

タピオカからみえる日本人の変化

諸岡 玲奈 脇野 真帆 山下 楽々香

中村学園大学短期大学部幼児保育学科

概要

若者に人気で話題のタピオカは日本固有のものではなく、海外から輸入されているものである。日本が海外から様々に輸入することによって海外でどのような変化が起こっているのだろうか。また、日本古来の食文化が海外から多く輸入されることによってどのように変わっているのだろうか。そこで、本研究ではタピオカから見える日本人の体格の変化、そこから見える日本の文化について考察していくことにする。

1 章 タピオカの原料と成分

この章では、最近若者の間で流行となっているタピオカの原料や原産地を調べた上で、タピオカの成分について実際の実験結果からタピオカドリンクのカロリーについて考えていく。

1.1 節 タピオカの原料

タピオカの原料はキャッサバという中南米原産のイモノキ属の根茎類である。現在、キャッサバは世界の殆どの熱帯地域で栽培されており、乾燥に強く温暖な地域で育ちやすい為、特にアフリカ地域ではトウモロコシに次ぐ第二の主食として長年大切にされてきた。また、タイをはじめとする東南アジアでは食用としてよりも輸出用作物や工業原料として近年多く栽培されるようになり、飛躍的に生産性を伸ばしている。輸出用としては、生芋を輪切りにして天下乾燥させたチップにされたものが各国でエタノール生産に用いられており、また、擦り下ろした後に脱水・加熱乾燥させ解毒して粉にされたものが食用を含めて普及している。キャッサバには有毒な青酸生成物質が含まれ、解毒の必要なものと比較的毒素の薄い生食可能なものがあり、生キャッサバは収穫後短時間で傷むので生産地周辺で生食用に多く利用されている。特に、生食用のキャッサバは葉も含めて全体を食べることができ、芋の部分は薄く切り油で揚げチップスにしたり、スープに入れたりして様々な調理法で食べられている。

タピオカでん粉は大きく天然でん粉と加工でん粉の2つに分かれている。輸入した天然でん粉16万7000トンのうち、約8割に相当する13万7000トンがタピオカでん粉であり、その殆どがタイ産となっている。([6]) 加工でん粉においてもタイは最大の輸入国となっており、加工でん粉輸入量40万9000トンのうち、26万トンがタピオカでん粉である。

日本で人気となっているタピオカドリンクはミルクティなどのお茶(tea)と組み合わせられているものが一般的である。キャッサバは世界に生産量が多い芋類であり、キャッサバの世界栽培順位は1位が約5957万トンでナイジェリア、2位が約3402万トンでコンゴ民主共和国、3位が約3116万トンでタイである。キャッサバの耕作生産量の範囲は亜熱帯地域であり、お茶の栽培が多い。このことから、キャッサバとお茶が自然に組み合わせられていったのである。

1.2 節 タピオカの成分

日本食品標準成分表2015年版[3]によるとタピオカの原料であるキャッサバでん粉は100gあたりのカロリーが346kcalであり炭水化物が85.3gとなっており、うどんやパンの原料である小麦

お問い合わせ先：〒814-0198 福岡市城南区別府5丁目7-1 中村学園大学短期大学部
幼児保育学科 橋本弘治研究室 mail:hashimot@nakamura-u.ac.jp

粉 100g あたり 367kcal (炭水化物 75.8g)、米 100g あたり 358kcal (炭水化物 77.6g)、そば粉 100g あたり 361kcal (炭水化物 69.6g) 等と比較して非常に高カロリーで糖質分の多いの食材である。そこで、実際に市販されている 3 つ (No. 1、No. 2、No. 3) のタピオカミルクティーの成分比較を行った。以下の表はその結果である。

No.	(A) タピオカ	(B) 液体	A / (A+B)	エネルギー	炭水化物
1	21g	238g	8.1%	163kcal	28.9g
2	28g	230g	10.8%	132kcal	24.2g
3	24g	182g	10.6%	107kcal	18.6g

表 1: タピオカミルクティーの成分

表から分かるようにタピオカの量が少ないサンプルの方がエネルギーや炭水化物が高いということが分かった。すなわち、タピオカミルクティーのエネルギーや炭水化物はミルクティーそのものの影響が一番大きいと考えられる。元々、タピオカは東南アジアなどで栽培、製造されており、そこではお茶の栽培が盛んに行われていたことを考えると、その二つが組み合わさることは自然なことである。そして、現地でのお茶の飲み方としては砂糖類を多く使用することが一般的であり、結果的にタピオカそのもののエネルギーよりも砂糖の入ったティーが高カロリーとなることからタピオカドリンクが高カロリーという印象になっていると考えられる。

2 章 日本の食文化と体型の変化

この章では日本の食文化の変化による体型の変化について述べると共に、その体型の変化よりみえてくる日本人の変化について考察していく。

2.1 節 食文化と体型の変化

1992 年に日本で大ブームとなったナタデココはココナッツが原料とされており、当時、日本に輸入された原料の殆どがフィリピンで栽培されていた。日本で「ナタデココ旋風」と言われるものが起こると同時に、大幅にナタデココブームは開花していった。タピオカとの決定的な違いは、ナタデココは家庭向けの缶詰・瓶詰が主要であり、日本で大ブームとなった年のフィリピンにおける生産額は前年の 24 倍 (2580 万ドル) に達して、これはフィリピンにおける果実加工食品輸出額の 31% を占めた。([7]) そして、96% が日本へ輸出されたことから、日本のブームはフィリピンの経済状況を大きく変えることとなったのである。

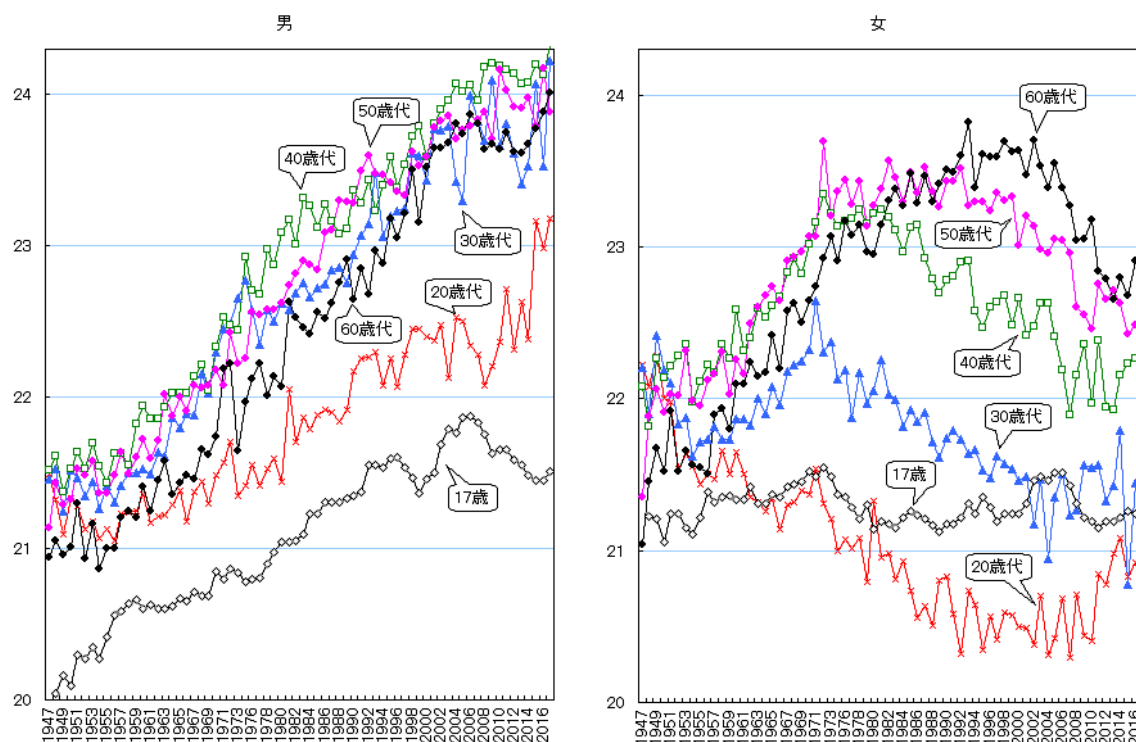
タピオカやナタデココ等、日本で一時的なブームとなった輸入品は数多くあり、それが輸出国の経済に大きな影響を与えていることも事実である。特に、一時的なブームは時に輸出国の経済にダメージを与えることもあることを私たちは忘れてはいけない。一方でそのブームが継続すれば、輸出国の経済は発展することもあり、また、日本においても新たな食文化を生み出すことにもなる。日本人にとって非常に馴染みがあり、海外から来た食べ物として第一にバナナが挙げられる。現在ではバナナは一年中手に入れることができお手頃な食べ物となっている。日本のバナナの輸入量を見てみるとナタデココと同じようにフィリピンとの関係が非常に強いことが分かる。フィリピンのバナナの年間生産量 600 万トンのうち 100 万トン以上が日本へ輸入されてきている。

([8]) すなわち、フィリピンは 1 割以上を日本の為に生産している現状があり、日本の食文化が変わることによってナタデココ以上にフィリピンの経済や農業に良い意味で大きな影響を与えるのである。

このように、世界との貿易によって様々な食材が輸入されることで日本の食文化は変化し、同

時に日本人の体型も変化している。日本人の体型を見てみると明らかに日本人の BMI 値の変化に違いがあることが分かる。その要因はインターネット上にある「社会実情データ図録：日本人の体格(BMI)の変化[1]」によると戦前は女性の出産の安全を考えて男性は女性に栄養を多く分け与えたという事情があり、それが解消された戦後は食生活が豊かになると共に男性の BMI の数値が増えていった。一方で女性は美意識が高く 40 代、30 代、20 代を中心にやせ願望を持つ女性が増えた為に BMI の数値は下がりつつある。すなわち、日本人の体格の変化は痩せ願望を持つ女性が増えた為にスリム化、男性は食生活が豊かになると共に肥満の方向へと真逆の変化を遂げている。

日本人の体格の変化(BMIの推移) (1947～2017年)



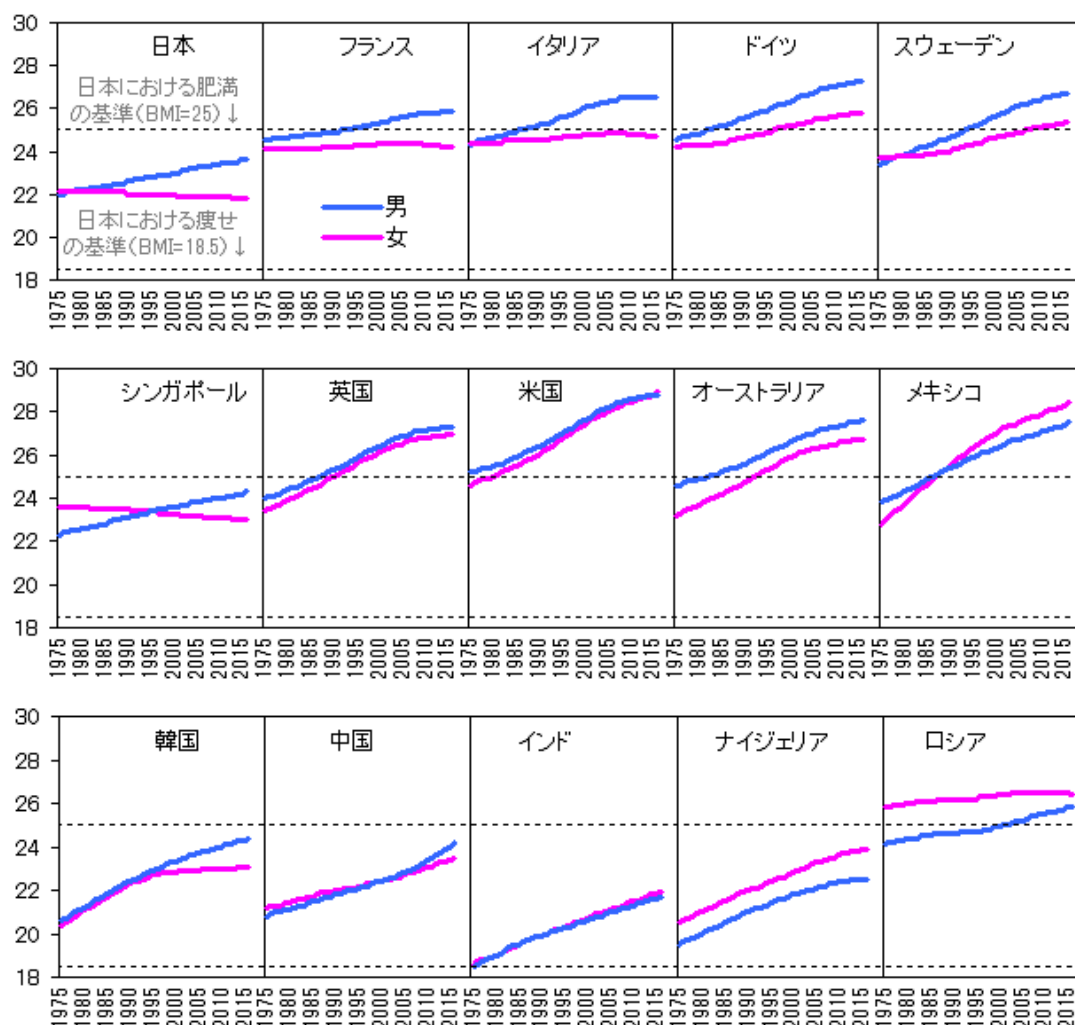
(注) BMIは体格指数で体重(kg)を身長(m)の2乗で割ったもの。25以上は「肥満」、18.5以下は「やせ」とされる。ここでは平均体重と平均身長から算出。87年までの20～29歳は20～25歳の各歳データ及び26～29歳データによる平均値から計算。

(資料) 国民健康・栄養調査(厚生労働省、1974年身長体重調査なし)、学校保健統計(文部科学省、17歳)

図1：「日本人の体格(BMI)の変化」
(「社会実情データ図録」より引用[1])

戦前から戦後にかけての日本人の体型は男女で逆転現象が起こっているが、「社会実情データ図録：世界各国の男女の体格の変化[2]」によると、世界の傾向としては日本人男性と同様に1975年から2015年にかけて概ね BMI 値は増加傾向にある。しかし、日本とシンガポールの女性の体格の変化は明らかに異なるものである。

各国男女の体格の変化(1975～2016年、18歳以上のBMI年齢調整済みデータ)



(資料)WHO, Global Health Observatory data repository(2018.2.10ダウンロード)

図2:「各国男女の体格(BMI)の変化」
(「社会実情データ図録」より引用[2])

2.2 節 日本人男性の変化

食文化の変化としては1975年から現在に至るまで、世界の多くの国で食糧事情が改善され、基本的にBMIは右肩上がりとなっている。その中で、日本の女性のBMI値は右肩下がりとなっている原因として、前節で述べたように1.は女性の出産の安全を考えて男性は女性に栄養を多く分け与えた、すなわち、昔の日本人男性は女性に非常に優しく、または、2.日本人女性は美意識が高くなり痩せ願望を持つ女性が増えた、が可能性として挙げられている。

はじめに、昔の日本人男性が女性に非常に優しくだったということについて、1975年以前の結婚事情を考えると日本ではお見合いが主流であった。日本のお見合いは鎌倉時代から始まったといわれており、武家や公家、貴族などの身分が高い者同士で行われていた。庶民に広がったのは江戸時代からであり、明治時代になると仲人の仕事をする方が増えていった。当時は約70パーセントがお見合い結婚をしていたが、現在では恋愛結婚が主流であり、お見合い結婚は全体の約6パ

ーセントに留まっている。しかし、現在の日本では少数派となっているお見合い結婚であるが、お見合い大国として知られるインドでは現在でも約 80 パーセントがお見合い結婚である。(出典) その要因としては多種多様な宗教や言語が使われ、昔のカースト制度などの文化や伝統が残っていることが考えられる。お見合い結婚に対するイメージは様々なものが考えられるが、お見合い大国インドの離婚率は約 1 パーセントであり、世界と比べて非常に低い値となっている。恋愛結婚は引き算、お見合い結婚は足し算と言われるように、恋愛結婚のようにある程度お互いを知り尽くしてから結婚とは異なり、お見合い結婚は結婚してからお互いを理解しようと努力することで継続して夫婦の絆が培われる傾向にあり、昔の日本も今のインドでも恋愛結婚に比べて離婚率が低いと考えられている。その上で図 2 を見ると、インドの BMI 値は他に比べて際立って低く、かつ、男女の変化が殆ど一致しており、これは貧しさを夫婦の絆で分かち合いながら共に乗り越えてきた結果と考えることが出来るのではないだろうか。よって、昔の日本人男性の優しさの理由としてお見合い結婚が多かったことが要因と考えたが、ある程度の射てるのかもしれない。

次に、日本人女性は美意識が高くなり痩せ願望を持つ女性が増えたということについて、図 2 よりシンガポールの女性の BMI 値の変化も日本人女性と同じように右肩下がりとなっている。シンガポールでは男性が女性を大切にすることよりも男女平等というジェンダーの意識が非常に高く、1974 年以降から女性の社会進出が非常に進んでいる。([5])理由としては男女問わず国の発展の労働力としての女性の必要性が日本よりも早く求められていたということが考えられる。そして、女性が社会進出していく中で美意識が高まることにより BMI 値が右肩下がりとなっていると考えることができる。すなわち、女性の BMI 値が右肩下がりとなる理由としては美意識が高まることと関係していると考えることが出来るであろう。

日本における女性の社会進出は近年のことであり、これまでの日本人女性の多くは結婚後専業主婦として家庭を守っていた。BMI 値の右肩下がりの変化が女性の美意識の高まりと考えると、図 1 より 1970 年頃から 1990 年頃にかけての 20 代 30 代（現在の 50 代から 80 代）で大きく右肩下がりに変化しており、また、2010 年から現在にかけて全世代で右肩上がりに転じている。伊藤・井村・上村[4]によると専業主婦世帯が減少するのは 1992 年以降であり、1980 年代の専業主婦世帯は約 1100 万世帯であった。一般的に女性の美意識の高まりは身だしなみとしての異性を意識したものと考えることができる。そして、異性と出会う機会が少ない専業主婦にとって最も多く触れ合う異性は夫である。よって、昔の日本人男性は女性に非常に優しく、それに応えるように専業主婦の美意識が高くなり、その結果として日本の女性の BMI 値は右肩下がりとなっていると考えることができるであろう。

まとめ

これまで述べてきたように、飽食の時代と言われるように世界中から様々な食材が輸入されて日本の食文化、そして、それに伴って日本人の体型は変化してきた。その中で日本の女性の体型の変化は世界でも珍しい変化となっており、その背景には日本の古き良き文化と近年の女性の社会進出が関わっている。

1970 年頃から 1990 年頃にかけての時代にはお見合い結婚の文化で築かれた分かち合いながら共に乗り越えていく夫婦の在り方、すなわち、家族の為に社会で働く夫と家族を支える妻という文化が確かにあったはずである。しかし、2010 年から現在にかけて女性の社会進出が進む中、BMI 値は右肩上がり、すなわち、女性の美意識の高まりはより進むのではなく退化している現状である。日本では長きに渡り男性社会が続いており、女性の社会進出を快く思っていない、理解しない男性も多くいる。しかし、多くの男性と女性が社会で働く時代、世界中でジェンダーフリーが重視されていることを、より良い社会の構築の為に「分かち合いながら共に乗り越えていく」

ことが重要であることを男女問わず考える必要があるのではないだろうか。

タピオカドリンクの一番上には氷がある。しかし、誰もが好んで食すのは一番下に沈んでいるタピオカである。女性の社会進出に冷たい考え方がまだ残っているが、いずれは解けていくことを望むばかりである。

参考文献

1. 社会実情データ図録：図録▽日本人の体格(BMI)の変化 (2019年9月26日確認)
<http://honkawa2.sakura.ne.jp/2200.html>
2. 社会実情データ図録：世界各国の男女の体格の変化 (2019年11月22日確認)
<https://honkawa2.sakura.ne.jp/2200c.html>
3. 日本食品標準成分表 2015年版 (2019年12月5日確認)
http://www.mext.go.jp/a_menu/syokuhinseibun/1365419.htm
4. 伊藤ひなた, 井村日香梨, 上村亜美, 「メンヘラ」, 中村学園大学短期大学部「幼花」卒業研究論文集, Vol.7 (2020), Page 12 - 16.
5. 田村慶子, シンガポールの取組の特徴と日本への示唆, 内閣府男女共同参画局 H20 諸外国における政策・方針決定過程への女性の参画に関する調査(2020年1月20日確認)
<http://www.gender.go.jp/research/kenkyu/sekkyoku/pdf/h20shogaikoku/sec4-2.pdf>
6. 前田昌宏, 吉村力; タイのタピオカでん粉をめぐる最近の事情, でん粉, 独立行政法人農畜産業振興機構, 2010年4月. (2020年1月21日確認)
https://www.alic.go.jp/joho-d/joho07_000053.html
7. excite ニュース, 失業者が街にあふれた… 「ナタデココ」がブーム後に生んだ悲劇【ファッションフードの平成史】. (2020年1月21日確認)
https://www.excite.co.jp/news/article/Getnavi_332839/
8. 外務省, バナナの生産量の多い国. (2020年1月21日確認)
<https://www.mofa.go.jp/mofaj/kids/ranking/banana.html>