スイーツワールドが広がります。



料理名 越瓜のワインゼリー
料理を作った人 京都大学高田研究室 (当時)
料理を作った年 2009年



料理名 ミルクプリンと越瓜のコンフィチュール
料理を作った人 小島明子さん
料理を作った年 2019年



料理名 玉造黒門越瓜牛乳ゼリー
料理を作った人 森下光恵さん
料理を作った年 2020年



料理名 しろりのデザート
料理を作った人 武田さえみさん
料理を作った年 2022年



やすいじゅんこさん しろりのきんぴら (2022年)



山本仁美さん しろりのピリ辛中華炒め (2022年)

◎プロフェッショナルの本格しろり料理 堪能!日本料理とフランス料理の饗宴

玉造黒門越瓜“ツルつなぎ”プロジェクトの輪は、素晴らしいプロの料理人の方々にもつながっていきました。

日本料理の達人は、伝統の技に根差しつつ現代のしろり料理を編み出され、フランス料理の達人は、フレンチの調理

法でしろりの魅力を無理なく引き出されています。しろり料理の饗宴を思い浮かべてお楽しみください。

日本料理 店主とスタッフが腕をこみさん 揮ったしろり料理

2019年の収穫祭では、江戸時代の上り料理の再現にも取り組まれている、大阪・堂島の日本料理「かこみ」の店主・梶山一希さんと、同店で修行する料理人みなさんが玉造黒門越瓜を素材に腕を揮ってくださいました。しろりをおいしくいただく上り料理の知恵が、みごとに現代に活かされました。写真の3品のほかに、「玉造黒門越瓜のきんぴら」「玉造黒門越瓜と鰯のサラダ」「玉造黒門越瓜おかか和え」も美味でした。



料理名 玉造黒門越瓜 干鮑白オセロ 白湯煮込み
料理を作った年 2019年



料理名 玉造黒門越瓜 雷和え
料理を作った年 2019年



料理名 玉造黒門越瓜のさっぱり梅あん仕立て
料理を作った年 2019年

フレンチレストラン シェフがアレンジに挑んだ しろり料理

フレンチレストラン「RiRe」の中山雅雄シェフは、玉造黒門越瓜を素材に腕を揮ってくださいました。旬の伝統野菜を用いたお料理のアレンジにも熱心に取り組まれています。当プロジェクトには、当初からご協力いただき、しろり料理をともに味わう収穫祭では、産直の美味しい食材としろりを抱き合わせた創作料理の数々を届けてくださいました。12年間で、約100点に上りますが、そのほんの一部を紹介します。



料理名 自家製 オイルサーディンとキタアカリと越瓜のローズマリー風味
料理を作った年 2019年



料理名 玉造黒門越瓜のハーブライスと奥丹波地鶏のコンフィの手まり仕立て
料理を作った年 2016年



料理名 魚マリネと玉造黒門越瓜とオレンジサラダ
料理を作った年 2019年

注目 研究者が迫る“玉造黒門越瓜”の不思議な力

栄養学的に見れば、玉造黒門越瓜はビタミン類のほかは水分が主で、特に栄養豊かな食べ物とは言えないのですが、大阪公立大学の小島明子先生の研究によって、その特別な効果が見出されています。

有の効果が認められました。併せて、ラットによる動物実験も行われ、他のしろりと比較し、アルコールの代謝を活性化させる効果を持つことが検証されています。つまり、細胞レベルでも、動物実験レベルでも、玉造黒門越瓜はアルコール性肝疾患の

しろりの抽出物を肝細胞に加え、アルコール代謝の推移を他県産のしろりと比較・検証されたところ、玉造黒門越瓜特

予防★効果を有することが分かったのです。加熱調理をしても、変わりはないそうで、玉造黒門越瓜の特異な効果に注目です。



小島明子先生 (大阪公立大学 生活科学研究科准教授)

郷土料理

★郷土料理 のっぺ汁は、地方により、呼び名が多少異なるが、のっぺ(のっぺい)とは、片栗粉や里芋で汁にとろりとした濃度をつけていること。そのとろみと根菜がたくさん入っ

ているのが特徴で、全国各地に伝わる郷土料理の一つ。一方、冷や汁は、出汁と味噌で味を付けた、冷たい汁料理。これも呼び名は異なるが全国

にあり、宮崎県では、冷や汁は即席のかけ汁で、郷土料理として知られている。麦飯に生味噌をのせ、それに水をかけて食べていたことが元になっているとされている。

アルコール性肝疾患の予防

★アルコール性肝疾患の予防 小島明子先生の実験によって、玉造黒門越瓜の抽出物は、アルコール性肝疾患の予防効果を有す

ることが明らかとなった。そのメカニズムは、①アルコール脱水素酵素 (ADH) を介したアルコール代謝経路を亢進

させる。これによって、②薬物代謝酵素の活性を抑制して、細胞障害を引き起こす活性酸素種の産生を抑制する、ということ。

終章 しろりのある暮らしを考える

ここまで、玉造黒門瓜(しろり)と出会い、ともに育て・食する楽しみを共有してきた“ツルつなぎ”プロジェクトでの体験や学びをベースに、しろりの来歴、栽培の手引き、料理方法や食文化をご紹介してきました。終章では、2023年に行った同プロジェクト参加者の方々へのアンケートや、同年に開催したしろり収穫祭・フォーラムでのトピックから、私たちの暮らしの未来へと想いを馳せてみましょう。

世代や分野を越える伝統野菜特有の力

玉造黒門越瓜“ツルつなぎ”プロジェクトの広がりから

2008年から続けてきた玉造黒門越瓜(しろり)“ツルつなぎ”プロジェクトを通して、私たちは伝統野菜が持っている力が、狭い意味での食・農の枠に収まるものではないことを実感してきました。少子高齢化の進行や、単独世帯の増加とあいまって、孤独・孤立が深刻化しやすい現代の暮らしの中で、人と人、人とまちの関係性を豊かに、ウェルビーイングを実現していくには、どうしたらよいか。上町台地をフィールドにコミュニ

ティ・デザインの実践研究に取り組む中で出会ったのが、素晴らしい地域資源の一つ、なにわの伝統野菜・玉造黒門越瓜でした。そこで、玉造稲荷神社さんのご協力を得て、大阪ガスネットワーク エネルギー・文化研究所と有志による“ツルつなぎ”プロジェクトを展開してきました。地域の歴史・物語が詰まっている伝統野菜の包容力は格別で、子ども・青年から中年・高齢者まで、幅広い世代の参加・交流を促し、食や農の関心にとどまらず、教育・文化、環境、福祉、防災、まちづくりなど、多分野の関心を引き寄



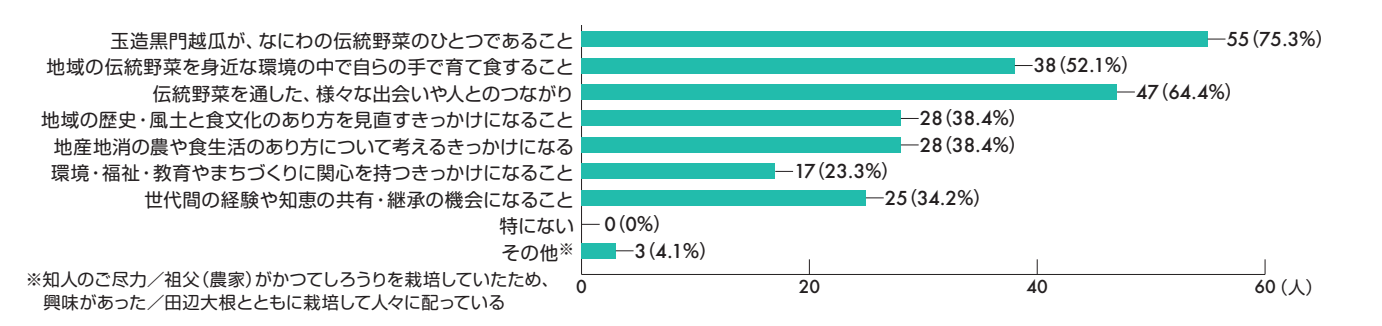
せていきました。2023年に行った「玉造黒門越瓜“ツルつなぎ”プロジェクト参加者アンケート」★の回答には、そんな伝統野菜特有の力が見てとれます。いくつかをピックアップしてご紹介します。

「玉造黒門越瓜“ツルつなぎ”プロジェクト参加者アンケート」から

玉造稲荷神社さんから頂いたしろりの種を、直接お渡ししている方を対象に、2023年に実施したアンケートで、約半数の73名の方の回答を集計しています。そのなかから、「当プロジェクトのどんなところに興味を覚えましたか」、「しろり栽培から生まれるおすそ分けの状況について」、「当プロジェクトを通して生活意識や行動に変化があったか」の3つの質問への回答をご覧ください。

“ツルつなぎ”プロジェクト参加者アンケートから

当プロジェクトのどんなところに興味を覚えましたか



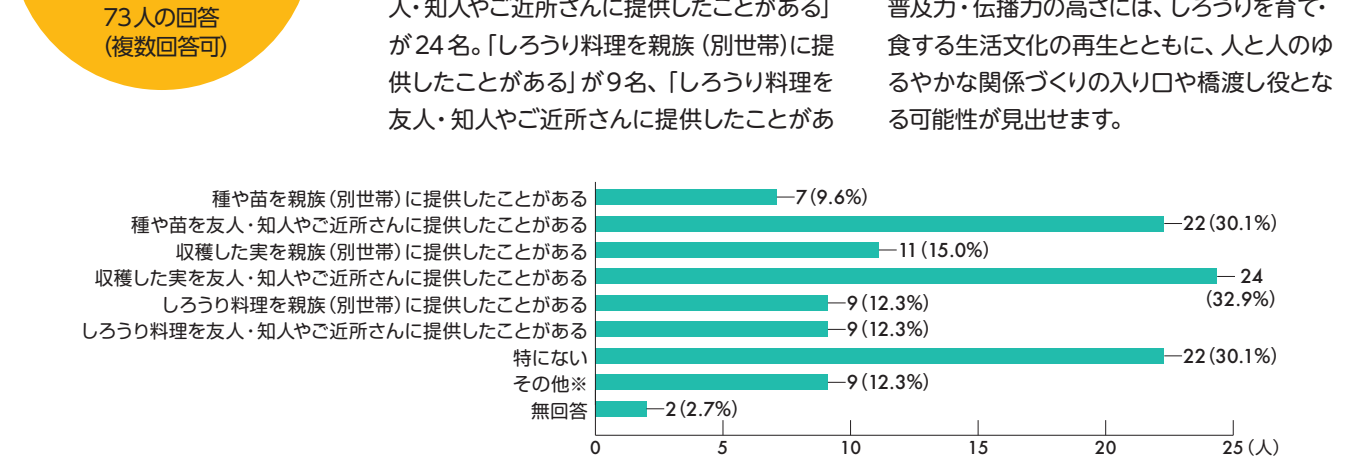
出会うつながりへの興味が6割超

「当プロジェクトのどんなところに興味を覚えましたか」との問いに、55名の方が「玉造黒門越瓜が、なにわの伝統野菜のひとつであること」と答え、続いて47名の方が「伝統野菜を通じた、様々な出会いや人とのつながり」と答えています。ほかに「地域の伝統野菜を身近な環境の中で自らの手で育て食すること」が38名、「地域・歴史風土と食文化の在り方を見直すきっかけにな

ること」「地産地消の農や食生活のあり方について考えるきっかけになること」が各28名。食・農への関心を基層にしつつ、現代の暮らしの中で、出会うつながりの媒体としての伝統野菜の存在価値の大きさが伝わってきます。実は、食・農には、食料・栄養の供給、生産・消費だけでなく、本来、人と人、人と地域をつなぐ大切な役割があったのだと気づかされます。

“ツルつなぎ”プロジェクト参加者アンケートから

しろり栽培から生まれるおすそ分けの状況について



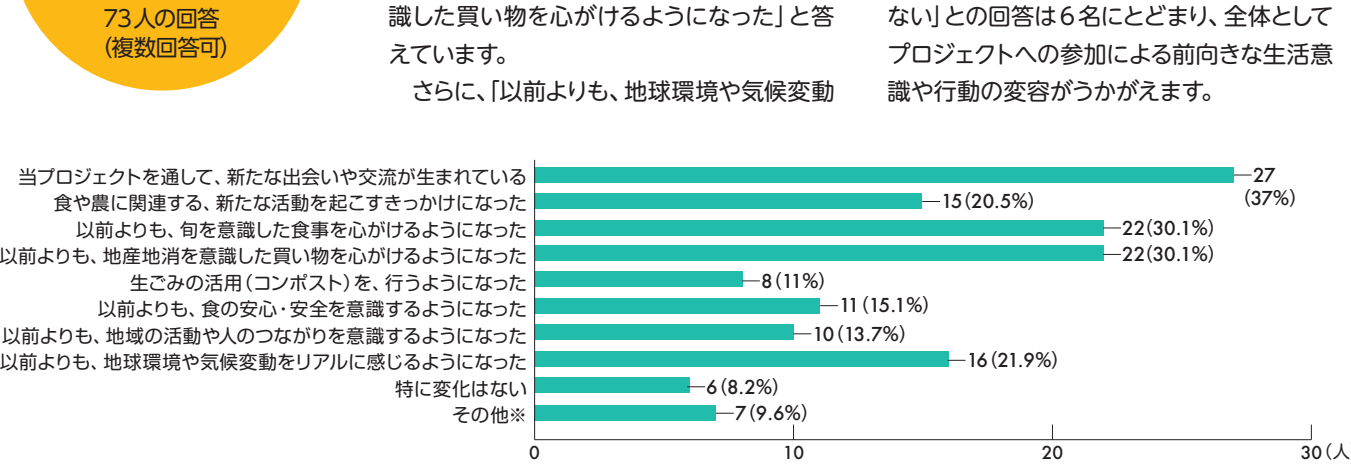
おすそ分けした人6割超が物語る媒介力

「しろり栽培から生まれるおすそ分けの状況について」の問いに、「種苗を親族(別世帯)に提供したことがある」が7名、「種苗を友人・知人・ご近所さんに提供したことがある」が22名。「収穫した実を親族(別世帯)に提供したことがある」が11名、「収穫した実を友人・知人やご近所さんに提供したことがある」が24名。「しろり料理を親族(別世帯)に提供したことがある」が9名、「しろり料理を友人・知人やご近所さんに提供したことがある」が9名。一方、「特になし」との回答は22名。3割の方はおすそ分けはしていないものの、6割以上の方が親族や友人・知人・ご近所さんへのおすそ分けを行っていることがわかります。おすそ分けの背景に、プロジェクト参加者ならではの積極性が推察でき、周囲への普及力・伝播力の高さには、しろりを育て・食する生活文化の再生とともに、人と人のゆるやかな関係づくりの入り口や橋渡し役となる可能性が見出せます。

「当プロジェクトを通して生活意識や行動に変化があったか」との問いには、27名の方が「当プロジェクトを通して、新たな出会いや交流が生まれている」と答え、続いて各22名が「以前よりも、旬を意識した食事を心がけるようになった」「以前よりも、地産地消を意識した買い物を心がけるようになった」と答えています。さらに、「以前よりも、地球環境や気候変動

“ツルつなぎ”プロジェクト参加者アンケートから

当プロジェクトを通して生活意識や行動に変化があったか



新たな出会い・交流、旬や地産地消行動も

をリアルに感じるようになった」が16名、「食や農に関連する、新たな活動を起こすきっかけになった」が15名、「以前よりも、食の安心・安全を意識するようになった」が11名、「以前よりも、地域の活動や人とのつながりを意識するようになった」が10名。一方「特に変化はない」との回答は6名にとどまり、全体としてプロジェクトへの参加による前向きな生活意識や行動の変容がうかがえます。

「当プロジェクトを通して生活意識や行動に変化があったか」との問いに、27名の方が「当プロジェクトを通して、新たな出会いや交流が生まれている」と答え、続いて各22名が「以前よりも、旬を意識した食事を心がけるようになった」「以前よりも、地産地消を意識した買い物を心がけるようになった」と答えています。さらに、「以前よりも、地球環境や気候変動



しろり、食・農でつながる サードプレイスの広がり

サードプレイスとしての コミュニティ農園・菜園の広がり

狭い意味での食・農の枠に収まらない伝統野菜の魅力とともに、近年身近で顕著に見られるようになった食・農に関わる実践があります。地域の中で育まれている、もう一つの居場所・ゆるやかな支え合いの場づくり、サードプレイスとしてのコミュニティ農園・菜園の広がります。



2023年夏に開催した「ツルつなぎ」収穫祭・フォーラム★では、そうした場の担い手の方々にお集まりいただき、「しろり、そして食・農でつながるサードプレイス」と題して、リレートークで6つの場の取り組みをご紹介いただきました。それぞれのフィールドは、都心部もあれば、都心の縁辺部もあれば、都市の郊外や旧農村部もあります。出発点となっている動機も様々ですが、食・農を通して新たなつながりを紡いでいる点では共通しています。

育てる経験の共有を 大切にしたい場づくりの実践

「シェア型菜園活動 もりの休日」(大阪市中央区)は、都心部での子育て世帯を中心にした新たなコミュニティづくりが志向され、「はたけもり HATA Lab × COME Lab」や「松野農園」(いずれも大



★「Community Supported Agriculture」(略称: CSA)は、農家が消費者である地域住

民と支え合いながら取り組む新しい農業のあり方で、学びのプログラムなども盛り込まれ、近年注目されるようになっている。

阪市生野区)では、高齢化が進む住宅市街地で空き家・空き地を活かし、まちを再生するコミュニティスペースの可能性が開かれています。「Kuse O Farm」(西宮市)や「奈良・浅井農園」(奈良県川西町)では、これからの社会のために都市郊外で守られてきた農の環境を活かすチャレンジが始まっています。「中野ガーデン」(阪南市)では、美しいロケーションが多彩な人材を引き寄せ豊かな交流の場となっています。

伝統野菜から未来へ、食・農を地域・社会へ開く

現代社会の中で、私たちは生産と消費の効率性にとらわれて、人が生きていくために必要なもう一つの大きな役割や機能を見過ぎてきたのかもしれない。その最たるものが、食・農を介した、人と人、人と風土のつながりです。

旬にどっさり



2023年に開催した「ツルつなぎ」収穫祭・フォーラムのチラシ

実った作物を隣近所や職場で分け合い、季節のお料理やお菓子をともに味わう。採種や育苗、害虫対策など、栽培の知恵や技術を分かち合う、天候を気にかかけ、体調を気遣い、挨拶を交わし、さりげなく見守り合う。伝統野菜は、いったん途絶えてしまった食・農を介したつながりを、現代の暮らしの中に新たな形で取り戻していくための架け橋になります。ゆるやかな関係

性が育まれることによって、コミュニケーションの機会や、目に見えないセーフティネットの糸が増え、不安も緩和されて、ウェルビーイングにつながっていきます。

しろりのある暮らしを感じ考えることから始まる

もちろん、生業としての農の営みを支える仕組みも必要です。それもまた、生産と消費の閉じた輪の中に回収してしまうのではなく、その輪を地域・社会に開いていく取り組みが欠かせません。収穫祭・フォーラムでも紹介された「コミュニティ・サポーターズ・アグリカルチャー(略称 CSA)★」の考え方と実践など、新たな仕組みの芽生えを伝えてくれています。

閉じてしまっていた食・農の世界に、学びや交流のプログラム、キャリア支援のプログラム等、地域・社会の土壌を耕す役割を導入していくことによって、未来の種がまかれ育まれていくのだと実感しています。しろりのある暮らしは、そんな未来の苗床なのだと思えます。



近年注目されるようになっている。

レファレンスコーナー (参考図書・雑誌、ウェブサイト等のご案内) もっと知ろう楽しもう伝統野菜・玉造黒門越瓜をとりまく世界

伝統野菜・在来作物について学ぶ

- 書籍** ●『野菜：在来品種の系譜』(ものと人間の文化誌43) 青葉 高 法政大学出版局 1981年
～蕪、大根、茄子等の日本在来野菜をめくって、その渡来・伝播経路、品種分布と栽培のいきさつを各地の伝承や古記録をもとに辿り、畑作文化の源流とその風土を描く～
- 雑誌** ●『vesta』132号 特集「伝統野菜・在来作物」味の素 食文化センター 2023年10月
～伝統野菜とは食文化を支えるもの なにわ野菜の美味しさとその魅力 江戸の都に集まった地方の在来種～
- You Tube** ●「みる vesta～食文化の世界」(『vesta』特集「伝統野菜・在来作物」)
<https://www.youtube.com/watch?v=H4otlaEdnqU>

瓜のはるかな歴史・民俗・物語に出会う

- 書籍** ●『瓜と龍蛇 いまは昔 むかしは今 1』 網野善彦・大西廣・佐竹昭広 福音館 1989年
～瓜から天の川が流れ出す? 美しい絵巻の物語に潜む謎を追おうちに～
- 書籍** ●『土づくりひとつで味が違う 畑の達人』 麻生 健 万来舎 2010年
～家庭菜園をもっと楽しく、野菜を安心・安全に育てる知恵と知識が満載～

「なにわの伝統野菜」の色々を知る

- WEB** ●大阪府 なにわの伝統野菜ページ
<https://www.pref.osaka.lg.jp/o120090/nosei/naniwanonousanbutu/dentou.html>
- 大阪市 なにわの伝統野菜について
<https://www.city.osaka.lg.jp/keizaisenryaku/page/0000119574.html>
- 書籍** ●『なにわ大阪の伝統野菜』なにわ特産物食文化研究会 農文協 2002年
～「食道楽」の町として栄えた大阪には、江戸時代、各地に野菜の産地が生まれた。そんな伝統野菜を再評価し解説。現代の活かし方も検討～
- リーフレット** ●リーフレット「なにわの伝統野菜」大阪府 2024年
https://www.pref.osaka.lg.jp/documents/29193/leaflet24_2.pdf
- リーフレット「大阪市なにわの伝統野菜」
<https://www.city.osaka.lg.jp/keizaisenryaku/cmsfiles/contents/0000119/119574/ri-furetto.pdf>

玉造黒門越瓜をもっと身近にもっと探究

- WEB** ●玉造稲荷神社ホームページ「なにわの伝統野菜・玉造黒門しろりのご紹介」
<https://www.inari.or.jp/kuromon>
- 大阪ガスネットワーク CEL/U-CoRo ホームページ 玉造黒門越瓜「ツルつなぎ」プロジェクト
https://www.og-cel.jp/project/ucoro/event2_tsuru.html
- 雑誌** ●『浮瀬』第6号 特集「玉造黒門越瓜」 2004年9月 浪速魚菜の会事務局
～玉造黒門越瓜と玉造稲荷神社、来歴と特性から見る 名産「玉造黒門越瓜」の復活～
- Instagram** ●「みんなの瓜畑」(2020年～2023年)
https://www.instagram.com/min_uri_since2020
- 「新みんなの瓜畑」(2024年～)
<https://www.instagram.com/min.uri.renew/>

「なにわの伝統野菜」を購入できる農産物販売所等(大阪府ホームページから)

- 道の駅かなん 大阪府南河内郡河南町神山523-1 tel.0721-90-3911
認証品目: 毛馬胡瓜、勝間南瓜、金時人参、天王寺蕪、田辺大根、玉造黒門越瓜、鳥飼茄子、碓井豌豆
 - JA 大阪市 おいで～菜 平野店 大阪市平野区平野西5-2-2 tel.06-6702-7739
認証品目: 田辺大根、天王寺蕪、勝間南瓜、金時人参、大阪しろな、難波葱、毛馬胡瓜、玉造黒門越瓜
 - 葉菜の森(はなのもり) 和泉市大野町973-3 tel.0725-99-3333
証品目: 毛馬胡瓜、勝間南瓜、天王寺蕪、田辺大根、大阪しろな
- ※「なにわの伝統野菜」の種苗を購入できる種苗店の情報も大阪府ホームページに掲載されています。



“ツルつなぎ”プロジェクトと しろりの年表

●瓜の歴史関連(しろりのほかに、メロン・マクワウリ含む)

○瓜の伝説・民話関連

●玉造のしろりの歴史関連

☆玉造で復活したしろり関連

(神社、学校、行政、企業等)

★大阪ガスネットワーク CEL/U-CoRo の “ツルつなぎ”プロジェクト関連



『本草図譜』巻五十三「越瓜」(江戸時代後期) (国立国会図書館デジタルコレクション)

紀元前～

●紀元前6000～3000年 北アフリカからインドにかけてが瓜の原産地。この地方で食用にする果菜類として栽培化されていた。

●その後、瓜はユーラシア大陸全域に伝播し、西方に行ったものはメロンの祖になり、東に向かったものの中から、マクワウリや野菜の瓜が生まれた。

●紀元前2000年頃 中国に伝えられて、周や漢の時代には普通に食べられてきた。

●その後、しろりは、越の国(中国南部)で栽培され、さらに日本に伝播したとされ、そこから「越瓜」とも書く。

●日本列島でも、貝塚から瓜の仲間の種子が発掘されている。ヒョウタンなどは、縄文時代には伝わっていたと考えられている。

●日本では生で食べ、甘みを味わうマクワウリ(紀元2世紀頃から岐阜県真桑村の地で発展)などの品種の他に、越瓜(しろり)のように野菜として食べる品種も伝わり栽培された。

●弥生時代中期の守山市下之郷遺跡から、瓜の種や果肉が発掘されている。

○中国の民話伝承では、瓜と七夕は深い関

連がある。瓜が割れると、その中から大量の水が流れ出て、織り姫と恋人とを分かつ天ノ川になったという。

日本・歴史時代

●日本では古来「ウリ(フリとも)」の名で親しまれてきた。また、『古事記』や『万葉集』に記された瓜は、マクワウリと考えられる。

●『万葉集』に(山上憶良)「瓜食めば子ども思ほゆ栗食めばまして偲はゆ……」の歌

●大阪の地名「瓜破」は、大化年間に、ある僧が仏像をまつため、手元にあった瓜を供えたところ、真っ二つに割れた伝承にちなむという。

●『正倉院文書』の中で、瓜類は多量に取引されている。中でも甘みをもつマクワウリは高値で取引されていたという。

●平安時代 越瓜は一般に栽培されるようになっており、その後各地に地方品種誕生。

●10世紀末 『枕草子』(清少納言)に「うつくしきもの(かわいらしいものは)、瓜に描きたるちごの顔」の記述。

●「今昔物語集」(平安時代末成立)に、「外術を以て瓜を盗み食はるる語(外術を使う老人に瓜を奪われる話)」(巻28の第40)など、瓜を巡る話がいくつかある。

●16世紀末 豊臣秀吉は、朝鮮出兵の際に、九州・名古屋で「瓜畑遊び」を催し、自らも瓜売りの扮装で遊んだ。

○民話「瓜子姫」の誕生

瓜から生まれだ瓜子姫が主人公の物語。日本全国に広く分布しており、話の展開は地方で異なるが、絵巻も残る。主人公の名は、瓜子姫のほか、「瓜姫」「瓜子織姫」「瓜姫子」などの場合も。

●天正10年(1582) 大坂・玉造の小澤家の豊臣秀吉への瓜の献上以降、「白瓜市場」が始まる。

江戸時代

●江戸時代前期 大坂では越瓜は主に西成郡で栽培され、木津村・今宮村が促成栽培の祖とされるが、徐々に栽培が上町台地の東成郡玉造村にも広がり、玉造の黒門付近で良質の越瓜が採れた。

●江戸時代初期から 玉造の有力町人だっ

た高津屋吉右衛門家は、玉造周辺に吉右衛門肝煎地と呼ばれた畑地を多く所有し、越瓜栽培に勤しんだ。

●鯛屋貞柳(1654～1734)の狂歌に「黒門といえども色はあおによし 奈良漬にして味をしろり」が知られる。

●安永6年(1777)の『難波丸綱目』には、「浪花名物寄(白うり 玉つくりくろもん)」、「玉造 白瓜市」などの所載あり。

●明治半ばまで続いた白瓜市場は黒門市場とも呼ばれ、玉造の地は、特に江戸時代に流行したお蔭参りの旅客で賑わった。

明治・大正・昭和時代

●「日本の植物学の父」といわれる牧野富太郎は、日本のシロウリをアサウリ、アオウリ、シマウリの3品種群に分類。



『牧野日本植物図鑑』牧野富太郎、北隆館 初版1940(高知県立牧野植物園・北隆館 2008)の記載より

●近代化の波に押され、玉造黒門越瓜をはじめ、白瓜市場、栽培の田畑、酒造業者は、玉造から次々と姿を消していった。

●しろりの栽培地が郊外に移って、玉造境界での栽培は、ほとんど見られなくなった。

現代・平成～令和

☆2002年 玉造稲荷神社の鈴木伸廣宮司(当時は禰宜)が畑で玉造黒門越瓜の栽培を開始。玉造黒門越瓜が地域で復活(2003年に初収穫)。

☆2004年7月 玉造黒門越瓜の復活を祝い、かつて吉右衛門肝煎地があった稲荷山を臨む玉造稲荷神社の畑に石碑を建立。
☆この頃から、神社の夏祭りの7月15日には玉造黒門しろり食味祭が恒例化(後には7月16日に)。神社畑で栽培された越瓜をお供えし、料理がふるまわれるようになって

た。同時に、玉造黒門越瓜のマスコットとして「くろもんちゃん」が登場し、着ぐるみのキャラクターも誕生。

☆2004年9月 玉造小学校で玉造黒門越瓜の調理試食会。同校での地元の歴史教育の関連授業も始まる。

4年生による劇「玉造黒門シロウリ、知ってる?」上演。この時「玉造黒門越瓜」のうたも作られ歌われた。

☆2005年3月 玉造黒門シロウリ大辞典・ポスターなど完成(玉造小学校4年生)。

☆2005年 大阪府と大阪市は、「なにわの伝統野菜」の認証制度を開始、玉造黒門越瓜も加わった。

☆2005年夏 玉造稲荷神社の鈴木禰宜(現宮司)は越瓜の認知度アップをめざし、越瓜仲間と玉造黒門越瓜出隊を設立。インテックス大阪で開催の「食博」や大阪城で開催された「大阪キング」などのイベントに参加。

☆2005年 府立清水谷高校は平成17年度食生活改善研究活動の研究推進校(全国で7校)に選出され、9月に玉造黒門越瓜出隊メンバーとのコラボでしろりクッキーの商品化に成功。

☆2006年頃から、地域の小学校などでも、玉造黒門越瓜の栽培が本格化。プランターや畑をつくっての栽培に。

※なにわの伝統野菜の認証制度の広がりとともに、大阪市中央区役所や東成区役所での玉造黒門越瓜の普及活動が始まった。

★2007年 大阪ガスCELによるU-CoRoプロジェクト(第1ステップ)で、しろりに関する調査・研究、取材活動が始まる。

★2008年5月 NEXT21/U-CoRo ウィンドウ・エキジビジョン05「上町台地となにわ伝統野菜物語」展示を開始(9月まで)。

★2008年春 玉造稲荷神社さんが毎年採種されている玉造黒門越瓜の種をU-CoRoプロジェクトの一環として、関係者に配布し、ともに栽培するという、「ツルつなぎ」プロジェクトが始まる。

★2008年6月 なにわ伝統野菜応援団員・農学博士の森下正博先生とともに、栽培ポイント(近隣の一部)を訪問。

☆2008年7月 NEXT21入居者自治会が屋上の菜園で、なにわ伝統野菜を栽培、収穫し、夏野菜の収穫祭を開催。

★2008年8月 玉造黒門越瓜 “ツルつなぎ”収穫祭を開催。初年度のしろり栽培プロジェクト報告会とともに、「いのちを支

える食と暮らし、まちの過去・現在・未来を見つめる」トークイベントを開催(ゲスト:北川央氏、森下正博氏ほか)。

第2部の交流会では、参加者手作りの玉造黒門越瓜料理が登場し共に食した。これ以降、コロナ禍前の2019年まで、しろり料理を持ち寄る収穫祭を開催。

同年から発行を始めた「上町コロコロ新聞」では、玉造稲荷神社での越瓜食味祭の様子や各地での栽培情報なども紹介。

★2009年5月 NEXT21/U-CoRo ウィンドウ・エキジビジョン08「上町台地 玉造黒門越瓜 “ツルつなぎ”プロジェクト」の展示開始(9月まで)。

★2009年7月 なにわ伝統野菜応援団員・農学博士の森下正博先生と近隣の栽培ポイントを訪問し、生育状況を見学。

★2010年8月 ドイツからのガーデンライフ報告(高松平藏氏)とともに、しろりプロジェクトの越瓜栽培の発表会・収穫祭を開催。

★2013年3月 2008～2012年の活動記録をまとめた「上町台地つなりのスタイルブック U-CoRo プロジェクト5年の物語」を制作。玉造黒門越瓜関連の取り組みも収録。

★2013年 U-CoRo プロジェクト第2ステップの開始に合わせ、同年より2023年まで「しろり News1～3」を毎年作成。

★2016年 上町台地 今昔タイムズ 第6号「昔も今もなにわ名物 “玉造黒門越瓜”物語」を作成(U-CoRo プロジェクト)。

☆2016年以降、京セラドキュメントソリューションズでは、生物多様性保全活動の一環として、本社がある玉造にルーツをもつ玉造黒門越瓜をはじめ、なにわの伝統野菜の栽培・普及活動に取り組む。

★2016年8月 上町台地 今昔タイムズ 第6号の関連フォーラム「なにわ名物『玉造黒門越瓜』の誕生・盛衰・復活のドラマに学ぶ」を開催。

☆2019年 「伝統野菜の文化誌」をテーマに、生き物文化誌学会 大阪例会が住吉大社で開催。「なにわ野菜の文化誌」のひとつとして、玉造黒門越瓜の取り組みが紹介される。

★2020年5月から、コロナ禍を機に、新たなつながりのあり方を模索し、しろり栽培の様子などを共有することができるインスタグラム「#みんなの瓜畑」を開始(～8月)。

以降、毎年5月～8月に開設・更新。栽培の輪が、地域を越えて新たな広がりへ。

★2020年8月 コロナ禍のもと、NEXT21交流室をスタジオに、“ツルつなぎ”収穫祭をリモート開催。ミニ講演や参加者インタビュー、料理紹介などで交流。

★2021年8月 NEXT21交流室をスタジオに、“ツルつなぎ”収穫祭をリモート開催。栽培のトピックスや料理紹介、オンサイトのレポートなどで交流。

★2022年3月 玉造黒門越瓜 “ツルつなぎ”プロジェクト「しろり料理アルバム(2008～2021)」作成。毎年寄せられた料理をすべて収録。

★2022年8月 NEXT21「しなやかな家」をスタジオに、“ツルつなぎ”収穫祭をリモート開催。スペシャルトークや紙芝居、料理紹介などで交流。



2022 玉造黒門越瓜 “ツルつなぎ” 収穫祭 (リモート開催)

★2023年7月 「しろり料理アルバム」に2022年分を加えた改訂版を作成。

★2023年8月 NEXT21ホールを会場に、フォーラム形式でしろりの “ツルつなぎ” プロジェクト収穫祭を開催。「しろり、そして食・農でつながるサードプレイス」をテーマに、シェア型菜園活動もりの休日(大阪市中央区)、はたけもり HATA Lab x COME Lab(大阪市生野区)、松野農園(大阪市生野区)、Kuse O Farm(西宮市)、奈良・浅井農園(奈良県川西町)、中野ガーデン(阪南市)の事例紹介・交流。

★2024年5月 新アカウント@min.uri.renewで、インスタグラム「#新みんなの瓜畑」を開始。

★2025年3月 『玉造黒門越瓜読本 知る・育てる・食べる・つながる 楽しみの道しるべ』を制作。

※上記の他、行政や民間による大小さまざまな活動があります。

たまつくり くろもん
玉造黒門
しろうり とくほん
越瓜読本

知る・育てる・食べる・つながる
楽しみの道しるべ

発行日：2025年3月20日
企画・編集：U-CoRoプロジェクト・ワーキング
(CEL 弘本由香里、B-train 橋本護・小倉昌美)
編集協力：鈴木伸廣(玉造稻荷神社宮司)
森下正博(農学博士・なにわ伝統野菜応援団員)
発行：大阪ガスネットワーク(株) エネルギー・文化研究所(CEL)
URL <https://www.og-cel.jp/project/ucoro/index.html>

