

## お米の話

朝夕吹き抜ける風が少しずつ涼しくなり、日没の時間もだんだん早くなってくると、秋を感じます。元来稲穂が実るのは秋ですが、近年は稲の収穫は7月から始まる地区も多いようです。今日は、日本人の主食と言われる「米」について紹介します。

### ○ 日本で稲作が始まったのはいつ頃？

中国大陸で始まった稲作は、大陸や朝鮮半島を経由して約3000年前に九州北部に伝わったと考えられています。その後日本中に広がっていき、それまでの狩猟社会から、共同で米を作って生活する農耕社会へ変化していきました。

### ○ その後どのように広がった？



4世紀から6世紀には大きな古墳が数多くつくられるようになり、膨大な労働力と食料が必要となりました。そのため当時の権力者は多くの労働力を集めて土地を開墾し水田を広げ、米を作りました。8世紀初頭には米は税として徴収されるようになり、米を多く生産できる土地を持った者が、経済的、軍事的、政治的な力を持つようになりました。



### ○ 江戸時代の米の役割は

徳川幕府は米を経済の中心とする体制を築きました。米の収穫量が大名のランクにつながりました。しかし、農村部の多くの農民は税として米を納めなければならなかったため、経済力のある人以外は米を十分に食べることが出来ませんでした。お腹いっぱい白い米を食べることへの憧れは、日本が第二次世界大戦後に経済成長を遂げるまで残りました。

### ○ 日本の食文化

春に植えられ秋に収穫された米は、餅や酒として神社で神に捧げられます。正月には、餅の入った「雑煮」を食べながら日本酒を飲みます。和食の基本スタイルは米と汁と三種類のおかずを合わせた「一汁三菜」ですが、多国籍の料理が広がりを見せている現代でも「米とおかずとみそ汁などの汁物」を食べるスタイルは残っています。

以上のように、米は昔から日本の経済、社会、文化に大きな影響を与え、日本人にとって大切な存在となっています。年々米の消費量が落ち込んでいるのも事実ですが、日本の食文化を見直して、今夜はほかほかの炊き立てのご飯はいかががでしょうか。



このコーナーへのご質問、ご意見、ご要望がありましたら宮崎県国際交流協会までご連絡く

ださい。TEL：0985-32-8457 FAX：0985-32-8512 Email：[miyainfo@mif.or.jp](mailto:miyainfo@mif.or.jp)  
毎日の生活に関してご質問、ご心配事などありましたら、みやざき外国人サポートセンター  
までご相談ください。TEL:0985-41-5901 FAX:0985-41-5902 Email：[support@mif.or.jp](mailto:support@mif.or.jp)

※日本語訳は後日、宮崎県国際交流協会のホームページに掲載されます。