

イチジク

小林 幹夫(人間環境学科)

はじめに

熟したイチジクのおいしさは改めて述べるまでもないが、イチジクほど人によって好き嫌いのはっきりした果物はない。好きな人はイチジクが出回り始めると、他の果物はいらないというほどのほれ込みようである。この独特の風味と食味を備えたイチジクが今、静かなブームだといわれている。一昔前は限られた産地の人達や、庭先に植えている人だけが本当のおいしさを知る果物であったが、最近ではテーブル・フルーツとして多くの人々に親しまれるようになってきた。

これまで、イチジクの経済栽培は消費地に近い都市近郊に限られていた。それは、風味と食味を出すために樹上で完熟させる必要がある一方。その完熟果は痛みやすく店持ちが悪く、鮮度も要求されるという、イチジク特有の性質のためであった。しかし、現在は予冷など鮮度保持技術の開発により、中山間地・遠隔地から大市場への出荷も可能になった。また栽培技術も着実に進歩している。そのため、生産・流通の形態が多様化し、新たな産地形成や経営が生まれつつある。実際、水田転作やミカンの園地転換の作目として、また地域おこしの品目として各地で見直されている。

今後、私たちの食生活に登場する機会の多くなることが考えられるイチジクについて、その文化史や性質、家庭での利用について述べてみたい。

1. イチジクの仲間たち

イチジクが「無花果」とかかれる由来は、粒々の小果が肉厚の花たぐに囲まれたまま、実が大きくなるので、花が咲かないのに実がつくように見えるた

めである。

イチジクはブドウとともに紀元前から栽培されていた果物で、エジプトのピラミッドなどの遺跡の壁画に表わされたり、聖書の中でアダムとイブの話にも登場する話題の豊富な果物である。

このイチジク、クワ科イチジク属の樹木である。イチジク属には約800から900種あるといわれるが、おもに熱帯、少数が温帯に自生している。そのほとんどが1年中葉を着けている常緑樹で、高さが40メートル近くにもなる高木もあれば、日本に原生するイヌビワのような灌木もある。また、栽培種のイチジクのように冬になると葉が枯れて落ちる落葉樹や、まれにはオオイタビのように地上を這う蔓性のものもある。さらには、気根を出して他の樹木や岩をよじ登るもの、樹木にからみついて生活する寄生性のものもある。これらの樹は食用だけでなく、熱帯の強い日差しをよけるための緑陰樹として植えられたり、インドゴムノキのように観葉植物として、また、街路樹や材木などにも利用されている。イチジク属には食用可能な果実をつけるものが数種類あるが、経済栽培されているのは食用のイチジク (*Ficus.carica*L.) 1種のみである。

2. 物語の中のイチジク

イチジクの記載は「旧約聖書」にも出てくるが、エジプトではすでにBC2700年という早い時代に栽培果樹として扱われていたという。

「旧約聖書」の創世記にある、蛇に誘惑されて禁断の木の実を食べたアダムとイブが、神の怒りに触れて楽園を追放されたとき、自分たちが裸であることに気づき、イチジクの葉をつないで腰に巻いた、という物語は、あまりにも人に知られすぎている。イチジクの葉を用いたのは格別な意味があるわけではなく、パレスチナではイチジクの葉が最も大きいため画材にされたに過ぎないとも言われている。ただ、イチジクの葉は肉厚でごわごわし、粗毛を持ち、肌に触れるとあまり気持ちのよいものではない。

ギリシャ神話には、女神メデルが最初にイチジクを伝え、かつ名づけ親だとあり、また、タイタンの戦いでゼウスに追われたギーが息子をイチジクの木に変えて助けた話もある。古代ローマ人は酒神バッカスがイチジクをも

たらしたとして、その年の最初のイチジクをバックスに捧げ、祭りには女たちは干しイチジクを輪につづって身につけ、彼をたたえたといわれる。また、たくさんの実をつけることから、ローマからギリシャ、オリエントに至る地域では、イチジクは多産や繁殖のシンボルとされた。ちなみに、イチジクの花言葉は、今でも「多産」・「豊富」である。

「旧約聖書」に出てくる禁断の木の実は、リンゴ、カンキツ、アンズ、イチジクとも言われ定かではないが、古代ギリシャ・ローマ時代においてイチジクは、ブドウ、ナツメヤシ、オリーブとともにきわめて重要な作物であった。この地域でこれらの果物が重視されたのは、夏期が高温乾燥で、年間降雨量が少ない地中海気候に加え、土地は石灰岩質でやせており、穀物の生産高が低かったことが原因している。古代ギリシャでは、乾燥イチジクが貴重な甘味資源であると同時に、果実は体力や脚力を増すというので、人々はこぞって食べたという。

3. 原産地と栽培の広がり

1. 原産地と品種群の成立

イチジクの原産地は、これまで学名カリカ (*Ficus carica* L.) が由来した小アジア(トルコ地方)のカリカ地方あるとされたが、その後の調査から、原生地はアラビア南部の肥沃地で、太古に北方へ伝わりシリア、小アジア、さらに地中海沿岸諸国に伝来したというのが定説である。

今日の栽培種の祖先とみなされるカブリ系イチジクは南西アジアに自生しており、イラン東部、アフガニスタンから地中海沿岸に野生化したイチジクを見ることができる。また、インド北部から、アフガニスタン、アラビア、エジプト、エチオピアには多数の変種と数種の近縁種が分布している。

品種群の分化の一応の過程、すなわち、数種の野生種からカブリ系、スミルナ系、サンベドロ系、そして、普通系への分化は紀元前後に完成し、紀元後ごろには、すでに、今日栽培されているような優良品種がヨーロッパで栽培され始めたとされている。

2. 栽培の歴史

原産地から北に進んだイチジクは、さらに西へ進み地中海沿岸諸国に伝播

した。

トルコ、シリアは原産地と間違われるほど栽培の歴史が古く、それに対してイランはイチジクの原生地ながら、その栽培は紀元5世紀以降とされている。ギリシャへの渡来は年代不明であるが、記載されているのは紀元前9世紀以降からで、すでに品種名があり、分類もなされていた。ローマにはギリシャから伝わり、紀元前1世紀ごろには栽培が盛んに行われている。品種群の1つであるカプリ系の名前はナポリ湾の南にあるカプリ島に由来するといわれる。

アメリカには16世紀末にスペインの移住者によって導入された。現在、カリフォルニア州はアメリカのドライフルーツ産業の中心で、その成立には受粉媒介昆虫ブラストファーガの導入によるスミルナ系イチジクの結実安定技術、そして、品種改良など多くの研究によるところが大きい。中国には8世紀にインドまたはペルシャから伝わったとされるが、異説もあり中国に伝来した年代は明らかでない。

現在、世界の主要産地はポルトガル、イタリア、トルコ、スペインなど地中海沿岸諸国とその近隣諸国およびアメリカの西部沿岸地域である。これらの諸国では果実はおもに乾果(ドライフルーツ)として生産され、日本のような生食果の利用は少ない。

4. 蓬萊柿と柗井ドーフィン

日本にイチジクが伝来したのは、江戸時代の寛永年間(1624-1644)に中国を経て渡来したという説と、西南洋から伝わった種子を長崎に植えたという説とがある。このイチジクは、それまで日本に原生していた同じイチジク属のイヌビワとは別種のものであり、「蓬萊柿」または「在来種」と呼ばれ、「唐柿」「南蛮柿」と称する地域もある。紫果と白果があり、芸州(現広島県)でも栽培されていた。現在も一部地域で栽培されている。

18世紀初頭の『大和本草』の「無花果」の項では、『寛永年中、西南ノ種ヲ得テ長崎ニ植フ、今諸国ニコレアリ、葉ハ桐ニ似タリ、……日本ニモトヨリイチジクト云物別ニアリ。無花果ハイチジクニ似タル故ニイチジクト云……』とある。『大和本草』は、現在のところ日本のイチジクの詳細な記述がある最

も古い文献である。これにより、当時すでに伝来したイチジクが各地で栽培されていることがわかる。

『大和本草』では、伝来する以前に日本にイチジクがあったとしているが、これは前述したように、同じイチジク属のイヌビワのことで、イチジクはその古名である。

18世紀初頭の『和漢三才図会』では、イチジクのことを「唐柿」、他の文献では「蓬萊柿」とも呼ぶとある。これらの呼称については、日本へ持ち込まれた干しイチジクの味や形が、干し柿によく似ていたことによるという説がある。

19世紀中期の『重修本草綱目啓蒙』では、『挿テ活之易キ者故、今市中ニ多シ』とある。挿し木して繁殖したイチジクが市中で多く栽培されていたことがわかる。当時すでに、庭先果樹として存在していたことは注目しておきたい。

いずれにしても、この時代のイチジクは現代のものに比べ小さく、酸味の強いものであった。その後、明治初年に4品種が導入され、明治の終わりごろから大正時代に多数の品種がヨーロッパ、おもにアメリカから導入され、イチジク栽培は広く普及した。

現在、日本における主要品種は、明治42年に広島県の榊井光次郎氏がカリフォルニア州から導入した「榊井ドーフィン」が今でもなお国内イチジクの全生産量の80%を占めている、次に「蓬萊柿」、「榊井ドーフィン」の枝変わり（芽条突然変異）品種の「サマーレッド」である。主産地は愛知県が特に多く、ついで福岡県、和歌山県である。

前述したように、日本以外の多くの国は、イチジクをドライフルーツとして利用することが多い。もちろん8月になると、欧米では、新鮮なイチジクが出回り始め、町で売られているが、それが秋の終わりから冬にかけては、アンボ柿（干し柿）のように、白い粉をふいた干しイチジクが店頭には山と積まれている。その光景は日本にはないものである。

イチジクには、果物として楽しむ以外に、多くの薬効がある。たとえば便秘に悩む人が好んでその実を食べるのは、欧米では、よく知られていることである。

栄養成分は、果実の15%の糖分、そのほとんどは果糖とブドウ糖である。酸はクエン酸と少量のリンゴ酸を含む。食物繊維は多く含まれペクチンは多いほうである。たんぱく質、アミノ酸も多く、また、タンパク質分解酵素フィシンを含む。

紀元前から続く人とイチジクのかかわりの故か、イチジクを用いた民間療法や伝承事例は多く見られる。薬効の主なもの、果実の持つ緩下作用(下痢・便秘、のどの痛みに対する効果)がある。また、イチジクの生の葉を痔疾の塗布薬に用いたり、刻んだ生葉を袋に入れ風呂に入れると、よく温まり、リウマチ・神経痛に効果があるともいわれる。果梗からの乳汁はイボ・水虫などに1日数回塗ると効果があるといわれている。

また、薬効と化学成分の関係もかなり明らかになってきている。イチジクの葉には、フラバノイドのルチン、スチグマロール、ベルカプテン、プソラレンなどの有効成分が含まれる。たとえば、ルチンは血管強化作用があり、脳溢血、肺出血、網膜出血の予防・治療に、プソラレンは血圧降下の治療に用いられる。

6. 家庭での栽培・加工と料理

今、一般に市場や店頭に出回っている品種は「梔井ドーフィン」で、果実は大きい。食味は世界的にみると、イチジクの仲間では中の下といったところである。家庭で栽培するのに適したイチジク品種については、果実は大きくないが、甘味の強いおいしいものがいくつかある。店頭ではほとんど見かけることのないそれらの品種を自分で栽培するのも面白い。たとえば、果皮の色が黒紫色の「ネグロラルゴ」、黄緑色の「カドタ」などがある。「ホワイトゼノア」や在来の「蓬萊柿」は関東以北でもよく育つ。7月の夏果を味わうならば、「ビオレドーフィン」や「ブラウンターキー」がある。

家庭のできるイチジクの加工品としては、ジャム、果汁、シロップ漬け、シャーベット、ワインなどがあげられる。加工原料としてみた場合、イチジクは身体の調整効果を示す機能性成分は別にして、ペクチンには富むが、酸とフレーバーに乏しいという欠点がある。そのため、ジャムやゼリーに加工される以外、加工用の需要は少ない。ジャム原料としても、かつてはイチゴ

ジャムの増量剂的な使われ方をされるなど、原材料価値は低くみなされてきた。

その昔ローマ人はガチョウにイチジクを食べさせて、フォアグラを作っていたといわれる。料理の素材としてイチジクには、古くから食生活に用いられてきた歴史がある。中近東・ヨーロッパなどでは、今でもさまざまな使われ方をしている。成分にタンパク質分解酵素のフィシンを含むことから、肉料理には多くつかわれている。たとえば、オーブンで焼いて、肉料理のつけ合せにしたり、生ハムと組み合わせたオードブルや、プディングの材料にも用いられている。日本でも『いちじくの西京味噌がけ』などがある。

参考文献

1. 天野秀二(1965)魅力の果物たち:214-217. 東京新聞出版局
2. 株本輝久(2003)イチジク:153-162. 農山漁村文化協会
3. 今井敬潤(2006)果物・野菜の博物誌:84-87. 文理閣
4. 小林 章(1990)文化と果物:89-94. 養賢堂
5. 星川清親(1978)栽培植物の起源と伝播:216-217. 二宮書店
6. 岸本 修ら(1992)日本のくだものと風土:79-87. 古今書院
7. 梅谷献二ら(1994)果物はどうして創られたか:31-37. 筑摩書房
8. 塚谷裕一(1995)果物の文学誌:22-36. 朝日新聞社
9. 間苧谷 徹(2005)果樹園芸博物誌:123-128. 養賢堂
10. 間苧谷 徹ら(2000)果実の真実:102-106. 化学工業日報社