

# ミルクを求めてアムド・チベットを旅する

平田昌弘 ひらたまさひろ / 帯広畜産大学、AA研共同研究員

牧畜民に脈々と受け継がれる乳文化。

牧畜民は、家畜を食べるよりも、むしろ生かし共存し、ミルクを搾って生活する。

ミルクから何が観えてくるのだろうか。乳文化研究の視点や面白さを紹介しよう。

## 牧畜を支えるミルク

乳利用の歴史は1万年ほど前に西アジアで始まる。ヒトが野生動物を家畜化してから、それほど間を置かずには搾乳が開始されたと考えられている。乳という文化を考えると、それは単に食料であるだけでない。毎日搾乳できるという食料供給の継続性、搾乳するために母子畜を分離する群れ管理、飼料確保と飼料給与、本来は自らの子だけに許容するはずの哺乳を他種動物(ヒト)が搾乳できるようにするための技術開発、雌畜の妊娠・出産・泌乳には選ばれし少数の雄畜のみで用を成すことから、多くの雄畜は生後間もなく間引かれることとなる個体の育種・選抜と、乳文化は牧畜という生業の本質に関わる重要な文化項目なのだ。アフロ・ユーラシア大陸の暑熱乾燥地帯の牧畜という生業の成立には乳文化が深く関わっている。乳文化の視座から牧畜のあり方や特徴を説明することができる。乳文化学なる既成学問はない。牧畜という生業の発達史を紐解くための乳文化研究の可能性を問いに、アムド・チベットに向かった。

## アムド・チベット

アムドとは、中国西北部に位置する青海省、そして、甘粛省南西部と四川省北西部を含めた地域の名称である(図1)。この地域において、牧畜を生業とする人々をアムド・チベット牧畜民と呼ぶ(写真1)。東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所の共同利用・共同研究課題「“人間一家畜一環境をめぐるマイクロ連環系の科学”の構築～青海チベットにおける牧畜語彙収集からのアプローチ」に参加する機会を得て、2014年からアムド・チベット牧畜民の生業を調査してきた。

彼らは、ヤクに大きく依存している。ヤクは、標高2,000m台から5,000m台の高地で飼養されており、冷涼環境に適応したウシ科の家畜である。妊娠期間は9ヶ月ほどであるが、泌乳は1年以上にわたって続く。ヤクの搾乳は、野生植物の多い夏期では朝晩2回/日で、乳量は1頭当り1ℓ/回ほどである。冬期には朝1回/日の搾乳となり、乳量も落ちる。しかし、ヤクの魅力は、1年にわたって搾乳できることにある。妊娠しなければ、2年にわたって搾乳

が可能となるという。農作物が基本的には栽培できない高地で、アムド・チベット牧畜民にとってヤクのミルクは貴重な食料源となっている。

## アムド・チベット牧畜民の乳文化

1980年代にアムド地方にクリーム分離機が導入される以前は、生乳を発酵乳にしてから、バターやチーズを加工していた。生乳をオマと呼ぶ。搾乳したばかりの生乳を、加熱殺菌しないまま、容器に取り分けておく。数日、そのまま容器に置いておいて、自然発酵を促す。この自然発酵乳もオマと呼ばれる。自然発酵乳は、木製の攪拌桶と攪拌棒により攪拌してバターを加工する。バターをマルと呼ぶ。攪拌回数は1,000回ほどで、1日かかる仕事となる。温度が低くなり過ぎた場合、自然発酵乳を温めて攪拌作業をおこなう。攪拌桶には蓋が付いており、攪拌棒を差し込む穴には、攪拌中に自然発酵乳が飛び出してしまうのを防止するために、20cmほどの襟がついているのがアムド地域の特徴である(写真2)。かつては、バター加工にヒツジの革袋

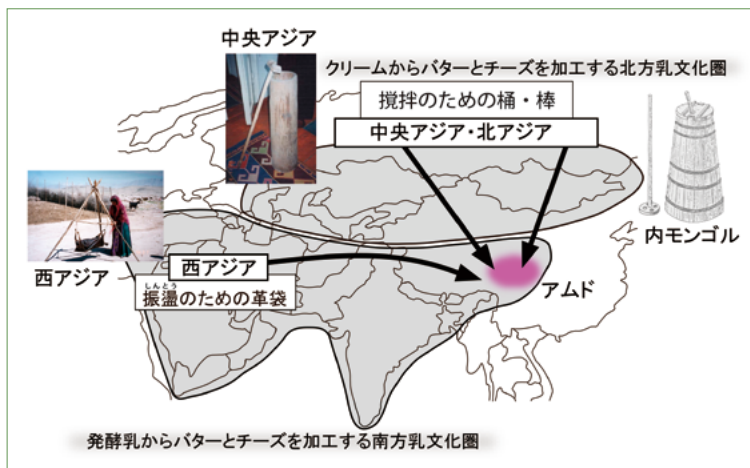


図1 北方乳文化圏と南方乳文化圏の地理的分布、および、チャーンのアムド・チベットへの伝播。  
出典：平田昌弘『ユーラシア乳文化論』(岩波書店、2013)より改編。



写真1 標高約3,500mにあるアムド・チベット牧畜民の夏営地。ヤクから搾乳している。

\*写真はすべて筆者撮影。



写真2 バターを加工する道具。攪拌桶と攪拌棒。



写真3 できたてのバター。水洗してから保存する。



写真4 バターがぎっしりと詰められたヒツジの革袋。

を用いて、地面の上で転がして加工していたともいわれている。静置による自然発酵を促さず、生乳に発酵乳を添加することにより酸性度を高め、直ぐにバター加工をおこなってもいた。

バターは、水で2回程度洗ってバターミルク（発酵乳もしくはクリームを攪拌してバターを製造する際に生じる液体）などを取り除き、冷たい水に30分ほど浸して冷却する（写真3）。バターから水分を十分に取り、成形して木箱などに入れておき、日常の食事に用いる。バターを長期保存する場合には、ヒツジの革袋にぎっしりと詰め込み、テント内の日陰に置いて保存する（写真4）。革袋を用いれば、10年でも保存が可能であるという。

バターを収集した後に残ったバターミルクは、健康に良いとの理由で、そのまま飲用されている。また、バターミルクからは非熟成チーズも加工される。チーズへの加工は、バターミルクをそのまま加熱沸騰して凝固させる。凝乳を布袋に注ぎ、一晚吊るしてホエイ（乳清）を排出させる。布袋の中からチーズを取り出し、手でチーズの塊を細かく砕きながら、ビニールシートや布などの上に広げる（写真5）。そのまま天日で数日間乾燥させればチーズができあがる。この非熟成チーズをチュラと呼ぶ。チュラは袋に入れて涼しい所に置いておくだけで、数年の保存が可能となる。このように、乳製品は次の乳製品へと加工されていることが理解される。牧畜民の乳加工技術は体系をなしている。

アムド・チベット牧畜民の乳加工の特徴は、発酵乳を用いてバターやチーズを加工していること、乳脂肪の分離の最終生産物がバターで終わっていること、バター加工に木桶や革袋が利用されていることにある。乳文化研究は、乳加工技術や乳製品利用を注意深く観察し、体系的に詳細に記述することから始まる。その工程を一つ一つ確か



写真5 保存のために非熟成チーズを天日乾燥させる。

め、複雑な全貌を明らかにしていく作業は、パズルを解くようで実に楽しい。

アムド・チベット牧畜民の乳文化について興味のある方は、「チベット牧畜文化ポータル」（<https://nomadic.aa-ken.jp/>）を参照頂きたい。より詳しい乳加工体系の紹介、搾乳の仕方、乳利用について言及している。

## 乳文化から観る

### アムド・チベット牧畜民の位置

生乳を先ず発酵乳にし、発酵乳から乳脂肪や乳タンパク質を分離する乳加工技術は西アジアに起源したと考えられている。西アジアとアムド・チベットの乳文化は極めて類似している。チベットの牧畜が周辺からの影響を受けて成立したとするなら、それはまさに西アジアの影響を受けていると乳文化の視点から言及できる（図1）。

バター加工器をチャーンという。チャーンにも地域特性がある。アムド・チベットでは、攪拌桶・攪拌棒とヒツジの革袋がチャーンとして用いられてきた。攪拌桶・攪拌棒は中央アジアや北アジア（特に内モンゴル）、革袋は西アジアで利用されている。アムド・チベットで利用されるチャー

ンは、北方乳文化圏（中央アジア・北アジア）と南方乳文化圏（西アジア）の両方から重層的に影響を受けていることが推察される。物質文化は、それぞれの由来を形態で追うことができる。

そして、アムド・チベットでは生乳からの乳脂肪の分離がバターで終わっている。西アジアなどの低地の暑熱地域であると、水分含量が20%ほどあるバターでは保存がきかず、直ぐに腐敗してしまう。そのため、バターを加熱して脂肪含有率が99%以上のバターオイルに必ず精製し、常温での長期保存を可能にしている。チベット高原は冷涼なため、バターオイルにわざわざ加工しなくとも、バターのままで長期保存が可能となるのである。アムド・チベット牧畜民の乳加工は、まさにチベット高原の自然環境の特徴を代弁している。

アムド・チベット牧畜民の乳加工の特徴は、基本的には南方乳文化圏からの影響を土台にし、北方乳文化圏からの乳加工技術が重層し、高地の冷涼な環境に適応した形態に発展しているとまとめることができる。このように、生業の土台となる乳文化の要素から、牧畜の発達史解明に寄与することができる。

