

分
 かい
 かる
 と
 快
 かん
 感
 ！

Z
 会
 ナ
 ビ

算
 ず
 数

理
 り
 科

社
 かい
 会

お
 だい
 題

モ
 ン
 ゴ
 ル
 の
 「
 あ
 か
 た
 も
 の
 赤
 い
 食
 べ
 物
 」
 、
 「
 し
 ろ
 た
 も
 の
 白
 い
 食
 べ
 物
 」
 と
 は
 ？

（
 2021
 年
 名
 古
 屋
 大
 学
 地
 理
 ）

おうちで楽しく！
 フログラミング通信講座、
 Z会にて開講中！

Z
 会
 KOOV
 検
 索

モンゴルでは食べ物を、肉類の「赤い食べ物」、乳製品の「白い食べ物」の二つに区分する。モンゴルにおける年間1人当たりの肉類消費の比率を見ると、牛肉とヒツジ・ヤギ肉で95%を占め、豚肉と鶏肉はほとんど食べない。なぜ、このような肉類消費になるのか、その理由を「赤い食べ物」と「白い食べ物」の視点から考えて説明しなさい。

食べ物の分類

モンゴルといえば、大相撲の力士やチンギスハンを思い浮かべる人が多いでしょうか。モンゴルは中国の北、ロシアの南に位置する国で、地域としては日本と同じく東アジアに分類されます。地図帳で確認してみましょう。

今回の問題は、食文化に関するものです。食べ物が肉類と乳製品の二つに分けられるということは、日本の食文化とかなり違うという印象を受けませんか。日本で食べ物を「色」で分類するというと、三色食品群という考え方があります。これは、食べ物の栄養素やはたらきをもとに考え出されたものです。

|   |                                  |
|---|----------------------------------|
| 色 | はたらき（栄養素）と食べ物の例                  |
| 赤 | 体をつくる（たんぱく質）<br>…肉、魚、卵、牛乳・乳製品など  |
| 黄 | エネルギーになる（糖質、脂質）<br>…米、小麦、砂糖、油など  |
| 緑 | 体の調子を整える（ビタミンなど）<br>…野菜、果物、きのこなど |

この三色食品群と比べると、モンゴルでは「黄」や「緑」にあたる食べ物よりも、「赤」にあたる食べ物を中心になっているといえます。

食文化と環境のつながり

食べ物の分け方が違う理由は、モンゴルの主な食べ物が日本と違うからで、さらにその理由は環境にあります。

海から遠く離れたモンゴルの気候はとても乾燥していて、国土のほとんどが砂漠か草原です。また、標高が高くて気温も低いので、農業に向きません。つまり、米や小麦、野菜を育てて食べることは難しいのです。

このような環境で人々がどのように食べ物を



イラスト：瑞木匠

得てきたかという、遊牧です。遊牧民は、草や水を求めて家畜とともに長距離を移動しながら暮らしています。そして、家畜からとれる肉や乳製品をおもな食べ物にしています。そのため、問題文にあるような「赤い食べ物」と「白い食べ物」を中心とする食文化になっているのです。

家畜の子が生まれるのは2～3月ごろのため、夏は「白い食べ物」が中心になります。「赤い食べ物」は乳が出なくなる冬の主食です。また、日本の商店で一般的に売られているような肉だけでなく、内臓や干し肉を食べる料理も発達しています。殺した家畜は食べ物にするだけでなく、皮や毛は衣服や住居の材料に、骨は道具の材料にするなど、無駄なく利用されます。

モンゴルなどのアジア内陸部の遊牧民に飼われている家畜は、ヒツジ、ヤギ、牛、馬、ラクダが代表的で、まとめて「五畜」といいます。豚や鶏は、遊牧に向かないため、この中に含まれません。そして、食文化も「五畜」を中心しているため、豚肉や鶏肉を使う料理が一般的でないのです。これが、問題の答えです。

昔の暮らしが見える食文化

三色食品群にあるさまざまな食べ物は、どれも日本で日常的に手に入れます。しかし、昔の日本は地域によって得られる食べ物や食文化に差がありました。たとえば、内陸部では海の魚を塩漬けなどの形でしか食べられませんでしたし、水田をつくりにくい地域では米のかわりにそばなどの雑穀が重要な食べ物でした。

現代の日本で、あまり地域差なく食べ物を手に

入れられるのは、食べ物の保存や輸送の手段が発達したからです。魚を例にすると、漁船ですとてすぐ冷凍し、トラックで運んで商店に並べるまで低温に保つ技術によって、内陸部でも海の魚を日常的に刺し身で食べられるようになりました。この仕組みをコールドチェーンといい、これが広まったのは戦後のことです。日本の祝いの席で刺し身がよく出される理由の一つに、刺し身が昔は貴重な食べ物だったというものがあります。刺し身が日常的になった今も、食文化には残っているのです。

モンゴルも、今は遊牧で暮らす人が減っていて、都市に住めば野菜や豚肉を手に入れることができます。しかし、「五畜」が食の中心であるというところに、遊牧民の食文化が感じられます。

（Z会・河合新）

!
 今
 かい
 の
 教
 訓

地域ごとに、その環境によって得られる食べ物が決まり、食べ物によって食文化が決まるというのは、地理で農業や文化を考えるときの基本的な考え方です。今では地域差が小さくなっていますが、食文化をもとにその地域の昔の様子を想像することができます。

河合新さん 2010年Z会入社。小学生向けの社会の教材編集を担当。趣味は地図や映画を見ること。1984年岐阜県高山市生まれ。