

みんなくくりポジトリ

国立民族学博物館学術情報リポジトリ National Museum of Ethnology

共同研究「主食論」をはじめるにあたって<共同研究：食生活から考える持続可能な社会：「主食」の形成と展開>

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 国立民族学博物館 公開日: 2020-03-24 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 野林, 厚志 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.15021/00009499

共同研究「主食論」をはじめるにあたって

文 野林 厚志

研究の目的

共同研究「食生活から考える持続可能な社会—『主食』の形成と展開」の目的は、持続可能な社会を実現するための食生活のありかたを、文化、社会、生態の観点から検証することである。食生活とひと口で表現しても、そこにはさまざまな要素がはいりこんでいる。そこで、今回の共同研究では、議論を進めていくために、主食という切り口を用意した。

主食を議論の軸にした主な理由は、1) 世界人口を養うための鍵をにぎっている、2) 主食は、概念的にも実践的にも議論が未成熟、3) 主食の生産から消費、廃棄の過程は、分野をこえた議論の共通土台となる、4) 「食卓」と文明をつなげる具体性（物質性）をもつということである。

とはいものの、主食に相当する語彙や概念は普遍的ではなく、時代や地域によって多様である。この原稿を書いている時点で、キックオフとしての第1回目の研究会はすでに終えているが、すでに、主食とは何かという根本的な議論が共同研究員のなかで交わされた。

筆者はこの研究の申請時に、主食に「人を肉体的・精神的に養ううえで、中心的役割を果たす食べもの」という作業的な定義を与えていた。これは、民博の全館規模での展示場のリニューアル後に刊行された新しい展示ガイドのなかに、共同研究員の1人である菅瀬晶子（国立民族学博物館）が執筆した文章から採用したものである。メンバーから、この定義を作業概念とすることには一定の同意が得られたものの、主食とよびうるものは環境や時代によって異なることや、人類が食料を生産するようになった前と後では、主食のみならず、食べものそのものと人類との関係が変わったのではないかという意見も出され、主食というテーマが議論のひろがりを作ることをあらためて確信した。

ランセット論文からの触発

正直に告白すれば、今回の共同研究の申請には躊躇していたところがあった。筆者は昨年ようやく前回の共同研究会（国立民族学博物館HP、『民博通信』139号、143号、147号）の成果論集となる『肉食行為の研究』の刊行にこぎつけたところであり、次にとりくむ課題を練りたいというのが本音であった。たしかに同書の序論では、「何を作り、何を食べて将来を生きていくのかという人間の存在そのもの

に関わる問題への応答」（野林 2018: 28）や「人類を含めた動物が共生してきた地球という環境を、文明を作りあげ、世界という概念で近視眼的に見つめてきた人間が、これからの地球環境と次世代の生き物に対して負うべき責任」（野林 2018: 28）などという、次なる宿題を示してはいたものの、人間文化研究機構の基幹研究プロジェクトで文明と食との関係を考えるプロジェクトを進めていることもあり、いささか容量オーバーを感じていた。

そうした甘い考えを吹っ飛ばしてくれたのが、2019年1月にランセット（Lancet）に掲載された、「Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems.」という論文である。

ランセットは1823年に創刊した、言わずとしれた世界的に最も権威のある医学雑誌の1つである。そのインパクトファクターはネイチャーよりも高いが、インパクトファクターにどれだけの意味があるかどうかの議論は脇においておこう。過去、同誌に掲載された論文の多くがこれまでに世界に影響を与えてきたように、食料、地球、健康という、人類が生きていくうえで重要な要素を盛り込んだ今回の論文によって、この問題に関わる議論が各学界で巻き起こるのは必至である。

同論文では、1日の摂取カロリーを2,500キロカロリーに設定し、人類と地球がともに健康で持続していくための「理想」の食を以下のように提示している。

「個人にとって、健康な体重を維持するための最適なエネルギー摂取量は、体の大きさおよび身体活動のレベルに依存する。油の部分的水素化、穀物の精製、塩や保存料の添加などの食品の加工は、健康に大きな影響を及ぼす可能性があるが、この表では扱っていない。小麦、米、乾燥豆、レンズ豆は、乾燥した原料での量。カロリー摂取を維持するための穀物の組み合わせや量は変化しうる。牛肉とラム肉は豚肉に代替可能で、またその逆も可能である。鶏肉およびその他の家禽類は、卵、魚、または植物タンパク質源と交換可能である。マメ類、ピーナッツ、木の実、種子、大豆は交換可能である。魚介類は、魚と貝（たとえば、ムラサキイガイ、エビ）で構成され、捕獲と養殖の両方に由来する。魚介類は動植物を含む多様性の高いグループだが、本報告では動物のみを対象としている。不飽和油はオリーブ油、大豆油、菜種油、ひまわり油、落花生油がそれぞれ20パーセントである。豚や牛を摂取する場合には、一部のラードや牛脂は任意である。」

表 摂取量2500kcal/日の場合の可能な範囲の健康な標準食
(Willet et al. 2019: 451)

		多量栄養素摂取量 (可能範囲), g/日	カロリー摂取量, kcal/日
全粒穀物	米、小麦、とうもろこし等	232(全エネルギーの0-60%)	811
塊茎やでんぶん質の野菜	ジャガイモとキャッサバ	50(0-100)	39
	野菜全体	300(200-600)	
野菜類	緑黄色野菜	100	23
	赤とオレンジの野菜	100	30
	他の野菜	100	25
果物	果物全体	200(100-300)	126
乳製品	全乳またはこれに準ずるもの(例、チーズ)	250(0-500)	153
タンパク源	牛肉とラム	7(0-14)	15
	豚肉	7(0-14)	15
	鶏肉と他の家禽	29(0-58)	62

(Willet et al. 2019: 451 野林訳)

論文は食品(材)単位で摂取量を提案している(表参照)。たとえば、牛肉は1日最大で14グラムといった数字がはじきだされている。こうした数字は一人歩きしがちで、「1日たった14グラムの牛肉なのか」という声も聞こえてきそうだが、10日に1食は140グラムのビーフステーキが食べられるという計算である。健康を人類だけでなく地球環境という視点から考え、よい食事を追求していくとする委員会の主張にはおおむね賛成したい。

とはいっても、ランセットに掲載された論文とは別に、この論文の著者らが中心となっている委員会(The EAT-Lancet Commission on Food)のウェブサイトに掲載されているおすすめ料理を見ると、論文への印象は変わるかもしれない。欧米の研究者が中心で、限られたアジアやアフリカの国々の数名の研究者で構成された同委員会が提唱するメニューには、和食や筆者がこよなく愛する台湾の小吃の趣は感じられない。

これはもしかすると、食べるという行為を考える際の方向に違いがあるのかもしれない。「生産&食品」と「消費&料理」という観点の違いである。いずれにせよ、論文や委員会HPが提案した食品の全てが定常に世界中で入手できるはずがない。世界中のひとの食事を知り、それぞれの環境のなかで維持できる多様な食材を提案する努力がもっとあってもいいはずである。

もうひとつ指摘しておかなければならない重要な点は、ランセットは来たる100億人の地球人口を想定していることである。もちろん、今後も地球人口は増加していくことは予測されており、その対応を考える必要も十分に理解できる。しかしながら、たとえば人類生態学における健康の定義は、人口が増えも減りもせずに集団が維持していくこととされている。100億の人口を養うための食の戦略で実現するのは、生物集団としては不健康な存在としての人類ではないのかと、へそまがりの筆者は考えてしまうのである。

加えて、これから我々が口にする食べ物はかつてそれが作られてきたものと同じであるとは限らない。たとえば、16世紀のヨーロッパ社会を素描した風景画で著名なピーテル・ブリューゲル(ブリューゲル父)の『穀物の収穫』に見られる穀物の丈は、現在の穀物の丈よりもかなり高い。品種改

野林 厚志(のばやし あつし)

国立民族学博物館学術資源研究開発センター教授。人類学、民族考古学を専攻。主な調査地は台湾。著書に『台湾イノシシを追う』(臨川書店 2014年)など。

		多量栄養素摂取量 (可能範囲), g/日	カロリー摂取量, kcal/日
タンパク源	卵	13(0-25)	19
	魚	28(0-100)	40
マメ科	乾燥豆、レンズ豆、エンドウ豆	50(0-100)	172
	大豆食品	25(0-50)	112
	落花生	25(0-75)	142
付加脂肪	木の実	25	149
	バーム油	6.8(0-6.8)	60
	不飽和油	40(20-80)	354
付加糖	乳製品(牛乳に含まれる)	0	0
	ラードまたは牛脂	5(0-5)	36
付加糖	甘味料全体	31(0-31)	120

良を重ねていくことによる食物自体の変質が人新世の食の経験なのだろう。

食卓から考えるという研究の伝統

食生活とは、食品の生産、加工、流通、消費、調理、廃棄の過程であり、そこには、自然環境、価値観、教条、法律や制度、経済条件、身体的な欲求や生理的条件、個人的な嗜好などが、人間の営みを通して密接に関連しあっている(野林 2019: 279-289)。「今」「ここ」で食べられている食事は従前の過程の所産である。それを、地球環境や健康という旗印のもとに、一方的に批判されても困るのである。

まず、人間は何を食べてきたのか、何を食べているのかを議論の出発点としたい。いわゆる食卓の人類学である(石毛 2004)。何かを食べているということは、それを食べている理由があるはずである。そして、食べるという行為を文化として捉えた時、個人をこえた集団のなかでそれが伝達され継承されていく過程が浮かび上がってくるだろう。そのなかでも、文化的選択圧を最も受けしていくのが主食ではないかというのが筆者の目下の見通しである。

それをひととくためには、土地の社会にはいり、日常の暮らしを見つめてきた人類学の知見は必要不可欠である。同時に、それらを相対化させ、現代社会に生きる人類のさまざまな場面における食を見つめる他の学問領域も巻き込んでいくことが必要となる。民博の共同研究会などで、人類学を中心とした議論を期待しつつも、内向きにならない研究会にしたいと考えている。

参考文献

- 石毛直道 2004『食卓の文化誌』東京:岩波書店。
野林厚志編 2018『肉食行為の研究』東京:平凡社。
野林厚志 2019『特集:地域の食の形成—日本を中心とした産業化の脈絡のなかで 序』『国立民族学博物館研究報告』44(2):279-289。
Willet, W. et al. 2019 Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems. *Lancet* 393: 447-492.

参考 URL

- EAT Forum ホームページ <https://eatforum.org> (2019年11月20日閲覧)