

## 県教育委員会調査から⑪ 鉱山町で愛された馬肉

## なんこうかやき

## 病予防、栄養補給として



県内の鉱山地域で作られてきた「なんこう(なんこ)かやき」は、馬肉を野菜などと煮て味付けした鍋料理。甘辛い馬肉をかみしめると、こくのある脂とうまみが広がる。鉄分豊富な独特的の風味はいかにも力が湧いてきそうだ。

県文化財調査報告書「秋田県の郷土食」によると、江戸時代後期、院内銀山(湯沢市)のお抱え医・門屋養安が阿仁銅山(北秋田市)に滞在中、よろけ(珪肺)を予防するため馬肉をなんこうと呼んで鉱員に勧め、阿仁の鉱山町に伝わったとされる。肉体労働者の栄養補給のほか、寝小便予防のために食べたとの話もあり、薬の一種として認識されていたとみられる。

なんこうは「難攻／南向」の漢字を当てるとする説があるが詳細は不明。馬は農作業や運搬を担う大切な動物のため食べることがためらわれ、別名で呼んだと考えられる。

戦後、肉屋が販売し始めると一般にも普及していった。かやきは、人が集まる時など特別な日に作る習慣があつたという。

報告書では北秋田市阿仁合地区と藤里町の調理法が紹介されている。阿仁合地区的調査に協力したのは武田美知子さん(71)と小武海幸子さん(81)、渡辺幸子さん(69)。家族や住民たちから学んだという。

取材時は、市内のスーパーで購入した国産馬肉の切り落としを使った。「できれば県産が良いです。そしてある程度脂がある部位がお薦め」



北秋田市阿仁比立内出身の渡辺さんは、隣の阿仁合地区的夫と結婚し初めて馬肉を食べた。「夫が作ってくれたホルモンの煮込みを食べたら『馬肉だよ』と言われ驚いた。私の実家ではクマは食べるけどウマは食べなかつたから」

なんこうかやきを頻繁に作っていたのは現在70代後半以上の世代だが、作れる人は少なくなった。渡辺さんは、地域の高齢女性から「昔は『なんこうかやきの唄』があった」と聞いたこともある。

現在、馬肉は「煮付け」で食べられることが多く、スーパーでも調理された総菜として売られている。小武海さんは「親戚が帰省する際はリクエストされる。出すと『懐かしい』と喜んでくれます。家庭の味です」と話す。

市内で薬膳喫茶を開く武田さんによると、馬肉は疲労回復に効果があるとされる。「地域の歴史を考えると、とても理にかなっていると感じる料理。これからも継承されていってほしいです」

(高橋さつき)<随時掲載>

(令和7年12月20日(土)秋田魁新聞から一部抜粋)

**武田さん、小武海さん  
渡辺さんのレシピ**

【材料（作りやすい分量）】

馬肉1キロ、ダイコン大1本、こんにゃく1枚、みそ大さじ6、しょうゆ小さじ2、酒2ダツ

【作り方】

- ①ダイコンは乱切りにしてコメのとぎ汁でゆでておく
- ②馬肉を一口大に切って鍋で炒める
- ③分量の半分の酒と水2ダツを入れて中火で20分ほど煮る。その間、隨時煮え具合を確認
- ④肉に火が通ったらこんにゃくとダイコンを加え煮立たせ、みそを溶かし、しょうゆと残りの酒を入れる。必要に応じて調味料を追加し完成。