



糖尿病の患者さんを診ていると、どうしても食の話題が多くなる。メタボの男性は、早食いで肉や揚げ物が大好き。太り気味の女性は、フルーツやアイスクリームが好物といった傾向がある。まずは間食(おやつやフルーツ)を控えましょうと話すと、「これが楽しみなので、ご飯のほうを減らします」と返される。私は内心で「主食を減らすのは本末転倒ですよ」と思う。食の欲求は人間の本能に直結しているから難しい。

▼食料危機

先日、ドキュメンタリー番組でフランスの経済学者のジャック・アタリ氏が「日本の食料が危ない」と話していた。そもそも日本はカロリーベースの食料自給率が2021年度は38%(小麦は15%)と低い(比較:オーストラリア224% アメリカ130% フランス127%)。食料自給率とは食料供給に対する国内生産の割合を示す指標である。ちなみに4大穀物(米、小麦、トウモロコシ、大豆)のなかで日本が自給できるのは米だけである。戦争により小麦供給が不足すると、食料を輸入に頼る国を直撃する。今後は気候変動や水不足の影響で食料増産には限界があり、自給率の低い日本は厳しい状況に置かれる。1キロの肉を生産するためには約7キロの飼料穀物が必要で、肉をたくさん食べることは穀物需要を大幅に増大させる。アタリ氏は「日本人は環境負荷の少ない雑草や昆虫を食べる生活にシフトすべきだ」と語る。食料問題は、そんなところまできているのかと驚いてしまった。日本の自給率低下には、戦後の食生活の欧米化(パンと肉食の増加)、さらに農業従事者の高齢化や耕作放棄、環太平洋パートナーシップ(TPP)による農産物自由化など、複合的な要因がある。

欧米は自国の農産物に関して、高い関税率、農家への直接支払い、輸出補助金、価格支持政策をとり、農家を手厚く保護している。農家所得に占める政府からの直接支払い率をみると、フランス80%、アメリカ穀物農家50%だが、日本は16%に過ぎない。つまり、自給率の高い国は国家戦略として農業を下支えしているのである。アタリ氏は、「日本も国が政策として農業を保護し農家が誇りを持つような構造を作ることが肝心」と語っていた。

▼いまの食生活の裏側にあるもの

食料品はスーパーやコンビニで購入できて当たり前、肉でもフルーツでもハンバーガーでも手に入らないものはない。しかし、なぜ安い値段でバーガーが買えるのか。「海外の小麦でパンを作り、安い輸入肉を使っているから」である。私たちの利便性の高い生活は、世界のどこかにしわよせがいつている。アタリ氏の「日本人は雑草や昆虫を食べなさい」には抵抗があるが、現代の食環境がいつまで維持できるのか、あやしいものである。そろそろ、自国にあった食生活というものを考える時期が来ているのかもしれない。



鳥取大学医学部
地域医療学講座
教授

谷口 晋一
(たにぐち しんいち)