

「食事倫理学」序説——「崩食」現象の本質と根源

後藤 博和

一 「食べる」ことと「よく生きる」こと

一九九六年にスープ教室をはじめて以来、「いのちのスープ」の「伝道師」として、また、近年は「大豆百粒運動」を提唱・実践するNPO「良い食材を伝える会」代表理事として、以前にも増す盛名を博すようになった料理研究家・辰巳芳子氏は、ある幼稚園で行われた講演の冒頭で、そもそも人間にとつて「食べる」とはどういうことかと聴衆に問いかけたのち、その答としてこう述べている。

「食べる」ということは、呼吸と等しく、いのちの仕組みにくみこまれていくものです。

呼吸をしないと死んでしまうように、人は食べなければ生きていけない。「食べる」ことは、生きることそのものなのです。これは抗いがたく厳然とある事実。だからそのことをよく思い定め、積極的に受け入れて、「食べる」ということをまっとうに生きていかなければならないのです。(強調引用者)

「フード・ファディズム」(Food Faddism) などという言葉さえマスメディアの中で市民権を獲得しつつあるほどの健康食ブームの昨今、この辰巳氏の言葉は、一見したところ、いたって単純なメッセージをのべているだけのように見える。

世間の多くの人は、ふだん、つまり日々の生活がおおむね無事にまわっているとき、食の大切さを意識しない。単なるエネルギー補給、あるいは／および舌先の快楽のみをそこに求めるのであつて、けつして『食べること』は、生きることにそのもの「など」と「よく思い定め」たりはしない。そうした「まっとうでない」食生活を続けたあげく、心身の不安・不調を感じるにいたつて、はじめてみずからの食生活をふりかえる。そうした「消極的」なしかたで食の重要性を意識するのでは遅い。ふだんからもつと「積極的」に健康に留意した食生活をしなければならぬ、と。

しかし、私が思うに、辰巳氏が述べたかつたことは、こうした単なる食養生のすすめにとどまるものではない。氏の講演のこの後の展開を、以下に簡単に再構成してみよう。

いわく、呼吸は自由にならないが、「何をどう食べていくか」は人間の自由意志に任されている。食に関するさまざまな情報が飛び交ういま、われわれは何を根拠にそれを決定すればよいのか。その答は「風土」にある。「その土地の風土に根ざした食べもの」を、それぞれの旬に合わせて食べることが、「人間の体調を自然に整えてくれる」。そして、こうした食べものに宿るいのちとそれを食べる自分のいのちとが「呼応しあう」ことで、「われわれは自分のいのちに対する手応え」を得て、「自分のいのちを信じていく」ことができる。ここに「人間らしさの根本」はある。なぜなら、自分を信じていることができ、はじめて「本当の意味での希望」が生まれ、さらに、互いに「希望しあうこと」から、揺るぎない愛が育つ」。そして、信じていること、希望すること、愛すること、「この三つは、人間の魂、実存の根幹をなすもの」であるからだ。また、「自分のいのちは、自分のものであつて自分のものではない」。人は、いたず

らに「自己実現」をめざして、他人に、そして自分自身に「立ち向かう」のではなく、互いに愛をもつて「仕え合う」べきである。日々の台所仕事はその稽古のひとつなのである、と¹⁾。

「風土に根ざした食べもの」を旬に合わせて食せ、ということとはこれまでも多くの料理研究家や栄養学者が述べてきたことであり、やはりある種の食養生のすすめでしかない。しかるべき食における「いのちの呼応」を通じての「自分のいのちに対する手応え」以下の所説が、辰巳氏の『食の哲学』の真骨頂だろう。戦後まもなく二十二歳の時に結婚をわずらい、保育士の仕事を辞して十五年におよぶ療養生活を送ったこと、その闘病時代、エアコンなどもちろぬない盛夏に食欲が落ちたときなど、母親（家庭料理研究家の草分け・故辰巳浜子氏）の苦心の手料理で「食べつかせ」てもらったこと²⁾、自身も後年、父親が半身麻痺となり嚥下困難に苦しんだおりには看病に努め、その体験から「いのちのスープ」の着想を得たこと、そして敬虔なクリスチャンであること——これらの点をふまえれば、先のごく簡単な再構成からも、辰巳氏のいわんとするところはある程度うかがわれよう。

さて、こうして講演全体の展開をふまえたうえでもう一度、冒頭部に戻ると、あそこでの辰巳氏の真意は、単なる『食養生のすすめ』などではなく、むしろ『ソクラテス流の倫理学のすすめ』とでもいうべき点にあるように見える。

氏は先の箇所で、通常の語法からいささか外れて『食べる』ということをもつとくに生きていかなければならぬか、と述べていた。生と食の関係をめぐっては、古来、生きるために食べるのか、それとも、食べるために生きるのか、という対立がある。だが辰巳氏は、こうした通俗的な禁欲主義と快楽主義のどちらの側にも与さない。生と食は、一方が他方の側の手段として貶められてよいものではない。食することは生きることにはかならず、人間の魂の根幹につながる行為である。ソクラテスが説いたように「ただ生きる」のではなく「魂の配慮」に努めることで「よ

く生きる」ことをめざすべきであるならば、われわれは、倫理的に覚醒した食生活を送らねばならない、その意味で、食べることを「まつとうに」生きなければならぬ——こんな風に読み込みたくなる。

ソクラテス流の倫理学のすすめと述べたが、いうまでもなく、初期対話編で弟子プラトンの描くソクラテスが考えていた「魂の配慮」の内実とは、「善美の事柄」に関する問答を介しての「自他の吟味」に求められる。そして、その「善美の事柄」として食の問題が主題化されることはなかった。ソクラテスはけつして禁欲主義者ではなかったが、食は、性愛と並んで肉体的快楽をもたらす代表的なものとして、「節制」の徳によつて程よく制御されるべきものでしかなかったようである。⁵⁰

プラトンはというと、主著『国家』でラクトヴェジタリアン (lactovegetarian) 的な食生活を推奨している⁵¹。ただし、そこでは、経済的観点（「最も必要なものだけの国家」と食養生的観点（「健康な国家」）ばかりが強調されており、菜食主義といつても、「想起説」の形成には大きく影響したといわれるピュタゴラス派の輪廻転生説に由来する倫理的なニュアンスは感じられない⁵²。

そして、長きにわたる西洋哲学の歴史を概観しても、人間として「よく生きる」ことに対して「食べる」ことが積極的に貢献する可能性が吟味されたことは「つい最近まで」ほとんどなかったといつてよい。上述のピュタゴラス派をはじめとして肉食を忌避した哲学者の系譜は細いながらもほほとぎれることなく続いたが⁵³、彼らの多くもその菜食主義の哲学を主題的に論じたわけではなかった。

風向きが大きく変わったのは、P. シンガーが一九七〇年代中葉にベンサム流の功利主義を背景に「動物の解放」(animal liberation) を唱えて登場して以来である。動物の道德的地位の再評価を要求し、動物実験と並んで現代の集約的畜産を徹底的に批判する彼の議論は大きな反響を巻き起こし、登場以来三十年を経た今日では、彼の手から半ば

離れて哲学的倫理学の内・外で、「動物倫理学」(animal ethics)・「動物権運動」(animal rights movement)という大きなうねりとなっている(日本だけを見ていると、大きなうねりとはとても見えないが⁽⁸⁾)。この運動にコミットする人の多くは、肉食を避け菜食に徹することが人間としてみずから「よく生きる」ことにとつて不可欠であると考えている。

また、よりいつそう新しい動向であるが、遺伝子組み換え食品などバイオテクノロジーによつて生み出された「新規食品」(novel foods)の問題や、農水産物および加工食品の表示に関する国際基準の問題、さらには自然環境にマッチした持続可能なフード・システムの問題など、食品に関するさまざまな問題を扱う「食品倫理学」(food ethics)なる応用倫理学の一分野も登場してきた⁽⁹⁾。

しかし、これら海外での新しい倫理学の動向も、辰巳氏の問題意識に合致するものとは思われない。実は、氏の講演活動の根底には、これまたソクラテスの飽くなき「対話」の実践の場合と同様に、自国の現状についての強い危機感がある。先の講演録を取めた著作の「まえがき」で辰巳氏はこう述べている。

案じてはいたが、「崩食」という言葉が現出した。この国の人々の三割ほどは、崩食群に属するだろう。

「いつ、何を、誰と食べているか」調査してほしい。少年少女の理解しがたい凶行に、大脳生理学者が申し入れた依頼である。

崩食の、成人身体への悪影響は、急速には現れないと聞いた。しかし、人生の長丁場を今一息というところで、必ず狂わせる素因となるだろう。

胎児、乳幼児、少年少女に対しては、多様な仮面のもとに、魂まで傷つける現象となる⁽¹⁰⁾。

寡聞にして「崩食」という新造語の初出は知らない。辰巳氏の著作が公刊されたのが二〇〇四年だから、おそらく、その少し前から使われ出したのだろう。この語を書名にもつ、現時点ではおそらく唯一の著作NHK放送文化研究所世論調査部編『崩食と放食』に、『崩食』という言葉をつくって使っているのは、単に『欠食』、三食をきちんとはとらないということだけでなく、食生活のさまざまな問題を含むことを表現したいと考えたからです。（強調引用者）¹⁾とあるので、この本自体の出版は二〇〇六年であるが、もしかすると「崩食」という語の発信源はNHKなのかもしれない。ともあれ、現代の日本人の食生活の「危機」を端的にあらわすインパクトの強い言葉として、いつのまにかあちこちで目にするようになった。しかし曖昧な言葉でもある。辰巳氏がどのような意味を「崩食」という語のうちに認め、そこに子どもたちの「魂まで傷つける」ほどの危険性を見ているのかも、先に引いた箇所だけではつきりしない。次節では、この点について、さまざまな調査結果や諸科学の知見を手がかりにしつつ推測してみたい。

二 「崩食」現象の本質

現代の日本人、とりわけ子どもたちを襲う「食の危機」²⁾「崩食」というと、朝食を抜いた子どもたちの気怠そうなど、あるいは苛ついた姿を思い描く人は多いだろう。実際、前節の最終段落に引いた『崩食と放食』の一節では、「崩食」³⁾「欠食（三食をきちんとはとらないこと）」⁴⁾＋「食生活のさまざまな問題」を意味し、「欠食」が「崩食」にわたる必要条件であるかのような印象を受ける。

しかし、同書の巻頭では、「一日三食の食事をとっていないといつた食生活の乱れという意味での『崩食』と、健康や栄養バランスなどは考えずに食生活に無頓着、いわば放任状態の食生活という意味での『放食』」(強調引用者)といふかたちで同書の二つのキーワードを定義しており、「欠食」は「崩食」を構成するさまざまな「食生活の乱れ」の、代表的かもしれないがしよせんは一つの構成契機に過ぎないことが明示されている。

私には、辰巳氏も「欠食」そのものを「崩食」の本質的な構成契機とは考えていないのではないかと思われる。一九六二年生まれの私には、食べ盛りの頃、「そんなケツシヨク児童みたいな食べ方をしなさんな、行儀の悪い！」と叱られ、「ケツシヨク児童」の意味がわからず戸惑った経験があるが、一九二四年生まれの辰巳氏なら、戦中・戦後の窮乏期、家庭の経済事情から学校に弁当を持参できない、あるいは朝食すら食べてこられない「欠食児童」が少なからずおり、彼らのなかで栄養失調状態に陥る者も増えてきて、これが学校給食制度につながっていったことなどは当然知っているだろう。そしてまた、彼ら欠食児童たちのうち、素行が悪くなり犯罪行為にまで手を染める者もとくに戦後の混乱期にはいただろうが、それはおおむね貧しさのなせる業であり、けつして「理解しがたい凶行」などではなかつたことも。

一方、「飽食」の時代の「欠食児童」たちの実態はどうなのだろう。二〇〇五年の東京都教育委員会の調査で、「朝食を必ず取る」と答えた小学生は七九・七％、中学生は七〇・二％で、逆に「食べない」「食べないことが多い」という小学生は五・一％、中学生は一一％だったという¹³⁾。この数字をどう読めばよいのか。たとえば、二〇〇六年のNHKの調査で「調査日の前日は」朝食をとらなかつた」と答えた二〇代の男性が二七％、女性が一九％というデータがある¹⁴⁾。これと先の数字を考え合わせると、質問形式が異なるため安易な比較ができないのはもちろんだが、「なんだかんだいって親たちは、夜更かししては朝ギリギリまで眠りたがる子どもたちに、何とか朝食を食べさ

せようと努力しているのではないか。親の縛りがきかなくなると欠食もたんに増えるようだ」といった、いまの小中学生の親たちに対して好意的な解釈をすることもできるように思われる。

しかし、たんに「一日三食、食べるか、食べないか」よりも、「何を、どう食べるか」の方が大切なのは少し考えれば明らかだろう。たとえば、こんな二人の中学生の姿を思い浮かべてほしい。

A君は、朝はいつもひとりでテレビ相手に菓子パンと清涼飲料水。昼は、購買部で買ったコロケパンかカツパンをコーヒー牛乳で流しこみながら、放課後の塾の宿題を片づけるのに忙しい。帰宅すると菓子類や清涼飲料水が各種常備されており、好きなだけ飲み食いできる。夕食は、ほぼ毎晩、朝食同様ひとりテレビを相手に、出来合いの惣菜（野菜は嫌いなので手をつけない）、ファストフードのテイクアウト、カップ麺などですます。

一方、B君は、朝はいつも遅刻ギリギリまで寝ているので出かけに野菜ジュースを一杯飲むか飲まないかだが、昼は親がポリウムだけでなく栄養のバランスもしつかり考えて用意した手作り弁当を友達と楽しく食べる。間食は親が毎日準備した分だけですがまんし、夕食は毎晩、親の手料理を家族と語らいつつ食べる。

さて、A君とB君のどちらが心身両面で健やかな成長をとげるだろうか。

もちろん、B君が早起きしてきちんと朝食もとるのが最善だが、現状のように、調査に対しては「朝食は食べない」あるいは野菜ジュースも「半食」分ぐらいに考えて「食べないことが多い」と答えざるをえない状態でも、A君よりはるかにマシだろう。最悪なのは、A君が寝坊になって朝食抜きで学校に行くようになり、甘いものほしさに、コーヒー牛乳だけではあきたらず惣菜パンではなく菓子パンを買うようになった場合である。低血糖症を起こす

可能性がある。すなわち、極度の空腹状態で糖分を大量摂取すると急激に血糖値が上がるが、するとインスリンが異常に分泌されて一気に低血糖状態になる。と今度は、アドレナリンやノルアドレナリンが副腎から急激に分泌される。前者は人を興奮させ、攻撃性を強める。後者は不安感を高める。さらに、両者の体内濃度が高まると、脳の前頭葉が麻痺して感情の抑制がきかなくなる。つまり「ギレ」やすくなる。実際、「問題行動」を起こす子どもたちを調べたら、その大半は低血糖症を示したという医師の報告もある。また、A君が晩に常食するジャンクフード（安価な「中食」製品、ファストフード、インスタント食品）も、常にそれだけですますとしたら、やはり危険である。病態栄養学者・鈴木雅子氏によれば、「野菜や海藻類をとっていない食生活はビタミン、ミネラルなどの摂取が不足し、イライラ感や不安感が強まります」……⁽¹⁵⁾。

A君のように「孤食」——あるいはそれを気楽でよいと本人が考えているなら「個食」——を常態とするのも問題だ。人類学者・山極寿一氏は、サルからヒトへの食の進化をめぐってヒトの「共食性」「食の社会性」を強調して、こう述べる。

人間以外の動物は食を公開しない。とくにサルでは食べるという行為は個人的な、個体的な行為であり、食べ物を人と共有することはない。ところが、人間は他者と一緒に食べようとし、なおかつ公開しようとする。焚き火を囲んで食べるなど、皆が集う場で食べようとする。

また、家族と家族のつながり、あるいは家族がより大きな集団に属するものとして証明できるものが食であり、食は家族を超えたオープンなものである。一方で、性は家族に限定されたものである。人間は性を隠し、食を開放するという類人猿とは全く逆の道を進むこととなった。それだけ、食が人間の社会にとって重要な意味を持っていたのではないか⁽¹⁶⁾。

それなのに文明の発達は、食材を調達し、それを料理するというプロセスを機械や外部機関に代替させることとなり、「食の社会性」は破壊されていった。いまでは「人間が食材をつくるということ」と、料理をつくるということと、食べるということが完全に切り離されたのであり、こうして「孤食は初めから志向されていたわけではないけれど、効率や省力、時間的な理由によりすすんだ。いったん、孤食になると他者との会話などが煩わしくなり、なかなか社会的な場に復帰できなくなる」……(17)。

こうした「孤食」の危険性はとりわけ子どもにおいて顕著であろう。発達臨床心理学者・室田洋子氏によれば、食卓で人が「食べ(摂り入れ)」ているのは食物だけではなく、「人間関係の技術」「会話のセンス」「場の流れを察知する勘」「相手の気持ちを読みとるコツ」もまたそうである。家族で囲む食卓という「最小の中核的な人間関係の場」において、くりかえしこれらを「食べ(摂り入れ)」ていくことで、子どものコミュニケーション能力は鍛えられていく。「その意味で、孤食……(中略)……の食事経験が重なることは、子どもの対人間関係能力の形成に大きな問題を投げかけると考えられる」……(18)。

さて以上で、辰巳氏が子どもたちの「魂まで傷つける現象」として危惧している「崩食」現象の本質がほぼ明らかになったといえよう。それはジャンクフードへの「偏食」と「孤食(個食)」の二つを主要構成契機とする「食生活の乱れ」である。「偏食」と「孤食(個食)」は、それぞれ単独でもその度合いしだいでは危険だが、二つが重なると相乗効果で一気に危険性は増すだろう。「欠食」も、「偏食」や「孤食(個食)」の危険性を高める要因とはなるものの、それ自体は「崩食」の本質的な構成要素とはいえない。それでも、「欠食」が「崩食」の象徴と目されているのは、調査等で把握しやすいことと、実際には、欠食しがちな者に「偏食」または／および「孤食(個食)」の傾向が強く見られることに由来するのではないだろうか(19)。

では、こうした「崩食」現象が発生してきたその根源はいったい何なのだろうか。

三 「崩食」現象の根源

農業経済学者・神門善久氏は、労作『日本の食と農——危機の本質』の第二章と結章で、今日の日本の「食の危機」の諸相を分析している。「崩食」現象の根源を問うわれわれも、ひとまず氏の議論を導きの糸とすることにしよう。

マスメディアでは、連日のように「食の安全性の危機」——〇一五七集団食中毒騒動、枚挙のいとまもないほどくりかえされている食品偽装問題、輸入農作物のポストハーベスト問題、国産青果物の無登録農薬使用問題、鳥インフルエンザ・牛海綿状脳症（BSE）のたびたびの発生、そして最近の輸入冷凍食品への農薬混入問題等々——について報道されている。そのたびに、われわれは震撼とし、そして、検査態勢の強化やトレーサビリティの確立、有機農業や無農薬・低農薬農業の奨励、「生産者と互いの顔が見える関係を」、といった対策案やスローガンに接してようやく「安心」する。しかし、神門氏によれば、「食の安全・安心は古くからの話題」にすぎず、この三十年のあいだ似たような問題が何度も起こり、そのつど似たような対策案が「新たな」動きとして耳目を集めるものの、そのうち「うやむやに立ち消えていくという繰り返しをしている」。なぜなら、「いざとなると、消費者は利便性を求めてしまから」だ。「感傷的に利便追求を否定するのは非現実的」だが、本気で食の改善を求めるなら、「利便性追求を見直す覚悟（用意）」があるかどうかをみずからに問わねばならない。それをせずに、行政・企業・生産者にすべてを押しつけるのは「消費者エゴ」にすぎない²⁰。

また、食料自給率がついに四〇%を切ったことで最近ますます声高に語られるようになった「食料安全保障の危機」——これについても神門氏の論評は手厳しい。氏いわく、「それならばなぜ、〔食料安保論の中心となつてゐる〕Aや農林水産省や農業経済学研究者は、〔地権者エゴによつて優良農地が虫食いに転用されているという事態に目を背けるのか〕。そして、「食料の安定供給のために重要なのは、安定的で発展的な国際関係を構築すること」として、食糧安保論そのものを一蹴してしまふ⁽²⁾。

神門氏が「現在の日本社会で最大の食の問題」としてゐるのは、前節でわれわれが若年層の「崩食」現象に注目して検討してきた「食生活の乱れ」である。氏いわく、「BSEや遺伝子組み換えなどが仰々しく報道されるが、まだ科学的に未解明な点も多いし、健康危害の報告例も少ない。それに比べると、食生活の乱れは広範に発生してゐて、しかも確実に心身の健康を侵す」。一九八〇年代初頭、「日本型食生活」が誇らしく語られ、実際、「日本人の食生活の平均値は、世界でも最も好ましい状態にあつた」。しかし、それが九〇年代に一挙に転落する。たとえば、一人当たりの野菜消費量が減少しつづけ、逆に脂肪摂取量は過多となつた。いったん低下してゐた食塩摂取量も、「食の外部位化」が活発になる一九八九年以降、上昇傾向に戻つた。神門氏いわく、こうした九〇年代以降の日本の食の大きな変化の原因は「消費者の怠慢」以外の何ものでもない。食に関する知識や情報は不足してゐるところか、むしろ氾濫してゐる。問題は、そうした知識や情報をいかそうとせず「目先の利便性に流される」消費者の「意識の低さ」にある。したがつて、近年しきりにいわれる「食育」によつて食生活の改善をはかることはとうてい期待できない。より現実的な対応策として、「社会保険料の食生活連動制」を吟味すべきである……⁽²⁾。

このように神門氏は消費者に対してきわめて厳しい。若年層を襲う「崩食」現象の根源や如何、と氏に尋ねても、「『根源』もなにも、そんなもの親が悪いにきまつてゐるじゃないか」といつた答が返つてきそうである。では質問を

変えて、なぜ九〇年代に消費者の食に関する意識が著しく低下したのか。この問いに対して神門氏は、著作の末尾近くで、他の「市民エゴ」同様、明治維新以来の欧米先進国への「キャッチ・アップ」の過程が八〇年代末に終了した後の「日本社会の精神の弛緩」、すなわち「価値規範」に関する意識の稀薄化ゆえだろうという見通しを述べている。

神門氏の労作には、ここで簡単に紹介した食についての議論だけでなく、全編を通じて目を見開かされる思いを多々したが、食生活の乱れに関する氏の議論の一部、とくに最後の見通しに対しては、もしそこで考えられている「価値規範」の内実が「健康」でしかないのなら、納得がいかない。

バブル経済の狂騒の中で「ジャパン・アズ・ナンバーワン」と思いがつた日本人の心の箍かぎがゆるんでしまつた」という類の議論を聞くたびに思うことだが、たんなる経済的成功とその達成感をもたらした「心の箍のゆるみ」なら、その後の日本経済の長期失速の中でふたたび「締めなおす」こともできたはずなのに、そうした傾向が見られなかった、そしていまも見られないのはなぜだろう。

中食や外食は不経済だし、健康にもよくない。ジャンクフードは安いけれどやはり不健康だ。病気になるれば医療費もかかる。手間暇かかつても、やはり手作りがいちばん。植物性蛋白質、ビタミン、ミネラル、食物繊維たっぷり、低脂肪の、ヘルシーな「日本型食生活」に戻ろう！——少なくとも合理的な低・中所得層なら、こう考えるはずなのに、なぜそうならないのだろう。知らないから改めないわけではない。知っているのに改めない——まさに「放食」（健康や栄養バランスなどは考えずに食生活に無頓着、いわば放任状態の食生活）である。こうした事態は、九〇年代以降の日本人の労働時間はアメリカとほぼ同等の水準にまで低下していると聞くと、またとくに、冒頭でもふれた昨今の異常とも思える健康食ブームを視野に入れるとき、一見したところ不可解に思われる。

しかし実は、「放食」現象と「健康食」ブームとは表裏一体なのではないか。たとえば、特売だつたからと大量に

単一の加工食品を購入し、食べきれず、あるいは食べ飽きて、あるいは賞味期限が切れてしまったからと廃棄する。また、美味しそうと思つて購入した惣菜が思いのほか美味しくなかつたからと、一口食べただけで廃棄する。そんな「放食」の人と、ある食品が健康によいという研究結果があると聞いて、売り切れる前に買いためしなきゃとたいして好きでもないのに大量購入し、データーが捏造されていたと知るやすぐさま廃棄するような「健康食」志向の人。両者に本質的な違いはあるだろうか。どちらも、食をみずからの何らかの目的（食費の儉約／快楽／健康）に奉仕する手段としか見ておらず、「タベモノ」に対する畏敬の念などいささかもちあわせていないという点ではまったく同じなのではないだろうか。

柳田國男によれば、「タベルは恐らくタバルの後の形、即ちタブという動詞の受身の形」である²³。「タブ」は「タマフ」と同義であるから、柳田の推測が正しければ、「タベモノ」とは「たまわりもの」「いただきもの」を本来意味する。では、われわれは何者から「タベモノ」をいただくのか。柳田は、「イタダキマス」という食前の挨拶の言葉の成り立ちをこう説明する。

食べ物をイタダク場合というのは、元は神様の前か貴人の前で、改まった式の日の食事として、同時に同じ物を御一しよに食べる時で、昔はその共食を相饗（あいあえ）とも直会（なおらい）とも謂つて居りました。∴（中略）∴一種の哲理から、ふだん三度の食事でも、すべて君と神との御賜だという心持で、食後に箸を立て又は両手で膳を少し高く挙げて、目をつぶつて黙念するという人が沢山に有りました。イタダキマスという言葉の近頃の普及も、大半はこの考え方に伴なうものようです²⁴。

ここで柳田が述べているような、「神人共食」の感覚、および、食材を購入したのは誰かなどといったことは

まったく関係なく三度の食事はすべて「御賜」おんたまのであるという感覚は、毎日ではなくても神棚・仏壇に供え物をし、線香くさくなつてしまった「お下がり」を食べたりもした時代の日本人には馴染み深いものだろう。また、そうした時代にあつては、われわれが口にするものはすべて生きていたものであり、われわれが毎日食べて生きていくということは、動物であれ植物であれ、その「いのち」をイタダキ、自分の中でその「いのち」を生かすことであるということや、だからこそわれわれはけつして食べものを粗末にしてはならないということも、暗黙の了解事項として共有されていたように思われる²⁶。

こうした、日本古来の土着的な、したがつてまたほとんど無意識的な信仰心に支えられた基本的な「食の倫理」を失つたことこそが、九〇年代の食生活の乱れを引き起こした消費者（親たち）の食に関する「意識の低さ」——「要するに、消費者の本音は手軽さが第一で、食の安全だの安心だの、子供の健康などは二の次、三の次」²⁷——の根本的な原因なのであり、したがつて、近年、若年層を襲つている「崩食」現象の根源とはいえないだろうか。

たとえば、目の前の肉や魚、野菜、果物をただの食材としか見ない親は、安ければ大量にそれを購入して大型冷蔵庫の中に放り込み、忙しければ平気でそのまま放置して、新鮮なうちはまだその中に宿つていたはずの「いのち」を「殺し」てしまふだろう。ずいぶん経つてから、慌ててそんな「死体」を手間暇かけて料理してみても、たいして美味しいわけもなく、自分の「いのち」が更新されたという感動、辰巳氏の言葉を借りれば「自分のいのちに対する手応え」も得られない。食べさせた家族から「おいしいね」という感謝の言葉もない。徒労感がつのるばかりだ。そんな経験を何度も重ねた親がこう考えるようになって何の不思議もないだろう。「もともと料理はそんなに好きでも得意でもないし、私もいろいろ忙しいのだから、不経済であまり健康によくないことは知つているけど、ふだんは、子どももけつこう好きなあの店のお惣菜をメインにして、ご飯だけ炊くことにしよう。お汁はカップスープやインス

タント味噌汁でいいか。週末はあのファミレスが手頃かな。栄養のアンバランスは適当にサプリメントや「特保」製
品で補正しよう」……。

「お手頃」価格の中食製品や外食産業の料理は、やはり食べもの本来の「いのち」を失った「死体」を、人工風味強
化剤の大量使用でそこその味に仕立てているだけである。そんなものを毎日のように与えられた子どもが、はじめ
は喜んでも、そのうち、似たような味が毎日続く食事に無関心になり、手つとり早く強烈な快楽の得られる菓子類や
清涼飲料水に強く執着するようになったとしても、これまた何の不思議もないだろう。そして、この子は、中学生に
なつてスパルタ式の進学塾に毎晩のように通うようになり、級友や親との共食の時間も失う。はじめは寂しかった
が、そのうちその方が気楽だと考えるようになる。もうおわかりだろうが、第二節で登場してもらつたA君である
……。

結語——「食事倫理学」に向けて

この小論では、西洋倫理学ではほとんど顧みられることのなかつた、「食べる」ことが「よく生きる」ことに積極
的に貢献する可能性を示唆する辰巳芳子氏の言説に刺激を受け、氏の問題意識を明確にすべく、氏が深く危惧する現
代日本の「崩食」現象の解明に取り組んだ。その結果、「崩食」とは、ジャンクフードへの「偏食」と「孤食（個
食）」とを本質的な構成契機とする、心身両面で危険な——とくに若年層には——食の形態であることが明らかになつ
た。また、その根本的な原因は、食に関して日本人が古来もつていた土着的な価値規範が近年失われたことにあると

思われる。最後の点は、その具体的なプロセスを解明しないかぎりは推量にとどまるのであって、これが筆者のさしあたりの次なる課題となろう（岩村暢子氏の近著二冊⁽²⁾が導きの糸となるはずである）。

また、この小論では、「崩食」をとりあえずは現代日本の現象と限定して考えたが、同様の現象は、（第二節で引いた山極氏の言葉をもう一度借りるなら）「人間が食材をつくるということ、料理をつくるということ、食べるということが完全に切り離された」先進工業国の、食に関する伝統的な規範意識の薄れた階層には広く見られるように思われる⁽³⁾。ここにわれわれは、現代において失われた伝統的な食の倫理——食物禁忌や食事の際の作法などは千差万別であつても、基底部分では多くの共通項をもつと思われる——を、世俗化した現代社会に普遍的なかたちで再生させる途を探るといふ、哲学的倫理学の新たな課題を見ることができないのではないだろうか。こうした課題にとりくむ倫理学を私は、第一節でごく簡単にふれた「食品倫理学」(food ethics)とは区別して「食事倫理学」(meal ethics)と呼びたいと思う。やはり第一節で簡単に言及するにとどまつた「動物倫理学」に由来する現代の「哲学的菜食主義」(philosophical vegetarianism)の検討も、当然この新たな倫理学の課題となるだろう。

「ただ生きる」ためではなく「よく生きる」ため、われわれはどのような食材を、どのように調達し、どのように料理し、誰と、どのように食せばよいのか——毎日、食の実践を積み重ねていく中で、少しずつでも考えを進めていきたい。

(1) 辰巳芳子『いのちの食卓』、マガジンハウス、二〇〇四年、一二頁。

(2) 同書、一三一—二七頁参照。

- (3) 「食べつかせる」とは、食べられる状態であるのに、食べれば回復が早いはずなのに、食欲がきつかけをつかめず、宙をまきぐつているような人。この人の気の先をつかんで、好みのものを与え、食欲の焦点をつくってあげてあげることという。」(辰巳芳子『いのちのスープ』、文化出版局、二〇〇二年、一三四頁)
- (4) そして、自身としては節制の徳をすでに完全に身につけていたソクラテスは、実際の飲食の場面ではまったく頓着するところがなかった人物として描かれている。たとえば『饗宴』116gを参照。
- (5) プラトン『国家』上巻、藤沢令夫訳、岩波文庫、一九七九年、一三九—一四一頁(372a—373d)参照。なお、ラクトウェジタリアンとは、肉類・魚介類・卵を避けるが、乳製品は食べるウェジタリアンを指す。
- (6) ただし、ピュタゴラス派の肉食禁忌については諸説あり、必ずしも輪廻転生説に基づくものとはばかりはかぎられない。くわしくはB. チェントローネ『ピュタゴラス派』斎藤憲訳、岩波書店、二〇〇〇年、一〇七—一一頁参照。
- (7) Cf. D. Dombrowski, "A Very Brief History of Philosophical Vegetarianism and Its Influence," *Food for Thought: The Debate over Eating Meat* (ed. S. F. Sapontzis, New York: Prometheus Books, 2004), pp. 22-33. 哲学者だけでなく広くウェジタリアンの系譜をたどったものとしては、鶴田静『ウェジタリアンの文化誌』、中公文庫、二〇〇二年を参照。
- (8) ただ日本でも、近年少し様子が変わってきたように思われる。P. シンガー編『動物の権利』(戸田清訳、技術と人間、一九八六年)、P. シンガー『動物の解放』(戸田清訳、技術と人間、一九八八年)の刊行の後、単著としてはL. プリンガル『動物に権利はあるか』(田辺治子訳、NHK出版、一九九五年)を例外にとだえていた『動物倫理学』関係の訳書の出版が、このところ相次いでいる。欧米での膨大な出版数には比べるべくもないが、管見にとまತ್ತたかぎりでも、D. ドウグラツィア『動物の権利』(戸田清訳、岩波書店、二〇〇三年)、H. F. カプラン『死体の晚餐』(ニトライ陽子・田辺リユーディア・まきぼう訳、同時代社、二〇〇五年)、M. ベコフ『動物の命は人間より軽いのか』(藤原英司・辺見栄訳、中央公論新社、二〇〇五年)、C. パターソン『永遠の絶滅収容所——動物虐待とホロコースト』(戸田清訳、緑風出版、二〇〇七年)がある。
- (9) Cf. *Food Ethics*, ed. B. Mepham, New York: Routledge, 1996.
- (10) 辰巳芳子『いのちの食卓』、四頁。
- (11) NHK放送文化研究所世論調査部編『崩食と放食』、NHK出版、二〇〇六年、三五頁。
- (12) 同書、五頁。

- (13) 毎日新聞二〇〇六年五月二二日朝刊。
- (14) 前掲(注11)『崩食と放食』、一七頁参照。
- (15) この段落の低血糖症以下の論述に関しては、産経新聞「食」取材班『亡食の時代』、扶桑社新書、二〇〇七年、一五五—一六〇頁参照。また、「中食」製品やファストフード、インスタント食品に大量に含まれるグルタミン酸(γアミノ酸等)と表示されている)は、たとえ人体には無害でも、脳や神経系に損傷を与える可能性のある「興奮毒性物質」(excitoxin)であり、とくに子どもがこれらの食品を大量にとるのは危険であるという説もある。C. サイモンタッチ「グレージー・メーカー」、脇山真木訳、東洋経済新報社、二〇〇二年、二七五—二八二頁参照。
- (16) サントリー次世代研究所企画・編集、伏木亨・山極寿一編著『いま「食」を問う』、農山漁村文化協会、二〇〇六年、二三頁。
- (17) 同書、二六、二七頁。
- (18) 田中葉子・鈴木正成・村田光範・福岡秀興・室田洋子・NHK「好きなものだけ食べたい」取材班『NHKスペシャルそれでも「好きなものだけ」食べさせますか?』、NHK出版、二〇〇七年、一五九頁、一七二頁。また、ひとりで食べる方が気楽でよいとする子どもたち自身の「個食」傾向については、足立己幸「破綻しそうな食生活」、安本教傳編『食の倫理を問う』(講座 人間と環境 第六巻、昭和堂、二〇〇〇年)、二二四—二三一頁参照。
- (19) 前掲(注11)『崩食と放食』では、十六歳以上を対象とした調査ではあるが、「食に関する価値観との関連で見えていくと、朝食をとっていない人は単に朝食をとらないだけで、そのほかの面では普通の食生活をしているということではないことがわかりました。食生活にあまり関心を払っていない人や、食事よりも他のことにお金を使いたいと考えている人、それに食生活をあまり楽しめていない人で朝食をとらないことが多いという傾向が出ています。」(三五頁)と述べられている。
- (20) 神門善久『日本の食と農』、NTT出版、二〇〇六年、一九—二四頁、二七—三〇頁、四六—六三頁参照。ちなみに、「残留農薬の安全性を確認するための値上げはいくらまでなら認めるか?」という平成十五年度の農林水産省のアンケート調査では「二割まで」と回答する人が最も多く、三四・一%。「いくらでもかまわない」という人も三・〇%いるが、「値上げは認めない」という人も一四・三パーセントいる。金丸弘美『フードクライシス』、デイスカヴァー・トゥエンティワン、二〇〇六年、五二—五三頁参照。

- (21) 神門前掲(注20)書、二五四―二五五頁参照。
- (22) 同書、二四―三〇頁、六三―七〇頁参照。
- (23) 同書、二五六―二六二頁、二九六頁注15参照。
- (24) 柳田國男『定本柳田國男集 第十九卷』、筑摩書房、一九七六年、四〇九頁参照。なお、同書からの引用では、旧字は新字へ、歴史的仮名遣いは現代仮名遣いへなおした。
- (25) 同書、四〇八頁。
- (26) 伝統文化活性化国民協会の小島美子理事は、「給食費をきちんと払っているのだから、「いただきます」と言わせるのはおかしい」と抗議する保護者がいると聞かされて「これでは、食べ物への感謝の気持ちが変わってしまっても仕方がない。私たちは動植物の命を「いただきます」ことで生きているはずなのに。そんな単純なことさえ、伝えられない時代になってしまったのでしょうか」(強調引用者)とコメントしている。前掲(注15)『「食の時代」』、六九―七〇頁。
- (27) 神門前掲(注20)書、二七―二八頁。
- (28) 岩村暢子『現代家族Vの誕生』、勁草書房、二〇〇五年、『普通の家族がいちばん怖い』、新潮社、二〇〇七年。
- (29) C. サイモンタッチ前掲(注15)
- 書 第一・三章参照。 Cf. M. Pollan, *The Omnivore's Dilemma*, New York: Penguin Books, 2007.