

なぜ香川県の讃岐うどんは 有名になったのか

尾崎憲伸

序

- 1 讃岐うどんとは
- 2 讃岐うどんの歴史
- 3 うどん作りが盛んになった理由
- 4 現在の讃岐うどんが有名になるまでの道のり
- 5 讃岐うどんによる健康被害

結

序

私は讃岐うどんを食べることが大好きで香川でも様々な店の讃岐うどんを食べていた。しかしながら様々なうどんを食べてるだけでどのようにして讃岐うどんが有名になったのかを私は知らないし、大部分の香川県民は知らないだろう。そこで調査することにした。

1 讃岐うどんとは

讃岐うどんは、食感がもちもちとした弾力がありながら、しつかりとした歯応えを感じる強いコシと、なめらかなのど越しが特徴である。その強いコシを十分に味わうことのできる、ぶっかけうどんや窯玉、生醤油などの多彩な食べ方があるのも讃岐うどんの特徴である。このように、讃岐うどんは他にも、ひらがなの「さぬきうどん」についての基準がある。昭和 51 年、公正取引委員会が制定する公正競争規約の中で、次の基準が定められている。

- ① 香川県内で製造されたもの
- ② 手打ち、または手打ち式（風）であること
- ③ 練りの工程での加水率は 40%以上
- ④ 食塩濃度は小麦粉に対して 3%以上
- ⑤ 生地 of 熟成は 2 時間以上
- ⑥ 茹で時間は、15 分以内

このように、ひらがなで「さぬきうどん」と書かれていれば、香川県内でしか食べることができず、「讃岐うどん」と書かれていれば、全国共通になるということである。

2 讃岐うどんの歴史

讃岐うどんの歴史は、今から 1200 年前以上、空海が中国から持ち帰ってきたのが始まりだといわれている。つまり、うどんの起源は中国といわれる。シルクロードを渡って西へ伝わり、それがイタリアではパスタにまた日本ではうどん、蕎麦として広がったそうである。

空海が讃岐の地に伝えたうどんは、江戸時代では、全国からお参りに来た参拝客が金毘羅神社のうどん屋で食べられている。その様子が屏風絵に描かれている。

ただ、本当に讃岐うどんが全国的に有名になったのは、25 年ほど前である。現在、全国的に有名になった讃岐うどんは後述する 4 つの要因で作られていると考えられている。

3 うどん作りが盛んになった理由

なぜ、讃岐の地で作られたかという、次の①～③が理由にある。

- ① 讃岐、今の香川県では昔から降雨量が少なく度々干ばつに悩

まされていた。そのため非常に水を大量に使うコメの安定的な生産ができない土地だった。讃岐（香川県）の土地にあった小麦は米ほど水が必要ない作物だった。このため、当時の農民は米と同じくらい小麦を作っていた。つまり米が安定的に作られない時は、反面うどんの原料である小麦の生産が容易であった。

- ② うどんの麺づくりに欠かせない塩についても、香川県では塩田による良質な塩の生産が盛んだった。
- ③ うどんでは出汁も大事であり、小豆島の醤油や伊吹島のいりこといった素材においても良質なものが使われている。

このような理由で、お米の代用食としてうどんは讃岐において欠かせない食べ物になった。そんなうどんが生活の中で重要なものになっていく中で、「うどん作りの技術」を伝え・磨いてきたのが「さぬきうどん」の源流になり、庶民が日常的に食べるものになった。

4 現在の讃岐うどんが有名になるまでの道のり

讃岐うどんは昔からある有名だったわけではない。現在のように讃岐うどんが全国的に有名になったのにはおよそ4つの要因があったと考えられる。

- ① 香川県出身でのちに総理大臣になった大平正芳の発案で香川県の伝統的なうどんを「讃岐うどん」と名付け、1950～1970年代にかけて、香川県知事金子正則と、観光資源として売り出し始めた。讃岐うどんが最初に有名になったきっかけは大阪万国博覧会の食レストランで香川県から職人を呼び寄せて「讃岐うどん」を提供したのが始まりである。その結果、ローカルフードだった讃岐うどんは全国的に知られ有名になった。讃岐うど

んが有名になった契機は行政機関の下地があったことにある。

そして 2002 年には「はなまるうどん」が東京に店を出したことで、2 回目のうどんブームが起こった。2013 年ごろには讃岐うどんは安くて美味しい男性向けから、見た目も美しく今までとは違う新しい味も出してトッピングの仕方も綺麗にした女性向けのうどんが開発されて 3 回目のうどんブームが起こった。現在の P R 方法は殆どがグルメサイトの評価やテレビで紹介、SNS の書き込みという感じになっている。

- ② 讃岐うどんに使われてる小麦は昭和 40 年代になると国内での小麦生産量が減少していき、うどん用の小麦として作られたオーストラリア産の小麦 Australian Standard White Noodle blend を輸入し讃岐うどんに使われるようになっていった。さらに讃岐うどんに使われる小麦をブランド化するために A S W にはないコシや風味をブレンドした小麦「さぬきの夢 2000」を開発した。
- ③ 全国的に名を挙げた讃岐うどんは、冷凍食品製造会社の人が会社の設備と、うどん好きの経験を活かして「冷凍讃岐うどん」を作り全国的に広めていき、家庭で簡単にそのおいしさを味わうことができるようになった。
- ④ このように、香川県のうどんが讃岐うどんとして P R されていく中、1980 年末には地元月刊誌が 10 年間の連載で地方の人しか知らない隠れ有名店を紹介した。その結果、地元の人たちしか知らない美味しい店、隠れ家めぐりが有名になった。そして全国メディアがその地元月刊誌を紹介して讃岐うどんブームが起き、香川県の讃岐うどんは全国に有名になった。

また、素朴な味わいで 1 杯 100 円で食べられるというお財布にやさしく、自らお気に入りの店を探して紹介するグルメブームが起きて、全国的に香川のうどん屋巡りが話題となった。そして、高速道路を 1000 円で乗り放題で全国から沢山の人が訪れ

た。さらに、讃岐うどんの映画「UDON」が上映された。

5 讃岐うどんの食べ過ぎによる健康被害

香川県のうどん消費量は断トツの全国 1 位で、全国平均の 2 倍強である。そして塩と小麦でしか作られてないうどんを多く食べているために、人口当たりの糖尿病患者数は全国ワーストクラスで、糖尿病になるのはうどんが原因だといわれている。実際、香川県民はお昼にうどんを 2 玉 3 玉食べて、さらにテンプラやおにぎりも食べて「うどん＋稲荷ずし＋手巻きずし」という「ダブル炭水化物パターン」というような、非常に偏った食生活であったため、脂肪肝や糖尿病が肥満を引き起こす基となっているといわれている。

香川県が 2011 年に実施した「県民健康・栄養調査」によると、成人男性の 40.5 パーセントが糖尿病の有病者またはその予備軍とされ、全国平均（2012 年調査）より約 13 ポイントも高い。県民の人口 10 万人に対し糖尿病の死亡率は 14.4 人で、全国平均の 11.5 人よりも高い。香川県の人口 10 万人あたりの糖尿病受療率（患者数）は 2011 年調査では 308 人（全国平均は 185 人）と全国ワースト 2 位だった。2008 年はワースト 1 位だったらしい。この結果からも言えるように香川県民にとって、うどんの食べ方なども、これからは研究し変えていく必要がある。

結

讃岐うどんは昔の人が知恵を絞って作られた大変すばらしい食べ物だと改めて知ることができるだろう。それを現在まで廃らせずにさらには全国の人までに知られるようにしたことは偉大であると思う。しかし、現在香川県ではうどん食べ過ぎて糖尿病になっている人たちが増えてきているので、これからは健康面に気を付けるようにするのが今後の改善点であろう。

【参考文献】

本稿は主として以下の文献資料に拠った。

讃岐うどん編集委員会『新・讃岐うどん入門』（さぬきうどん研究会、2006年）。

木下製粉株式会社「さぬきのうどん事情：「さぬきの夢 2000」と ASW」〈 <http://www.flour.co.jp/sanuki-udon/yume-asw.php>〉

2017年12月13日アクセス。

はなまる「うどんの歴史」

〈 <http://www.hanamaruudon.com/about/history/> 〉

2017年12月13日アクセス。