

“農と食” 北の大地から

連載65回 特別インタビュー

長年にわたり、地産地消や循環型農業を唱えてきた

三島 徳三さん

聞き手
ルポライター
滝川 康治

まだまだ低い道民の自給率 伝統的な食文化も見直して、 北の地域資源を掘り起こそう

30年も前から地産地消の大切さを唱えてきた農業経済学者の三島徳三さんは、菜園づくりの実践家でもある。最近、道北の名寄市立大学でヒマワリや苧麻などを素材にしたアグリビジネスの研究にも着手し、北海道の地域資源の掘り起こしや「食の自給」をめざす。その試みを皮切りに、直売所の可能性、「自給率190%」の危うい実態と北海道らしい食文化、スローフード運動の課題、循環型畜産の展望などについて聞いた。



みしま・とくぞう 1943年、東京都生まれ。68年、北海道大学大学院農学
研究科修士課程修了。専攻は農業経済学。農学博士。同研究科・農学部
教授などをへて、06年から名寄市立大学保健福祉学部教授。現在、同大
の副学長・道北地域研究所所長、NPO法人「農業応援団 あぐりびれっじ」
理事長。著書は『地産地消が豊かで健康的な食生活をつくる』（筑波書房
ブックレット・03年）、『地産地消と循環型農業』（コモンズ・05年）、『農業市場
論の継承』（日本経済評論社・06年）など。

されました。栄養・看護・社会福祉の三
学科があり、わたしは一般教養課程の経
済学の担当者として招かれたわけです。
今年四月からは副学長と併設されている
道北地域研究所の所長を兼務しています。
——自宅のある江別市野幌と大学とを
行き来する生活、と聞きました。
——金婦月米、というやつですかね(笑)
——野幌で田園レストランをやっている
娘さん夫婦に、野菜づくりをアドバイス
されているとか。

わたしの農業歴はかなり長く、二十年
以上、農地を借りて百坪ほど耕作してき
たんですよ。五年前には、隣の南幌町で
離農した人の家を借り、その庭に二十
坪のハウスを作った。露地の畑もあって、
野菜を作り、田園生活を始めました。そ
のころ、娘夫婦が札幌市東区内でイタリ
ア料理のレストランを開設したんです。
娘たちは、わたしに自給野菜を作ってき
たことに関心を持っていたもんですから、
「その野菜をレストランのメインの素材に

したい」となった。夏の間はほとんど、わ
たしの野菜を供給し、肉や魚もできるだ
け北海道のものを使い、地産地消を売り
にしたレストランとして続いています。
——開店して、どれくらいですか。
もう六年になりますね。昨年春からは、
野幌の自宅のそばに農地を貸してくれる
人がいて、その一部を宅地転用して札幌
のレストランを移転、新築し、この四月に
オープンしました。「ラ・フォルケッタ」と
いう店で、すべて道産小麦を使ってパス

野菜づくりは20年あまり
田園レストランの助言も

まず、研究者としての歩みを手短
にお話してもらえませんか。

北大農学部の農業経済学科から大学院
に進みましたが、学生時代は農産物市場
の現状分析をやったんです。その後、酪
農学園大学に就職して六年間、北大に移
って三十二年、一貫して農産物市場を研
究テーマにしてきました。グローバル化
した現代社会では全世界から農産物が輸
入されていますが、その反面、地産地消
が衰退していることを、三十年くらい前
から指摘してきました。それがだんだん広
がり、地域経済の自立や地域の資源を使
った循環的社会的構築にも力を入れ、名寄
市立大学でもその研究を続けています。

——北大時代、道北地方にはよく来ら
れたんですか？

道北青果連 道北青果広域農協連合会
の略を中心に、こちらの農産物の共同
販売について調査しましたね。餅米のこ
とを調べたこともありませう。

——名寄市立大について紹介を。

一九六〇年に開学した名寄女子短期大
学(90年に市立名寄短期大学へ改称)が前
身で、主に生活科学、のちに看護や栄養
学科として発展してきたんですが、一昨
年四月に四大化して保健福祉学部が創設

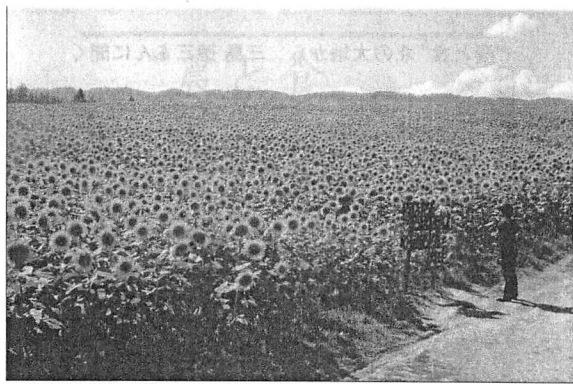
タ類やピザを作っています。オリーブ油
やワインはまだ輸入入のものですけどね。レ
스토랑のそばに、三十坪ほどのハウス
を建て、店で使う野菜やハーブを一反五
畝(150坪)の畑で作っています。今年
は景観作物も植えて、お客さんを楽しま
せる計画です。

ヒマワリなど油糧作物で 地域資源の掘り起こしへ

——美土路達雄さん(故人)の学長時代
に創設された道北地域研究所の初期のこ
ろは、わたしも知っています。研究所で
は、今年からアグリビジネスなどの実践
的な研究に着手するそうですね。

地域の抱える問題を調査・分析し、解
決の方向を打ち出すために、研究所は今
から二十五年前に設立されました。最近
は停滞した面があつて、わたしは所長に
なったのを機にチームを組んで研究する
体制をつくりつつあるんです。

一つは、地域資源の掘り起こしと、そ
れを活用した起業化がテーマです。もう
一つは、名寄の中心市街地が空洞化して
いるので、再活性化していくために貢献
したい。うちの大学は中心部から二キロ
ほど離れているので、サテライトキャン
パスを中心に設け、そこを教育にも役
立てます。老人や子ども、母親などが自
由に出入りして、学生や教員との異世代



名寄市では緑肥用のヒマワリを観光に活かすイベントが行なわれてきた(01年夏撮影)。油脂用の栽培も試み、商品開発をめざす

交流の場にする。それを通じて学生教育をより実態に即して進めたい」と、学内のプロジェクトも立ち上げました。

「地域の資源を掘り起こす一つとして(油の原料にする)油糧作物に着目してやってみよう」と、

ヒマワリや亜麻(別項参照)を植え、それをまず景観作物として市民や観光客に見てもらおう。その上で、種を採って搾油をして、ゆくゆくは食用油を製造したり、それを使った商品開発までいきたい、と考えています。同時に、市民が使った大量の廃食用油を市が回収するシステムをつくらせているので、それを分析してB D

F(バイオディーゼル燃料)を製造していく。搾油と廃食用油からBDFを造ることを通じて、地域循環的な社会を構築するというテーマに即した研究を深めようとしています。

名寄では長い間、緑肥用のヒマワリ畑を眺てもらうイベントを続けています。旭川の油脂会社へヒマワリの種を出荷した時期もありましたね。

道内では、搾油を大きくやったのは空知の北竜町でしたが、現在は、いずれの施設も閉鎖され、事業化しているところは一つもありません。北竜の搾油機は滝川市の菜種油用に譲ってしまったそうですよ。近く北竜町へ調査に行き、(搾油技術)のノウハウを聞いてきます。

名寄は北竜と並んでヒマワリを観光の売り物にしましたが、ただ見せるだけでなく油を搾ろう、と準備しています。観光用のヒマワリの大部分は緑肥用で油脂成分が少なく、本格的にやるには油脂成分の多いものでなければなりません。搾油用のヒマワリの種はホクレンがオーストラリアから輸入していますが、趣旨を話して試験研究用としてその種を一定量いただけることになった。市内のある農場に栽培を委託し、研究所がその種をもらい、栄養学料のスタッフが搾油・分析しているようにしています。食用油も実際に造ってみるつもりです。

名寄にも亜麻工場がありました。全道に八十か所くらい、道北にも名寄や美深、風連、土別にあった。名寄の工場は比較的大きく、大正中期から昭和四十年まで、約五十年間におよぶ操業の歴史がありました。

「麻生」の地名が残っていますね。百数十名の雇用者がいたんです。亜麻を栽培し、繊維を取る工場があった歴史を踏まえ、ふたたび名寄を中心にした道北に亜麻を復活させる。製織工場を造れば、人口減少が進み、停滞している地域経済のカンフル剤になるのではないかと、という思いから研究しているわけです。

衣料も視野に入れつつ、大学では取りあえずヒマワリと運動しながら油糧用の亜麻ですが、ゆくゆくは繊維用の栽培も手がけたい。ただ、加工工場の問題があり、簡単にはいきません。

名寄では一九八〇年代、商工会議所が「リネンの里構想」を唱え、亜麻を試作しました。観光的な発想が強かったのですが、いつしか消えてしまった。また新しく動きが出てきたわけですね。

「リネンの里」の話は聞いていますが、亜麻人形といった民芸品のようなものではないですね。それにつながるような亜麻の復活はないといけません。

道北に亜麻を復活させて食と衣から活性化を図る

亜麻はどんな繊維で?

北海道では、米は過剰、穀物や野菜も価格が非常に低く、栽培する作物に困っているわけですね。食料だけを考えると「輸入したほうが安い」となりますが、衣も自給率がきわめて低い。かつて、養蚕や西日本を中心にした綿作、北海道の牧羊がありました。ほとんど衰退してゼロに近く、中国や東南アジアから衣料品がどんどん入ってきている。穀物と同様、輸入依存は長続きしません。多くが石油由来の化学繊維ですが、肝心の石油があつた四十年くらいしか持たな

1960年代半ばまで名寄にあった亜麻工場の作業風景(提供=名寄市北国博物館)



い。それに加えて、中国やインドなど新興国の経済成長によって需要がどんどん増え、構造的には需給逼迫が強まっている。ニューヨークの原油取引市場の価格は現在、一バレル百十七円ほどですが、この五年間で五・六倍にはね上がったといま。衣料に回る石油の確保はますますきびしくなっています。



【亜麻】アマ科の1年草。北海道では春に播種し、6月下旬~7月上旬に開花。8月中~下旬に成熟する。一本の茎の直径は3mmほどで、中心部に繊維質が含まれる。もともと麻の原料を採るために栽培が始まった。1945(昭和20)年に全道で約4万ヘクタールの作付けがあったが、化学繊維の普及や機械化の遅れ、原料価格の高騰などで姿を消した。種子に含まれる油成分にはαリノレン酸(オメガ3系脂肪酸)が豊富で、亜麻仁油が採取できる。現在、札幌市とその周辺では栽培を復活させ、商品化をめざす「北海道亜麻ルネサンスプロジェクト」(http://www.amanasato.jp/)も進行中。

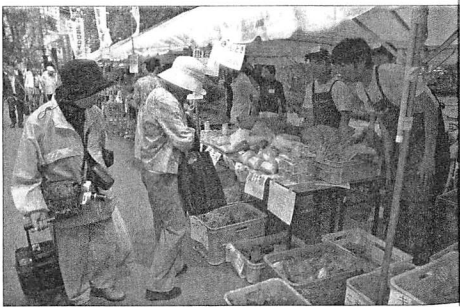
それと菜種も取り組むとか? 菜種は秋まきで、春一番に花が咲くので観光資源としても有望だろう、と。同時にヒマワリ油に近い品質の油も採れる。滝川市では頑張っていますよ。名寄では「油の里○○○」とか、油にちなんだネーミングを考えなければなりません。食用と燃料用の油、それと観光とを結びつけていきたい。

地産地消の源流は70年代直売所などが発展のカギ

冒頭一九七〇年代後半に地産地消の必要性を提唱していた、という話がありました。九〇年代に登場した「地産地消」の言葉は、当時は農水省の職員だった篠原孝三さん(現衆議院議員・民主党の造語)でしたが、三島さんたちはその先駆けだったわけですね。

六〇年代から旧農業基本法に則って、国の指導の下、全国各地に単品目の主産地を、拠点都市には中央卸売市場をつくらせて広域的に流通させる、という政策が進められた。その半面、伝統的な地域流通がどんどん衰退していったわけですね。

しかし、こうした路線に乗らない農家がたくさんいた。多品目栽培をしながら地元市場に出荷する農家が非常に多



農産物直売所に人気が集まる「愛食フェア」(道庁赤レンガ前)

いのが、七〇年代までの現状だったんですね。そうした生産者に焦点を当て、彼らを支える流通の方向として、わたしたちの農産物市場研究会(注)日本農業市場学会の前身)が地域流通の振興を掲げて調査・研究をした。それが、のちに「地産地消」という言葉が広がっていったわけですね。その源流を担ったのは自分たちだと自負しています。

先駆者に現状はどう映りますか?

有機農業や地場流通、地産地消と言ったら、変わり者のように見られた時代が長く続いたんですね。もちろん農政当局は全然相手にしない。今やそれらは農政の重点課題になっていますが、隔世の感があるのであつて、わたしは喜んでますよ(笑)。主張がようやく認められた。ただ、言葉だけが先行し、実態が必

ずしも伴っていない面がありますね。特に北海道は、地産地消だけでは無理な地域です。十勝の畑作地帯や根釧・天北の酪農地帯では、道外市場を相手にしないと販売先を見いだせません。大型産地形成、広域流通を今後とも続けていかないと存続しえない。地域に合った販売・流通体制があるでしょう。

「著書」地産地消と循環的農業のなかで、直売所について書かれていますね。北海道には「冬の間どうするか?」という問題がありますが、「こうすると展望が開けるよ」という提言を。

一つは、直売所の品揃えを充実させることです。そのためには、地元で多品目栽培が広がらないといけません。また、(熱源に石油を使わない)無加温ハウスを最大限活用して、できるだけ出荷期間を長くすることが必要だと思います。二つ目は、消費者は直売所に対して新鮮さと安さを求めて訪れる。新鮮さは問題ないのですが、安さについては消費者の理解を得た上で、格外品で買い叩かれるようなものでも売るようにしないとトータルコストが下がりにくいです。

農家は規格外品の扱いには困っていますからね。

選別をできるだけ簡便にして、泥付きの状態とか簡単な包装で出荷していく。そうして消費者の理解を得ることですね。

—食の部分を始めて、レストランなどを手がける事例も増えていますが、

—地産地消を売りにしたレストランは、郊外型と市街地に置くのがありますね。娘たちの店もそうですが、ブームのおかげでどんどん増えている。例えば、長沼町にリンゴ農家が経営している「ハーベスト」というレストランがあります。

—あそこは冬でも結構お客さんが入っています。

—夏場の土日なんてすごいですよ。一時聞かない待たないと入れない。ただ食べるのではなく、消費者はアメニティ(快適さ)を求めて足を運んでいます。安く簡便に食べるのだったらファストフード店がいいんですよ。

道外・輸入品に依存して 低い道民の家庭内自給率

—「北海道の食料自給率は一九〇%」といいますが、その中身をどうレベルアップさせるか、課題が多いですね。

—道民の消費という視点では、かなりの割合で道外品と輸入品に依存しているんです。肉や加工食品、最近までは米、果物、冬場の野菜、それに輸入品がどんどん入ってくる。「一九〇%」という数字に誤魔化されてはいけないのであって、家庭内の自給率はかなり低く、せいぜい三〇%に届くかどうかじゃないか。北海道

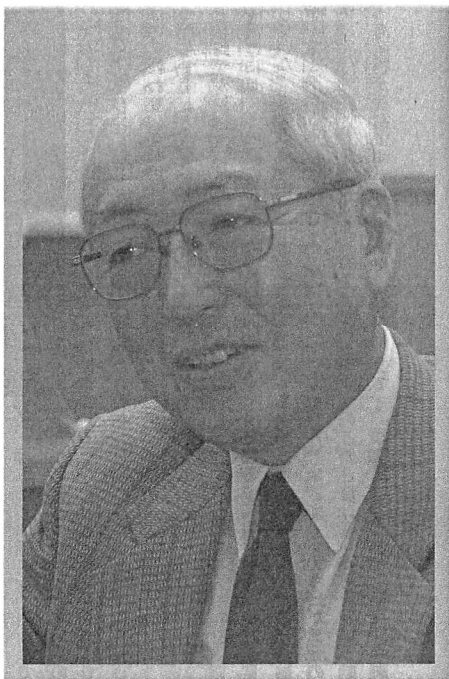
の食生活は地産地消的になっていません。少しずつ変わっていますが、消費者の自給率を高めるのは時間がかかります。

—餃子中毒事件をきっかけに、道内の学校給食で中国製の輸入冷凍食品が大量に使われていた、との「コープ」が流れました。事件自体はうやむやにされそうですが、いろんな人が食料自給率に言及するようにはなりました。この事件が北海道の食の自給に問いかけたものは？

—以前から、輸入食品の安全性について指摘してきたので、「ほら見たことか」なのですが、中国に限らず遠隔地から農畜産物を輸入すると輸送時間が長く、カビが生えたり、腐敗したりする。そのため防カビ剤や殺菌剤などを使わざるを得ない、という問題がある。

—もちろん餃子事件は人為的な要素がありますが、遠隔地から生鮮で持つてくること自体が無理なんです。輸出国のきちんとした監視体制がないなかでは、食品添加物を使うほうがコストは安くなるので、安易に使われてしまう。そうした問題がドラステックに現れたのが餃子事件であり、数年前の中国産野菜の問題だった。輸入食品の安全性を問いただすいい機会ではなかったか、と思っています。

—コープさっぽろも製品の回収と謝



調達して販売すること、農協やホクレンとが競争していかねばならない。それで結果的に流通コストが低くなっていけばいいのではないかと。

—食の自給や地産地消について、消費者として何ができるのか、ご提言を。

—まず買い物をするときに表示を良く見てほしい。JAS法ですべての食品の表示が義務付けられているので、表示しないと違反なわけです。特に生鮮ものは産地が明示されており、その気になれば、どの産地なのか分かる。篠原孝さんの有名な言葉に「旬産旬消」がありますよね。消費者には、できるだけ旬に出回っている地元のものを買ってもらいたい。

—加工・調理済み食品が出回っています。時間が許せば素材から調理していく

ことに努めてもらいたい。それが安全で美味しいものを食べられることにつながる、という意識を持つてほしいですね。

—生産現場に出かけ、「見る・聞く・話す」ことを積極的にやってほしい、という思うのですが。

—市民農園ができますので、時間が許す人はどんどん取り組んでほしい。ガソリン価格が高くなっているので薦められませんが、土日などに農村地帯をドライブして農業の現場に接することにも努めていただければ、と思います。

スローフードは社会運動 生産者や店とつながろう

—スローフード運動発祥の地・イタリアアでの見聞を踏まえ、日本に欠ける視点



在来種の豆を使った料理や漬け物、おやつなどが並んだ「地産地消を楽しむ会」。府県からの若い参加者もその味を満喫(今年2月、遠軽町内で)

罪に追われませんでしたね。

—生協のことはあまり言いたくないのですが、スーパーに対抗するため大型化していくと、どうしても効率を考えざるを得ない。それを優先すると、国内で作るよりコストの安い外国に依存したらいことになる。生協の経営主義のマイナス面がクローズアップされたのではないかと。

ホクレンの流通コストに課題 消費者ができることは何か？

—大規模流通ということでは、ホクレンのあり方をどう考えますか？
—北海道では、ホクレンの存在抜きには

も指摘していますね。

—イタリアでは、スローフードは一つの社会運動であったということ。日本では、その点の認識がきわめて弱く、ガイドブック片手にレストランを探して歩き、「美味しいものを時間をかけて食べる」とと見られています。昨年、ミシュランの東京版が出て以降、店に電話が殺到して予約が取れない事態になりましたが、これはまさに日本のスローフードの現状だと思っています。

—イタリアの場合、小さなレストランでも、地元のものを使って丁寧に料理し、最高の味を出しているところに行こう、という運動なんです。それは同時に、ファストフードが広まっている食のあり方に対するアンチテーゼになっています。

—「マクドナルド化する社会に對抗する社会運動」と著書にありますね。残念ながら、そういう意識が日本にはありません。単に「スローフード」というだけで、「運動」という言葉もない。

—どうしたら変えていきますか？
—日本的なものがすべて悪い、とは思いません。それを通じて本当の食を考え直すきっかけになればいい。さらにグルメ(美食家から進んで、食材の安全な供給システムと、その供給を可能にしているエコロジー、生態系まで見てほしい。イタリアには「エコグルメ」という言葉

農産物の流通を語れないんです。今後とも役割は大きいですが、ホクレンも一つの企業になっていますからね。

—というか、商社ですよ。農産物の販売で得る手数料よりも、農家に資材を販売することによる利益のほうが大きいんです。だから、農家から言わせると、どうしてもコスト高になってしまふ。一部の農家は商系から安い資材を得て、独自に販売していく。それが農業生産法人とか意欲的な農家に多い。

—そうした人々を農協が取り込もうとしても、もはや無理ではないかと思えます。一部の生産法人などが独自に資材を

があります。グルメの人はエコロジスト(環境保全運動家)でなければならぬ。逆に、エコロジストはグルメであつたほうがいいんだ、という考え方なんです。日本では、それぞれ一つのグループを成して、両者のつながりが無い。それを結合することが社会運動であつて、地球温暖化のなかで自然と人間が共生する社会にもつながるわけだ。「食べながらそんなことを考えるのはどうか」と言う人がいるかもしれませんが(笑)。

—自然体でそのなるといいますよね。日本では有名なシェフがあつて、フランス料理ばかり注目されていますが、その素材を作る生産者、小さくても庶民的な価値感で美味しいものを作るレストランとのつながりを考えてもらいたい。そうした人々を応援するのがスローフード運動ではないですか。

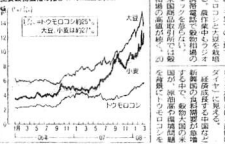
ニシン漬は優れた副食 伝統的な食生活を見直す

—スローフードと密接につながる食文化について、米を中心に麦類や大豆、その加工品が大事。畜産物の消費は減らして、植物食を主体にした伝統的な食生活と戻す方向で考えてはどうか」と提言していますね。北海道らしい食文化をどう創っていくのでしょうか？
—一九〇年代までの北海道は、もちろ

逼迫する世界の穀物需給(3月25日付け)朝日新聞)

「黄色いダイヤ」沸く産地

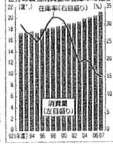
争奪





小麦の需給は、世界的に逼迫している。日本産小麦の需要は、国内消費に加え、海外市場への輸出も増加している。産地では、高価格による競争が激化している。

いま農地こそ利益



農家の収入は減少傾向にある。一方で、農地の売却や賃貸による利益が増えている。農地は「黄色いダイヤ」と呼ばれるようになった。

ついに酪農と加工型の道を突っ走って きました。酪農が逼迫して従来の やり方は限界にきています。長年にわた り先生が提唱してきた「自然循環型畜産」 の時代が訪れましたね。

人間が食べられないものを家畜に食 べてもらい、その産物として乳や肉、卵を 供給してもらおう——というのが本来の畜 産のあり方です。ところが六〇年代以降、 国が奨励したのは大型・効率化であり、 たまたま穀物価格が安かったために、輸 入穀物に依存した畜産を進めてきました。 穀物が安いときはそれが通用しましたが、 もはやこうした畜産は経営的には成り立 たなくなりつつある。あらためて地産資

源——北海道というと草地、府県だと飼 料米とか(稲を丸ごと発酵させて飼料に する)ホルクroppサイレージ、食品の 残滓——を使った畜産を見直す必要があ ります。先進的な農家グループなどに学 んで軌道修正し、輸入穀物依存型から飼 料自給型の畜産にしていかなければ危ういのです。

——最近、放牧酪農も少しずつ復活し てきました。そうした方向へ酪農のあり 方を見直し、もつと広げていくといい。

放牧は、購入飼料を減らすだけでなく、 酪農家の労働も軽減するわけですね。

——「介護酪農だ」と言う人もいます。 多くは年間三千時間くらい働いていま すらね。放 牧によって、 牛みずから移 動してくれる わけで、労働 時間も短縮さ れる。しかも、 牛が健康的で ある——と、 いいことづく めでないでし ょうか。「粗収 入を増やす」 という考え方 でやってきま

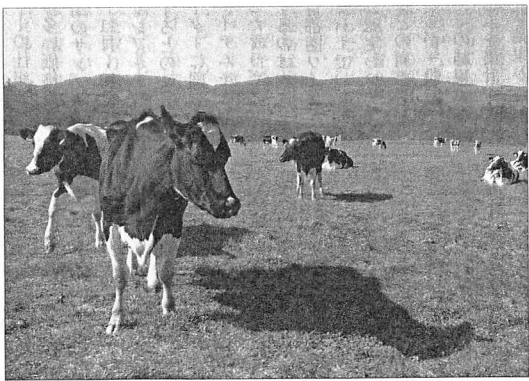
したが、農家にとつて大事なのは 所得をどう高めるかであつて、 生産コストを削減する方法もあ る。売り上げが多少減つても、 飼料費や労働費が削減できれば 所得を高めることはできる。頭 の切り換えをしないとダメだと思 います。

——ただ、フリーストール牛舎 など大規模に設備投資をした酪 農家は、放牧に転換するといつて もなかなか難しい。そういう人 たちが大変だと思ひます。

——そうですね。ちょっと冷たい ようですが、それは自己責任に なるんじゃないか。

——日本の肉牛は、サシが入つ た牛肉をつくるために穀物主体の配合飼 料を大量に与え、狭い畜舎で飼う生産方 式によって、脂肪過多で生活習慣病のよ うな状態になっています。そうした飼 料とは違う方法で肉牛を育てたり、放牧 養豚を試みる農家も少しずつ増えてい ますが、消費者に支持されるでしょうか？

——年配の人は牛肉にサシが入っていない 「美味しくない」と言いますが、今の若 い人は赤肉も食べる。料理いかにあつ て、すき焼きやステーキは脂のあるほう が美味しいのは間違いないけれど、シチ ユーやしゃぶしゃぶ、煮込み料理にはむ



輸入穀物への依存から飼料自給型の酪農に転換するには放牧が欠かせない

つていますが、これを後戻りさせるのも なかなか難しい。しかし、世界的に小麦 価格が上がっているから、こういう時代 こそ国産の麦類を見直し、振興する時期 だと思ひます。国産小麦は、従来はグル テンが低くパンやパスタに向きとされ てきましたが、「ハルユタカ」や「春よ恋」 はグルテンが高い。これを用いた道産小 麦のパンや麺類が広がっていますね。

——江別では「ハルユタカ」を使った麺が 広がっているし、わたしが暮らす下川町 でも近年、初冬時き小麦の栽培面積が増 え、パンや手延べ麺などに加工する動き が出てきましたよ。

牛乳・乳製品はもちろん肉も意識する と道産物を一〇〇%食べられるし、魚も 余るほどある(笑)。冷凍食品だって、枝 豆なんかいくらでも作れる。そういうふ うに見れば、消費者の自給率はどん どん高まっていくと思ひます。

輸入穀物へ依存を見直し 飼料自給型から自然循環型畜産

——大豆や小麦、トウモロコシなど穀物 の国際価格が、二〇二二年で三倍ほど高騰 しています。投機的な動きも絡んでいま す。まさに食料危機の時代の入り口に 立っているわけで、今後もしこうした傾向 は続いていく。日本の畜産はコストの安 さを求めて、養鶏を筆頭格に養豚、肉牛、

——話を尽きませんが、このへんで終 わりましょう。本日は長時間ありがとうございました。

(4月23日、名寄市内で収録)

下川町の酪農家が営む食彩工房「美花夢」で は「ハルユタカ」で作ったパンを販売する (http://be-calm-s.com/)



んハウスはなくて、野菜はすべて露地で 作っていた。トマトやキュウリは八月いっ ぱいで終わり、それ以降は食べられなかつ たんですよ。白菜や大根、キャベツな ど秋野菜がいっぱい採れ、ニンジン漬けや沢 庵漬けにして冬の間のおかず(副食物)に していた。単なる漬物ではありません。 特にニンジン漬けは魚が入っているの、パ ランスのいいおかずだった。

海産物が豊富ですから、新巻や棒鱈と

食生活を再度見直していくことを考えて もいい、と思います。

米の素晴らしさを見直し 道産小麦も自給率向上へ

——今年の冬、上湧別町の博物館を見 学する機会があり、屯田兵の食事を体験 できました。米と麦、イナキビが三分の 一ずつのご飯と漬物、みそ汁という献 立です。学芸員によると、屯田兵は中肉

中背でがっしりしていて、きつい開拓の仕 事をしたとか。穀物の素晴らしさを実感 し、雑穀を含め見直すべきと思ひました。 学芸員氏は、毎日のご飯を屯田兵風に交 え、「ダイオトにもなり、力が湧く」と話 していましたね(笑)。

雑穀の入った食生活を復活するのは難 しいので、その前に米の消費を増やすこ とをやらなければならない。六〇年ころか ら急激に米の消費量が減った一つの要因 は、アメリカが余剰農産物、特に小麦を 日本に売り込むために、「米を食べたら太 る」頭が悪くなる」とか宣伝したわけ ですよ。それに乗った日本の御用学者 たちの影響で変な考えが広がった。

——そこをきちんと批判した上で、米はバ ランスの取れた低カロリーでダイエットに もなる食品なんだ、とちょっと普及しな ければダメです。でんぷん質の米が燃焼し てエネルギー化するには時間がかかるの で、持久力が付く。日本の相撲取りは、 かつて井飯で十杯も食べていたから、三 分とか五分の相撲にも耐えましたね。と ころが、今は肉ばかり食べて、瞬発力は あるが持久力がない。体ばかり大きくな っても骨が対応できず、骨折などケガが 多い。もう一回、米を中心にした食生活 に返ることが大事じゃないですか？

——麦のほうはどうですか？

——二、三十年、パン食や麺食が広が

つていますが、これを後戻りさせるのも なかなか難しい。しかし、世界的に小麦 価格が上がっているから、こういう時代 こそ国産の麦類を見直し、振興する時期 だと思ひます。国産小麦は、従来はグル テンが低くパンやパスタに向きとされ てきましたが、「ハルユタカ」や「春よ恋」 はグルテンが高い。これを用いた道産小 麦のパンや麺類が広がっていますね。

——江別では「ハルユタカ」を使った麺が 広がっているし、わたしが暮らす下川町 でも近年、初冬時き小麦の栽培面積が増 え、パンや手延べ麺などに加工する動き が出てきましたよ。

牛乳・乳製品はもちろん肉も意識する と道産物を一〇〇%食べられるし、魚も 余るほどある(笑)。冷凍食品だって、枝 豆なんかいくらでも作れる。そういうふ うに見れば、消費者の自給率はどん どん高まっていくと思ひます。

輸入穀物へ依存を見直し 飼料自給型から自然循環型畜産

——大豆や小麦、トウモロコシなど穀物 の国際価格が、二〇二二年で三倍ほど高騰 しています。投機的な動きも絡んでいま す。まさに食料危機の時代の入り口に 立っているわけで、今後もしこうした傾向 は続いていく。日本の畜産はコストの安 さを求めて、養鶏を筆頭格に養豚、肉牛、