

ヨーグルトの消えゆく夏

海老原志穂 えびはら しほ / 日本学術振興会特別研究員 (AA研)、AA研共同研究員

東北チベットの夏の放牧地に行けば毎日ヨーグルト三味のはず。

そんな甘い期待は2019年の調査では大きく裏切られた。

食生活の変化を目の当たりにして、

近年の牧畜民をとりまく環境の激変を痛感した。

東北チベット牧畜民の伝統的食生活

チベット高原の夏は短い。5月頃から萌え出した草の芽は、6、7月には葉を青々とさせ、白、黄、青、紫、ピンクなど色とりどりの花を咲かせる。8月の中頃には草原が徐々に黄色味を帯びはじめる。夏の間、ヤクは日中に草を思いきり食べ、それに比例してたくさんのミルクを出し、肉づきもよくなる。そのため、バターやチーズ、ヨーグルトなどの加工は主に夏に行われ、それらが食されてきた。そして、晩秋には肥え太ったヤクの屠畜が行われる。解体後の肉と内臓は部位ごとにまとめられ、大部分は外気で凍らせ、住居の脇にあるヤク糞でつくられた貯蔵庫に入れて保存し(写真1)、一部は干し肉にして利用する。冬は逆に、草が枯れ食べ物も乏しくなるため、ヤクの泌乳量は減り、牧畜民は主に貯蔵された肉を食べて過ごしてきた。そのような牧畜民の伝統的な食生活では、夏は屠畜しないため肉は手に入りやすく、冬はヤクの泌乳量が少ないので乳製品、特にヨーグルト

はほとんど作られていなかった。したがって、牧畜民の食生活は、家畜からの生産物としては夏には乳製品、冬には肉(写真2)、そして、交易で得られる大麦、小麦を一年を通して食すことになる。夏の一時期にイラクサや野ネギ、キノコ、野生イチゴなどを利用することをのぞけば、基本的には上記の食生活のパターンが続けられてきた。東北チベットでは「夏の肉 冬のヨーグルト」ということわざがある。これは、「夏の肉」、「冬のヨーグルト」がそれぞれの季節には得がたいものであることから、貴重なもののたとえとして使われてきた。ところが、そのことわざが使用される環境も変化しつつある。

食料品摂取量の計量調査

上記のような食生活について、実際に

チベット牧畜民の食料摂取量をはかり、夏と冬の季節的変化の調査、そして、ラダックなどのチベット圏の他地域や同じく牧畜地域であるモンゴルとの比較のため、牧畜民家庭2世帯において食料摂取の計量調査を平田昌弘氏(8~9頁参照)らとともにに行った。食料摂取量の計量調査とは、チベット牧畜民世帯に数日間滞在し、調理に用いた品目と量、食事の摂取量を実測する調査方法である。調理中の各プロセスで肉やバター、ツアンパ、小麦などをそれぞれ何グラム用いたか、できあがった食事を世帯構成員にどれくらい取り分けたか、そして、各人がどれくらい口にしたらかを実測し、摂取したカロリー、タンパク質、炭水化物、灰分をデータに基づき算出するものである。これを各世帯3日間ずつ行った。お世話になった牧畜民家庭の方々は最初こそ慣れない感じではあったが、次第に「これもはかる？」と先回りして聞いてくれるなど、計量への協力が得られた(写真3)。まず初めに2018年の冬に、そして2019年夏に調査を行った。その結果はどうであったかということ、実は、予測とは異なり、夏と冬で大きな差のない数字が出たのであった。

夏の食生活の変化

調査で訪れた1軒目の牧畜民家庭D家には2019年夏に2週間滞在した。煮出したお茶に生乳を加えた乳茶は1日数回、チーズとバターを入れたツアンパは毎朝のよう

写真1 解体したヤクの肉を一晚外気で凍らせ、貯蔵庫に詰めるところ。



写真2 冬によく食べられる料理、ソルク(イラクサまたは大麦、ひき肉の包み蒸し)。



*写真はすべて筆者撮影。

写真3 食材の量をはかる平田氏(右)。

写真4 撮影当日の朝とその前夜に搾乳したヤクの生乳を街に売りに行く一家の主。



写真5 ヤクを屠畜した当日に振る舞われた茹で肉。



に供されたが、ヨーグルトが作られたのは多くの客人を迎える際の1回のみであった。2軒目の牧畜民家庭L家には1週間滞在したがその間もヨーグルトは1回しか作られなかった。つまり、2家庭ともヨーグルトがほとんど食べられていなかったのである。

それでは、以前は毎日のように作っていたヨーグルトを作らず、搾ったミルクは夏の間どうしているのか。D家では毎朝ミルクを攪乳器にかけ、分離した乳脂肪分を貯めておき、3日に一度バターが作られていた。そのバターは家庭で使用する分以外は、50キロの袋詰めにして22キロ離れた冬の営地近くの商店までバイクで運んで売っている。L家の放牧地は街から15キロと近く、搾乳したミルクをプラスチックボトルに詰め、毎日バイクで運んで売りに行っていた(写真4)。ミルク、またそれを加工したバターは牧畜民の貴重な収入源となっているのである。インタビューによると、最近では、よほど好きでなければ毎日ヨーグルトを作らないという。

ミールキットならぬミートキット

それでは夏に何を食べているのかというと、肉である。それは、以前であれば腐敗しやすいため夏には屠畜がほぼ行われず貴重品であった。茹で肉(写真5)、肉饅頭、そして夕食にほぼ毎晩食べる麺類にも肉が入っている。2019年8月上旬にD家でヤクを1頭屠畜した。肉は部位ごとに解体され、肋骨の肉は骨つきのまま1本ずつ切り分けられた。内臓や肉、脂肪を刻んで小麦粉とともに腸に詰めた白いソーセージ、血の塊や肉、塩、香辛料を詰めた赤いソーセージもその日のうちに作られた。処理が終わると、それらは、調理1回分の量ごとに胃袋やビニール袋に包まれた。白いソーセージと赤いソーセージは1回で茹でる量を2種類セットにしてビニール袋に詰められた(写真6)。D家で数日中に食べる分を



写真6 調理1回分ごとに分けられたヤクの肉と内臓。

取り置き、親戚にも一部分け、残りは、道沿いで商店を営む友人の家の大型冷凍庫に保存させてもらっていた。調理に必要な時にはその都度、冷凍庫から取り出して持って帰る。日本では1食分の献立がキットになったミールキットが流行っているが、牧畜民たちも、枝肉や挽肉、ソーセージを、1回で調理する分ごとにセットにして冷凍保存し夏でも効率的に肉を利用していることが分かった。

牧畜民をとりまくさまざまな変化

牧畜民たちの冷凍庫利用のうまさも発見であったが、食事の計量調査をして一番驚いたのは夏と冬の食事で季節変化がなくなったことであった。貴重なものたとして使われてきた「夏の肉 冬のヨーグルト」のうち「夏の肉」の価値は一年を通して平均化され、夏でもヨーグルトが食されなくなった。

テント生活をする夏の放牧地であっても、脇に道ができたため、電気が通っている知り合いの家までバイクで行って冷凍庫が利用できる。街まで行きやすくなり、現金収入を得るために、なるべく多くの乳製品を

売るようにもなった。攪乳器の導入により、ヨーグルトを攪拌してバターを取り出す必要がなくなったこともこの傾向を助長した(平田氏の指摘による)(写真7)。道、電気、市場経済、そして、攪乳器導入。また、今後、中華料理の影響や菜食主義の流行によって牧畜民たちの食卓は変容しつつあるであろう。特に日常食の記録は文献には残りにくい。長期的には、牧畜民の食卓を定点的に観察し食文化の記録をするともに、食という視点を通して彼らの環境や生活スタイルの変化などを追っていきたく思っている。



写真7 電動の攪乳器(クリームセパレーター)でミルクを乳脂肪分(クリーム)とそれ以外に分離しているところ。