

なぜ食原理主義か

ごく緩やかな菜食主義を始めて40年近くなる。おかげでわが家も息災平穏と言いたいところだが、草食系男子の旗色が悪い昨今、大きな顔をするのははばかられる雰囲気である。とはいえシマウマやキリンなどの草食動物は、戦いはへただけれども持久力ではライオンや虎が及びようもないほど優れている。だから菜食でなければなどと言う気は毛頭ないが、食が人の性格や行動に影響する可能性は排除できないというのが私の持論である。

「食原理主義」という言葉は私が勝手に言っているだけかもしれない。「原理主義」の前に「市場」とか「イスラム」とつく場合のように、それ以外の価値を認めようとしない自分勝手な主義主張であるとしてあまり肯定的に使われないことが多い気がする。

しかし「食」という行為は、空腹度合いや味覚、視覚、触覚、さらに体験や知識、そして感情によって大きく影響を受ける一方で、何を、いつ、どのように食べるかは人間の体と心をつくるうえで決定的に重要である。それほど重要で微妙な食であるにもかかわらず、いささか軽んじられすぎている気がしてならない。食のありようによって世の中が変わるとさえ思えるので「食原理主義」を言っているのだが、供給側からは食材の販売、需要側からは価格と嗜好の点からしか見られていないように感じるのは残念である。

特に子供については、楽しく、健康にいいものを食べることで、健やかな体と豊かな心を引き寄せられるはずだ。肉親の愛情がこもった食事を日々楽しめば、感謝とか道徳倫理といったことも身についていくのではないか。食事のマナーにしても、親から教わり、子に伝えたことは一生ついて回ること、わが家でも機会を逸しないですんで何よりだったと感じる。

食と健康を過剰に意識するあまり「何々健康法」のたぐいがやたら流行するのはいかがかとは思うが(フードファディズムだとする非難もある)、かつてアメリカ国民の健康を守るための食のガイドラインを示したマクガバン報告のように、日本でも国のリーダーたちが国民の健康を増進するため食に関する議論を深め

ていってほしいものである。

少なくとも高度成長期以降、これほど食が貧困な時代はないのではないか。良質の蛋白，微量ミネラル，一部のビタミンが不足して，子供の粗暴や落ち着きのなさを生んでいる可能性が高い。あるいは突然，怒り出す老人が増えているというが，不定愁訴の中年とともに，微量ミネラル不足を疑ったほうがよい。近年の日本人の骨や歯の質的低下は食と無関係ではありえない。

話題を転じて，日本の食を日本復興の手掛かりにしてはどうかという話を少々述べてみたい。今，世界は和食ブームである。健康に良いことも一因だが，食材，調理法，だし，調味料，盛り付けなど，多様さ，繊細さ，美的センス，あらゆる面での総合力が人気の原因だろう。

だからというべきか，世界で「もどき」の和食が広がっていて，和食の修行をしたとは思えない調理人によるおかしい味，盛り付けが横行している。人気が高まっている日本酒もまがいものが多い。折角の日本酒輸出のチャンスを逸し続けずにすむよう，早急に対策が講じられることを期待したい。

日本を訪れる旅行者に，気軽に和食を楽しめるようにすることも重要である。日本人がパリでフランス料理を気軽に楽しむのが難しいように，外国人には言葉も知識も障壁になる。日光の東照宮境内にある建造物の表示板がどれも日本語だけだったのには驚いたが，外国人観光客に和食を気楽に楽しんでもらうもてなしの気持ちが東照宮並みでは寂しい。和食についての主要言語でのガイドブックを(索引をたくさん入れて)作るとか，メニューをもっと親切にするなど，できることからやっていく必要がある。特に中級和食レストランでの外国人受け入れを積極的に進める努力は歓迎されるだろう。

和食人気が内外で高まることは一石二鳥にも三鳥にもなる。そのために和食検定制度をつくることを提唱したい。調理師に1～4級くらいの資格制度を設け，常時，挑戦する機会をつくる。あるいは和食に関する知識を問う本格的な検定制度を立ち上げて，誰でも和食を学び楽しめる場をつくる。アニメ，マンガ，音楽，ファッション，建築と並んで，世界が日本文化に親しむ主要な柱の一つとして和食を位置づけることが日本再興の突破口になるのではないか。

(社団法人経済倶楽部 理事長 浅野純次・あさのじゅんじ)