

農林水産業書 No.12

高齢化社会と食生活(魚食と健康)  
外食産業の食材(水産物の役割)  
講演会

平成元年 3 月

財団法人 農林水産奨励会

農林水産叢書No.12

高齢化社会と食生活(魚食と健康)

外食産業の食材(水産物の役割)

講演会

## まえがき

農林水産奨励会は、大日本農会、大日本山林会および大日本水産会の、いわゆる三会で組織している公益法人であります。この農林水産奨励会は、独自に、また三会と協力して農林水産業界の諸問題について講演会、シンポジウム、研究会の開催、印刷物の発行などいろいろな公益事業を行っております。その一つとして、健康への関心が高まっている折から、大日本水産会の協力を得て「高齢化社会と食生活（魚食と健康）」および「外食産業の食材（水産物の役割）」をテーマに、講演会を開催いたしました。

本書は、この講演会における講演内容を収録整理したものです。大方の参考になれば幸であります。

平成元年3月10日

農林水産奨励会会長 内村良英

# 目 次

主 催 者 挨 拶 .....	1
農林水産奨励会会長・大日本水産会会長 内 村 良 英	
講 演	
高齢化社会と食生活（魚食と健康） .....	4
東京都老人総合研究所疫学部部長 松崎俊久氏	
外食産業の食材（水産物の役割） .....	47
外食産業総合調査研究センター特別研究員	
株式会社オフィス・ジェイ・ワン 代表取締役 秋山登志夫氏	

## 主催者挨拶

農林水産奨励会会長  
大日本水産会会長 内村良英

本日、魚食普及の講演会を催しましたところ、皆さまたいへんお忙しいところお集まりいただきまして、ありがとうございます。

きょうは、松崎先生と秋山先生からお話を伺うことになっておりまして、まず「魚食と健康」の話を松崎先生から伺い、さらに「外食産業の食材」ということで、その中における水産物の役割ということをお伺いすることになっておりまして、非常に意味のある、また興味のある講演会ではないかと思っているわけでございます。

一昨日でしたか、私の仲間でございますから大体70歳近い者が、夜集まってめしを食べておりますときに、年金の話が出まして、将来は年金の給付年齢が65歳になるというような話から老齡化社会の話になったわけでございますが、そのとき、多少栄養的な知識もある私の友人が、「きみたち、そんなこと心配する必要ないよ。いまの若い連中がいまのような食生活をしたら、みんな50歳で死ぬ。だから、もう老齡化社会なんていうのは起こらないんだ」ということを言ったわけです。

これは非常に極端な議論でございますけれども、たしかに現在の若者の食生活というのを見てみますと、日本人の伝統的な食生活である米と魚というものが、戦後急速に変わってきたと思われまして。とくに、若い人の食生活が変わっているのではないかと。また、魚の

場合は、社会環境と申しますか、住居形態が変わったと。たとえば、マンションではサンマを焼く煙をあげることができないとか、また、いろいろ社会生活の形態が変わったということもございますけれども。統計数字を見てみますと、私たちのゼネレーション、すなわち50歳から55歳以上の食生活というのは、米と魚という伝統的な食生活が守られているわけですが、若い人になるとそれが非常に変わってきているわけです。

申し上げるまでもなく、魚というのは、EPAその他非常に良質な動物性蛋白質を含んでいる食料ですので、今後の日本人の健康ということを考えました場合に、やはり魚食というのは非常に大事だと思います。また、伝統的に、日本人は米と魚を食料として長い間生きてきた民族ですから、そのへんはやはり崩したくない。外国へ行ってみますと、大体伝統的な食生活というのは守られているわけです。それに対して最近の日本の食生活、経済が非常によくなったということもございますけれども、急速に変わってきているのではないか。このことが、果たして民族の将来にとっていいかどうかということは、私ども、このへんで考えてみなければならぬ問題ではないかと、常に思っているわけでございます。

魚というものは、非常に良質な食料でございますので、そうした意識を、もう一度若い人たちに持ってもらいたいというふうに常々思っているわけですが、きょう、このような講演会を開きまして、2人の先生方からお話を伺い、我々といたしましては、日本人の食生活における魚の位置づけというものを、もう一ぺん見直していきたいというふうに思っているわけです。

どうかよろしく、ご静聴方お願いしたいと思います。

簡単でございますが、これをもちまして主催者としての挨拶を終わらせていただきます。どうもありがとうございました。

## 高齢化社会と食生活（魚食と健康）

東京都老人総合研究所疫学部部長 松崎俊久

### ● かつて日本は短命国だった

松崎 ご紹介いただきました松崎です。

魚の個々の問題について専門家のたくさんいらっしゃる前でわざわざ私が言うほどのことはないと思いますが、かつて短命国代表だったわが国が、いきなり30～40年の間に長寿国代表に成り上がったわけでありますから、この中には何らかの食生活にからむ重大な問題が隠れているに違いありませんし、同時に、その長寿という問題に果たした個々の食品というものがどういう意味を持っているかという中で、魚の問題を位置づけてまいりたいというふうに思います。

さて、わが国はいまから89年前の1900年、20世紀が明けた折りでありますから明治33年になります。この年の平均寿命は、男36歳、女37歳という、たいへん短いものでありました。当時世界中がどのような平均寿命を持っていたかといいますと、いちばん長いのがニュージーランド、その次がオーストラリア、それからスウェーデンという順番になっております。1位、2位が大洋州の国であるというのはたいへん注目されるところです。それからスウェーデンを先頭として西ヨーロッパ、北ヨーロッパの国々が続くわけです。

当時、第1位のニュージーランドは平均寿命が女性はすでに60を越えておりました。日本の女性が37歳のときに、60歳というケタ外れの長い平均寿命を持っていたわけです。ということは、ケタはず

20世紀初頭における特定国の平均寿命

	男 性	女 性
ニュージーランド（1901～05年）	58.09	60.55
オーストラリア（1901～10）	55.20	58.84
スウェーデン（1901～10）	54.53	56.98
アメリカ（1900～02）	48.23	51.08
日 本（1900）	36.74	37.49

\*日本の第2回生命表（1989～1903）は信ぴょう性が低いため、安田正彬、広岡桂二郎：1965年以降1920年に至るわが国人口の逆進推計。第38回日本統計学会報告（1970）によった。  
（菱沼従尹、“命の限界をさぐる”、東洋経済新報社（1983）p.137を改変）

れに向こうが長いというよりは、ケタ外れにこちらが短かったとむしろ言うべきでありましょう。文明国らしい文明国の数十カ国の中で、日本はまさにどん尻の最下位に位していたわけです。そういう意味では戦前の日本はまさに世界中から短命国代表というありがたい名前をつけられたとしても、これは仕方のないことでした。そういう意味で、わが国は戦前の寿命の歴史というのを見るべきものが何もないと言い切ってもいいぐらい哀れな状況でありました。

明治、大正、昭和を通じ、わが国の平均寿命はわずかづつではありますが延びてまいりました。しかし、とうとう50歳に到達することなく太平洋戦争に突入いたしました。「人生五十年」という言葉が当時すべての日本人の口に上ったのも無理のないことでもあります。せめて50歳は生きたい、あるいは50歳まで生きられれば思い残すこ

とはないという意味での人生五十年。織田信長以来この「人生五十年」という言葉は多くの日本人に常に語られてきて、「人生五十年」という言葉は日本人にしみ込んだ言葉であったわけです。

たしかに織田信長の時代は平均寿命というのは数学的には計算されることは不可能であります。寺の過去帳ならびにお墓の発掘によっては、もうすでに織田信長の時代から平均寿命が明らかになっております。織田信長の時代の平均寿命はわずか16歳にすぎません。そして、黒船が江戸時代の末期浦賀にまいりました折りの平均寿命が、江戸の町民で25歳というふうなことがわかっております。明治維新前後が大体30歳。そして明治33年、1900年の幕開けのときが先ほど申した36歳、37歳と、こういう平均寿命です。

### ● 戦前の日本人の食生活について

こういう平均寿命の中で、戦前の日本人の食べ物の食べ方と、その現在の食べ方というものを比較すると、これは非常に興味のあるいくつかの問題が出てまいります。戦前は、NHKで数年前に朝放映されました「おしん」のドラマを見るまでもなく、日本の大半のいわゆる農民の平均寿命というものはものすごく短いだけでなく、あの大根めしに象徴された極めて貧しい食事をしております。

私は、いまから2週間前に東北地方のある町に講演にまいりました。そのとき、町の役場の助役さんをはじめ、土地の古老の方々、あるいは保健所の栄養士さんや医師たちとお話しする機会がありました。それによりますと、当時のいわゆる小作農民の生活というのは、非常に貧しく、おかずなどというものはろくに食べられません

平均寿命の推移

	男	女		男	女	
大正10～14年* (1921～1925)	42.06	43.20	昭和41年	68.35	73.61	
15～昭和5*(1926～1930)	44.82	46.54		( '66)	68.91	74.15
昭和10・11*(1935～1936)	46.92	49.63		( '67)	69.05	74.30
22*( '47)	50.06	53.96		( '68)	69.18	74.67
23 ( '48)	55.60	59.40		( '69)	69.31	74.66
24 ( '49)	56.20	59.80		( '70)	70.17	75.58
25～27*(1950～1952)	59.57	62.97		( '71)	70.50	75.94
26 ( '51)	60.80	64.90		( '72)	70.70	76.02
27 ( '52)	61.90	65.50		( '73)	71.16	76.31
28 ( '53)	61.90	65.70		( '74)	71.73	76.89
29 ( '54)	63.41	67.69		( '75)	72.15	77.35
30*( '55)	63.60	67.75		( '76)	72.69	77.95
31 ( '56)	63.59	67.54		( '77)	72.97	78.33
32 ( '57)	63.24	67.60		( '78)	73.46	78.89
33 ( '58)	64.98	69.61		( '79)	73.35	78.76
34 ( '59)	65.21	69.88		( '80)	73.79	79.13
35*( '60)	65.32	70.19		( '81)	74.22	79.66
36 ( '61)	66.03	70.79		( '82)	74.20	79.78
37 ( '62)	66.23	71.16		( '83)	74.54	80.18
38 ( '63)	67.21	72.34		( '84)	74.78	80.48
39 ( '64)	67.67	72.87		( '85)	75.23	80.93
40 ( '65)	67.74	72.92		( '86)	75.61	81.39
				( '87)		

注 1) \*印は完全生命表

2) 第1回～第3回、昭和20年、昭和21年は、基礎資料が不備につき、本表より除いてある。

3) 昭和47年以降は沖繩を含めた値である。それ以前は沖繩を除いた値である。

資料 厚生省 各年簡易生命表、完全生命表

でした。当時の記録をよく調べますと、大体并めしで山盛り9杯というものが、平均的な働き手の農民の食事です。今日我々はこれをとっても想像することができないほどの穀物の量であります。ただし、おかずはゼロ。味噌汁、漬物のみということです。

栄養調査をしましたら、なんと老人の中に未だに12杯の味噌汁を1日に飲むという人がいたそうではありますが、とにかく、年月は変わっても、いったんしみついた食習慣というのはなかなか抜けません。もちろん今日9杯を食べる人は誰もいないでしょう。しかし、2,500カロリーの労働カロリーを穀物と味噌汁と漬物から得るとするならば、当然并めし9杯というのは登場して当たり前の話です。そして子供がおなかがすけば、赤ん坊の頭より大きいおにぎりに味噌をつけて渡すという食習慣の中では、魚は内陸部の農民の間にはほとんど登場しておりませんでした。消費者の方の中には、いまのほうが魚をあまり食べてなくて、昔のほうが食べていたように思っている人がいるようではありますが、それはまったくの逆であります。戦前はろくに魚を食べていないのです。東北の内陸部農民が、お魚を年間に食べた回数というのは、大体2回であるというふうな記録がたくさん残っております。

また魚だけでなく、もちろん肉も食べませんし、牛乳も飲みませんし、しかも卵も食べておりません。軒先で鶏が生んで卵は目の前に転がっているわけですが、1個の卵でも、これは現金に替えなければなりません。いまはそのようなことはとうていあり得ませんが、その昔、このような深刻な貧しい状況の中で、東北の農民は生産活動に従事していたわけです。

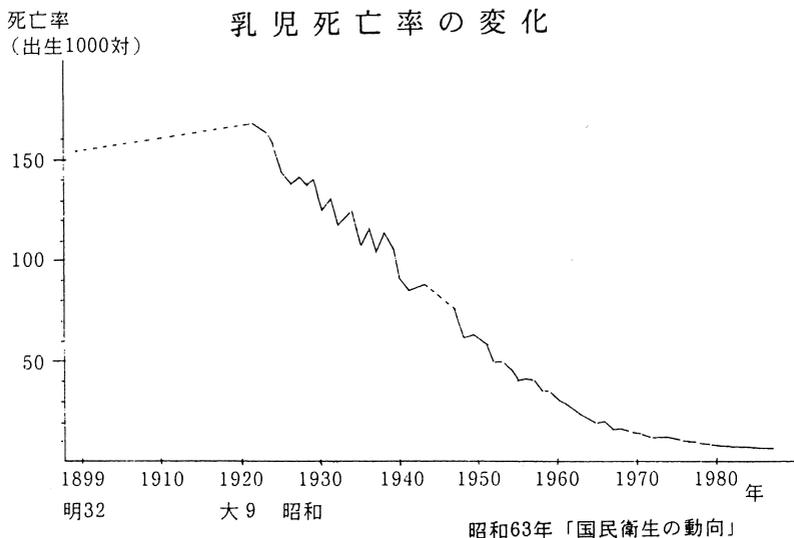
この東北の場合ほど深刻な状況は、ほかの地域には、西日本などにはあまり見られませんでした。しかし全体の食生活がいかに貧しいものであったかは、当時の農林省の統計、食料供給のバランスシートを見れば明らかであります。1910年代の農林省による発表によりますと、当時の全日本人は平均いたしまして1日3グラムの動物蛋白しか食べておりません。1日3グラムの動物蛋白、それは場所によって何からとられたかはさまざまでありましょうが、食肉からとられたとは考えにくいのです。おそらく大部分はお魚でありましょう。1日3グラムの動物蛋白というのは、種類によっては多少の違いがあまりですが、平均してお魚にこれを還元いたしますと、魚15グラムにすぎません。15グラムのお魚、すなわち一口食べればお終りという程度のお魚を1日に1回食べたなら、もはや動物性食品は一切その日は登場しない、これが戦前の全日本人の平均的な姿でした。

#### ● 死亡率の変化と高齢化への人口構成

こういう状況であったため、日本の平均寿命は全世界の物笑いになるほどの短さでありました。すなわち、とうとう太平洋戦争が始まるまでは50歳に到達できないという哀れな状況でした。こういう状態で戦争に突入するわけです。ところで、戦前のわが国の死亡率を見ますと、驚くばかりであります。1,000人の赤ちゃんが生まれますと、翌年この赤ん坊がお誕生日を迎えるまでの1年間に150人から160人毎年死んでおりました。スペイン風邪の流行しました年のごときは180人死んでおりました。このように膨大な赤ん坊が赤ん

坊の時代で死んでいくわけでありますから、平均寿命が短いのは当然です。わが国の現在の赤ん坊の死に方と比較すると、戦前の死亡率がどんなに高いかわかりいただけるかと思います。

いま、1,000人赤ん坊が生まれますと、翌年の誕生日までに死ぬ赤ん坊はたったの5人であります。1/30に死亡率は低下したわけです。0歳から14歳までの子供の死亡率は、下痢、腸炎ならびに肺炎などの克服によりまして、現在は戦前の昭和5年代、10年代に比べまして1/20に死亡率が低下しております。青年のごときは肺結核でたくさん死んでいたのが、現在はほぼゼロという状況になっておまいます。6代のお年寄りの死亡率は戦前に比べて70%減、70代の死亡率は60%減、80代の死亡率は45%減という、こういう状況です。すなわち、あらゆる年代が赤ん坊から80代に至るまでのすべての世代の死亡率が大きく低下しています。



年次死亡率

(人口10万対)

年 Age	1935 昭和10年	1940 15年	1947 22年	1950 25年	1955 30年	1960 35年	1965 40年	1970 45年	1975 50年	1980 55年	1985 60年
総 数	1,677.8	1,649.6	1,457.4	1,087.6	776.8	756.4	712.7	631.4	621.4	625.5	
0~4歳	4,070.2	3,561.1	3,401.7	1,989.2	1,074.8	824.7	523.4	375.9	260.5	192.7	145.3
5~9	396.3	394.8	330.8	207.7	129.0	89.2	57.8	47.0	36.1	27.8	21.1
10~14	299.2	304.5	187.8	117.4	68.9	50.3	39.4	33.7	24.9	18.3	16.5
15~19	753.4	828.5	442.4	247.7	127.4	105.6	68.0	77.0	60.2	49.2	47.2
20~24	934.3	1,047.2	782.3	464.3	230.7	174.8	114.7	98.0	81.4	62.3	57.1
25~29	815.2	881.5	785.4	532.0	254.6	191.7	133.5	114.8	82.6	69.9	60.9
30~34	751.7	780.4	757.4	507.8	272.3	207.2	162.9	137.6	106.5	81.9	74.5
35~39	793.6	820.1	778.4	558.1	321.6	257.0	214.7	197.3	152.9	125.3	104.2
40~44	923.2	931.8	878.3	654.3	419.4	347.2	292.8	280.0	241.6	194.4	175.6
45~49	1,185.2	1,187.4	1,067.3	847.0	617.2	533.1	458.0	396.4	354.8	324.2	277.1
50~54	1,646.5	1,708.0	1,485.7	1,191.6	936.3	837.2	713.4	619.2	510.8	476.6	455.6
55~59	2,293.5	2,346.9	2,125.2	1,761.9	1,403.6	1,335.4	1,147.9	1,010.2	802.9	680.7	654.3
60~64	3,233.6	3,466.2	3,344.8	2,663.0	2,229.4	2,111.3	1,922.6	1,670.1	1,297.2	1,100.4	948.7
65~69	5,073.1	5,099.5	4,968.9	4,281.7	3,556.2	3,438.7	3,161.2	2,866.4	2,230.4	1,865.8	1,554.0
70~74	7,463.2	8,105.5	7,501.1	6,561.2	5,756.7	5,710.5	5,297.3	4,800.0	3,931.4	3,297.9	2,717.5
75~79	11,630.2	12,073.4	11,563.6	9,779.7	8,831.6	9,461.2	8,927.2	8,019.4	6,712.6	5,911.1	4,980.5
80~	18,948.3	21,225.4	19,813.4	17,964.1	15,356.0	17,541.0	15,841.4	14,360.4	12,968.6	11,415.1	

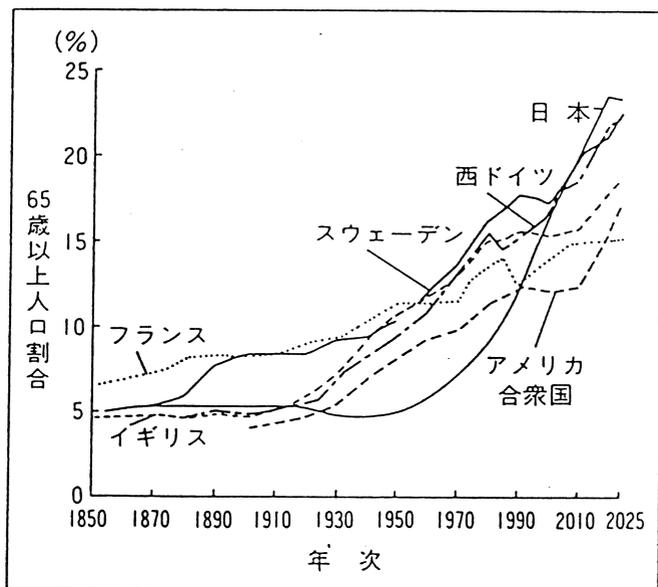
昭和62年厚生省「人口動態統計」

ということは何を意味するかといえば、巷に老人の人口が増える一方ということになり、それが今日の高齢化社会と言われる所以です。しかし、我が国はヨーロッパ諸国に比べますと、欧米諸国に対比いたしまして現在いちばん若い国でもあります。人口のたったの11%が老人人口にすぎない。たったと言うべきか、そんなにと言うべきか、とにかく全人口の11%であります。10%に突入したのが3年前のことです。1985年のことでした。これが20%になりますのがいまから21年後と言われております。2010年に20%に突入するとと言われております。この間、わずかに25年間です。10%から20%への道が25年間。ところが、スウェーデンが、いま老人人口18%も抱えております。もう、世界一の老人大国。このスウェーデンが10%になりましたのは昭和4年、1929年のことであります。そして、このスウェーデンが20%になりますのは、日本が20%になってから6年後なのです。86年という長い年月を費やして10%から20%への道を歩むことになります。わが国が25年。3倍以上の長い時間をスウェーデンがかかるのに比べ、日本はあっという間に10%から20%への突入を果たすというわけです。このような、恐ろしい人口構成に現在なっているというのが事実です。要するに、現在は、より老人を健康で長生きさせるという問題と同時に、老人に活気あふれる老後を保障すること、これが日本の老年学の最大の課題であるという観点で、私どもは現在取り組んでおります。

#### ● 老人調査について

私が勤務しているところは、世界でもっとも大きな老人病院と研

究所が並立しております、東京の大山にあります、ここでは30のセクションに分かれていろいろな分野から、生命の問題、あるいは老人の体の問題、老化の問題を検討しています。私が専門としておりますのは、分野としていちばん大きな部分になります。分子レベルから人間集団レベルに至るまでの老化現象を追究している研究所の中で、私は人間集団部分を担当しているわけでありまして。したがって、そういう意味で日本中の高齢者をいろいろな角度から検討し続けております。



主要先進国の65歳以上人口割合の推移

厚生省人口問題研究所「日本の将来推計人口 (昭和61年12月推計)」厚生統計協会、昭和62年2月。

たとえば、いまから数十年前ではありますが、北海道から沖縄まで、全日本の100歳老人1人ひとりに精密検査を行い、100歳に絡んでいるすべての問題点を抽出いたしました。現在は北海道から沖縄までの日本全国の特徴ある村を取り上げまして、そこに住んでいるすべての老人総計1万をやや超える数を追跡中です。

この追跡を行う目的は、どういう条件を持っている人が本当に長生きをするのか、どういう条件の人が駄目なのかという事実を明らかにすることにあり、この老人が1人残らず死に絶えるまで追跡を続けるわけであります。それによってはじめて、いわゆる長寿の条件というものが、単純に現在まで言われているような推量や、でたらしめな根拠に基づくものではなくなるのです。

すでに3割近くのお年寄りがこの中から亡くなられております。したがって、もはや結論が出たも同然という状況に近くなっております。生前から数百項目にわたる各人の情報を、すべてコンピューターに毎年々々入力していきます。精密検査・調査を続けながら各項目を全部見てまいります。そうしますと、途中で体の変化が見られていきます。やがてある人は弱り、ある人は死に、ある人は健康状態をそのまま維持するという、いろいろな変化に分かれてくるわけではありますが、その分かれ道になる条件はいったい何なのかということなのです。

長生きできる、できないという問題は、それは遺伝でほとんどが決まっていた時代もありました。しかし現在、私は遺伝の役割は3割にすぎず、食べ物の役割が5割、運動の役割が約2割というふうに考えております。老化現象の早さ、あるいは寿命そのものが、食

べ物で大きく左右されているという事実を、見逃すわけにはいかないわけです。

### ● 平均寿命と死因

さて、戦争が終わりまして後2年、昭和22年のことであります。わが国の平均寿命はようやく50歳を超えました。これでようやくわが国も、世界の先進国の仲間入りができたのではないかと錯覚したわけです。ところがもうすでに、スウェーデンがそのときはトップの長寿国でありまして、スウェーデンの平均寿命は70歳を超えておりました。またもやわが国は、20年の平均寿命の違いを悟らされるわけです。

20年の平均寿命の違いというと「ああ、20年か」というふうにしか思われぬ方もおりますが、20年違うということはたいへん恐ろしいことです。たとえば、現在日本より20年寿命の短い国と言えば、ちょうどぴったりの国が東南アジアにあります。ベトナムです。労働者の1年間の賃金1銭残らず蓄えて自転車がようやく1台買える国、これがいわゆる平均寿命20年わが国より短い国の実態であります。ということは、平均寿命の20年の違いというのはいろいろな面で、たとえば経済的な水準、文化的水準、衛生水準、教育水準で違いがあるわけであり、それらのトータルした表現のひとつに、平均寿命の20年という違いがあるのだという事実です。そういう意味で、わが国が列強よりも、戦前は全部もちろんのこと、戦後昭和22年の時点においてすら、20年も平均寿命の短い国であったということの民生水準の低さを痛感せざるを得ないわけであります。

そういう意味ではわが国は、実にアンバランスな国でありました。というのは、片や戦艦大和がつくられる国でありながら、片や全世界の中で物笑いになるほどの短命の国、そして同時に、その死因の大多数はぶざまにも脳卒中であったという事実です。

病気というものは歴史的な段階によってその民族の主な病気の内容が変化してまいります。現在の東南アジアのように、経済水準、農業水準の比較的低い国などでは、第一死因は伝染病と栄養失調です。次に、台湾、韓国、シンガポールといった現在N I E Sと呼ばれているような国では、伝染病、栄養失調は克服されて、第一死因は脳卒中に変わります。もうこれは、歴史的にはっきり、すべての国が共通のこういう法則の上を歩むわけです。

日本は、戦前ならびに戦後は、圧倒的にこの脳卒中が猛威をふるう国であったわけです。そして東京オリンピックを境に様変わりをいたします。経済の高度成長の象徴として行われますオリンピックは、当然その国の経済状態のいわばバロメーター、いわゆる指標でもあるわけです。韓国が昨年オリンピック開催国となったということは、昭和39年にわが国がオリンピックをやったのと本質的には同じ経済レベル、同じ文化水準、経済水準の上に行われたと考えていざらうと思います。

東京オリンピックを境にわが国の脳卒中は激減のスタートを切るわけであります。そして、東京オリンピックのときに比べ、現在脳卒中は半分以下というような激しい減少を示しました。これは、工業化が進むと脳卒中は減るという共通の要因があるからです。いま台湾、韓国は脳卒中が激増してきた国であり、韓国の脳卒中が果た

平均寿命（0歳の平均余命）の国際比較

		年次		年次		年次		年次	
ア	ジ	年	次	年	次	年	次	年	次
ア	日本	1987	76.61	1975~80	アメリカ	1985	70.40	1985	77.36
中	インド	1980~85	66.70	1980~85	ブラジル	1984	67.11	1984	74.31
イ	インドネシア	1980~85	55.60	1980~85	ウーロ	1984~85	71.60	1984~85	77.50
イ	スラエ	1980~85	52.20	1984~85	オーストリア	1985	70.07	1985	78.49
韓	韓国	1978~79	73.50	1978~79	チェコスロバキア	1986	71.52	1986	79.70
ク	ウエー	1980~85	62.70	1980~85	デンマーク	1985	69.52	1985	75.42
マ	シンガポール	1984	69.60	1984	フィンランド	1984~86	71.54	1984~86	78.10
シ	アラブ	1980	67.64	1980	アイスランド	1985~86	72.15	1985~86	76.35
ア	リビア	1980	68.70	1980	アイスランド	1981	75.04	1981	80.38
エ	リビア	1980~85	56.80	1980~85	アイスランド	1987	71.05	1987	77.78
ナ	アイスランド	1980~85	46.90	1980~85	アイスランド	1984~85	73.51	1984~85	80.07
チ	アイスランド	1980~85	60.10	1980~85	アイスランド	1986	72.80	1986	79.51
ウ	アイスランド	1980~85	47.40	1980~85	アイスランド	1984~85	73.97	1984~85	79.99
北	アイスランド	1980~85	71.88	1980~82	アイスランド	1988~85	71.80	1988~85	77.74
カ	アイスランド	1983~84	72.66	1983~84	アイスランド	1985	72.32	1985	78.76
キ	アイスランド	1979	62.10	1979	アイスランド	1985	70.97	1985	76.83
メ	アイスランド	1981~83	70.53	1981~83	アイスランド	1984~85	62.87	1984~85	72.73
プ	アイスランド	1986	71.30	1986	アイスランド				
ア	アイスランド		72.00	1986	アイスランド				
ア	アイスランド		78.90		アイスランド				

注1) この表は平均寿命が得られる最新年次の生命表によって作成したため、表16(2-2)の年次と異なる国がある。  
資料 U. N. "Demographic Yearbook", 等。

して来年あたりから減少に転ずるかどうかが、我々の注目するところです。中国は猛烈な勢いでいま脳卒中が激増している国です。ヨーロッパの歴史を見ても、これと同じ歴史を全部の国がたどっております。脳卒中とは農業国の病気なのです。

### ● 疾病と食生活

さて、この脳卒中は東北に猛威をふるいました。秋田県を中心として岩手県、青森県というのが脳卒中の巣窟のように言われてきました。脳卒中の元凶は、大半のエネルギーを炭水化物、穀物からとり、そしてそれを掻き込むために猛烈な味噌汁と漬物という、塩分の塊のようなもので胃袋に流し込むという食事です。動物蛋白に至ってはほとんどゼロという状況が脳卒中を引き起こす最大の要因です。

政府は厚生省と科学技術庁を中心にしまして脳卒中の原因究明に取り組んだ結果、その原因は大体が塩分だということは誰も共通して一致しました。しかし、動物蛋白であることに対してはいろいろな意見があって、なかなか意見の一致ができなかったのです。しかし、多くの学者たちの健闘によって、脳卒中は、まさに塩分が多くて蛋白質が少ないときに生ずる、この2つこそが脳卒中の元凶であるという事実が判明したのです。とくに蛋白質の役割はきわめて大きく、しかもそれは植物蛋白では駄目なのでありまして、動物蛋白でなければならないのです。

私は、世界老年病学会でこの問題に関して特別講演を指名された折りに、全世界の民族の寿命の移り変わり、その民族の食べ物の

移り変わりを栄養学的に統計上検討してみたところ、動物蛋白が20グラムを1人1日超えないうちは、どの国も寿命がろくに伸びないという事実をつかみました。20グラム以上はどんなことがあってもその民族が寿命を延ばすために必要な量なのです。それが50グラム近辺になると、もう寿命とあまり関係がなくなります。日本は、かつて戦前が3グラムの動物蛋白であったのに比べ、現在は40グラムの動物蛋白をとっております。13倍の伸びという、こんな伸びを戦後わずか40年の間に実現したという国は、全世界の歴史わが国だけであります。そういう意味では、わが国はすばらしい食生活の大変換を戦後遂げたと言っても過言ではないであります。

#### ● 蛋白質のとり方からみたわが国の特徴

さて、問題はその転換された内容であります。動物蛋白といいますが、言うまでもなく肉、魚、卵、牛乳ということになります。片や植物蛋白といいますが、大豆蛋白を代表として、穀物、いわゆる米からの蛋白質、これで大体尽きるわけであります。

問題は、この動物蛋白と植物蛋白の割合がたいへんおもしろい影響をもたらすということであります。現在のいわゆる東南アジア諸国、フィリピン、あるいはインド、バングラデシュ、タイ、インドネシアというような国々の食べ方を見ますと、動物蛋白対植物蛋白の比率は1対9です。それから多少お金を蓄えてきたと言われ少し豊かになったと言われているN I E S諸国、韓国、台湾などの国々が2対8です。1対9の国々は、現在主な国民の死因がやはり伝染病と栄養失調、2対8の国が脳卒中という事実が明らかになってお

国民1人1日当り供給栄養量の国際比較

(食料需給表速報 昭和61年度)

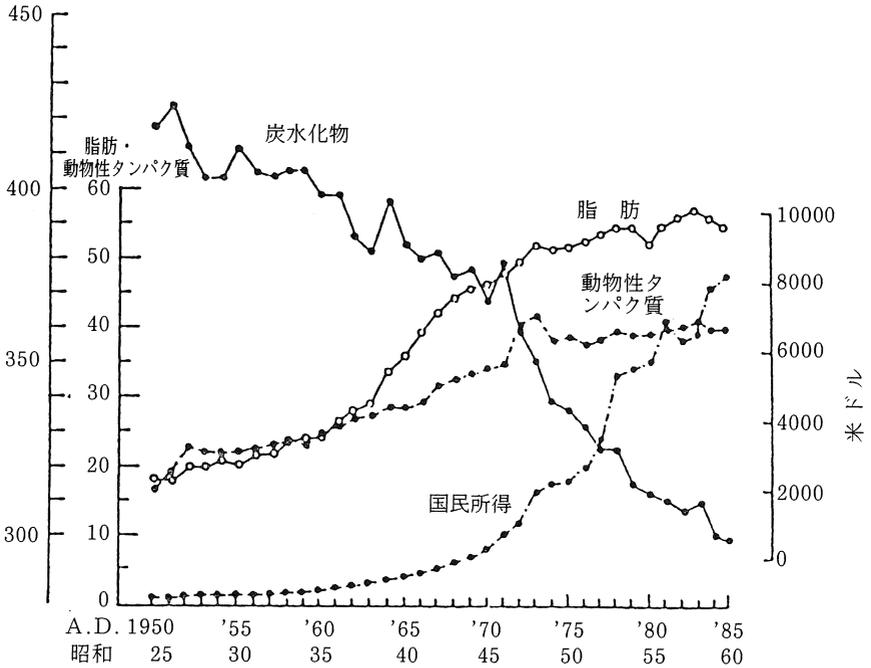
国名	年次	熱				量				蛋白質		脂		質
		計 (実数)	構成比			実数	うち 動物性	比率	実数	うち 油脂性	比率	実数	うち 油脂性	
			水分	動物性	砂糖									
スウェーデン	1982	kcal	%	%	%	%	%	g	g	%	g	g	%	
西ドイツ	"	3,018	28	43	13	11	5	102.0	72.4	71	134.7	36.2	27	
フランス	"	3,456	24	41	12	14	9	98.8	67.5	68	183.5	55.8	30	
オランダ	"	3,425	26	41	11	15	7	114.2	79.3	69	178.5	58.3	33	
イギリス	"	3,421	22	38	12	20	8	99.6	68.8	69	180.3	76.6	42	
アメリカ	"	2,947	29	37	14	14	6	88.2	56.6	64	136.5	47.0	34	
カナダ	"	3,347	20	36	18	17	9	102.4	72.7	71	167.5	66.2	40	
デンマーク	"	3,100	26	38	13	15	8	98.4	67.0	68	150.2	54.3	36	
ドイツ	"	3,358	24	42	13	17	4	99.7	72.0	72	179.0	62.9	35	
スイス	"	3,351	23	42	13	11	11	104.3	71.0	68	168.4	40.9	24	
イタリア	"	3,199	37	29	9	17	8	103.7	57.5	55	142.5	61.8	43	
ニュージーランド	"	2,969	27	46	11	7	9	101.7	69.3	68	142.9	24.9	17	
日本	1986	<b>2,600</b>	<b>48</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>85.4</b>	<b>42.4</b>	<b>50</b>	<b>80.6</b>	<b>39.8</b>	<b>49</b>	
アルゼンチン	1977~ 81平均	3,164	36	33	13	12	6	112.6	75.3	67	120.6	41.5	34	
ブラジル	"	2,533	47	13	20	8	12	59.3	21.7	37	50.9	22.1	43	
中国	"	2,402	79	9	2	4	6	58.6	11.1	19	37.5	9.6	26	
韓国	"	2,895	74	8	4	4	10	82.3	19.4	24	40.8	12.4	30	
パキスタン	"	2,180	64	10	13	8	5	56.4	13.4	24	43.1	19.9	46	
インド	"	2,056	69	5	9	6	11	49.7	5.5	11	32.6	14.9	46	
インドネシア	"	2,367	77	2	6	6	9	48.8	5.7	12	38.6	16.4	42	

資料：1. OECD "Food Consumption Statistics 1973-1982" (スウェーデン〜ニュージーランド)

2. 「食料需給表」(日本)

3. FAO "Food Balance Sheets 1979-81 Average" (アルゼンチン〜インドネシア)

## 戦後の日本人栄養摂取量と国民所得



りますし、しかもこれらの国々は、全部寿命が短い国としてくられる運命にまだあります。それに対しまして、欧米諸国は、逆転した7対3です。動物蛋白7に対して植物蛋白3という割合です。この状況は心臓病が国民死因の第一位に位すると同時に、寿命は長いのです。従って、我々がもしどちらを選ぶかというふうに分かれたら、躊躇することなく欧米諸国の食生活を私は選びます。

さて、わが国はどうか、現在、過去においてどうだったのか。戦前は0.5対9.5であります。したがって戦前のわが国の食生活は現在のインド以下であったと断定させるを得ません。現在、世界一

の長寿を達成し、脳卒中を激減させた国としてのこの比率は、世界唯一5対5なのです。このような5対5を実現したというのは、まさに偶然に、戦後40年の間に我々の手で、いつの間になつていたという、そういう状況であります。結果的に見れば、我々の人体を使っていろいろな実験をしてみました。してみたところ、結果的には現在5対5になつていた。そして寿命は世界一の長寿、男75.6歳、女81.4歳という長寿を手に入れていたと、こういうことになるでしょう。

### ● 日本人の食生活を変えた要因

それでは、なぜこのような大きな変化がわが国に訪れたのでありましょうか。何といたっても戦後のわが国の寿命を延ばした最大の要因、功労者は学校給食であります。学校給食がなかったならば、おそらく日本人の寿命がこんなに延びることは絶対になかったでありましょう。子供たちは従来の味噌汁、漬物というパターンに対し、粉ミルクの放出からスタートした学校給食の中に、自らの好みを見つけてしまいました。そして母親にせがみ、うちも味噌汁、漬物ではなくて、学校のような食事を、とせがんだわけであります。粉ミルクはやがて牛乳を呼び寄せ、パンを呼び寄せという過程になっていきます。今日この学校給食を経験した子供たちがみな母親になり、人の親として子供に食事を作っていく立場になっております。この事業が日本の食生活を大胆に変えていったわけであります。

と同時に、その背景には驚くべき技術の変化があります。すなわち、昔は冷蔵庫などを持っている家はほとんどありませんでしたが、

国民1人1日当り供給栄養量の国際比較

国名	年次	タンパク質		
		実数(g)	うち動物性(g)	比率(%)
スウェーデン	1982	102.0	72.4	71
西ドイツ	"	98.8	67.5	68
フランス	"	114.2	79.3	69
イギリス	"	88.2	56.6	64
アメリカ	"	102.4	72.7	71
日本	1984	82.8	40.8	49
中国	1979~81平均	58.6	11.1	19
韓国	"	82.3	19.4	24
インド	"	49.7	5.5	11

- (1. OECD: Food Consumption Statistics 1975-1982 <スウェーデン~アメリカ>  
 2. 「食料受給表」 <日本> 3. FAO: Food Balance Sheets 1979・81 Average <中国~インド>)

いまや冷凍技術の革新によって、数年前に獲れたマグロも、1ヵ月前に獲れたマグロも、我々は食べさせられた場合に自分の味で見分けることができないほどの精密な冷凍技術をわが国は持ち、受け皿としての冷凍冷蔵庫を全家庭が1台持つに至っております。と同時に、夏場の野菜を冬食べることなどは夢のまた夢であったのが、現在、いついかなるときでもトマト、ナス、キュウリを食べることができます。これはハウス栽培、農業技術の驚くべき進歩に裏付けられております。山の中でお魚などを食べることは夢であったのが、現在はスーパーマーケットは、山の中の町や村にまでそのランチを持って国民にそれを供給することができるという状況になりました。

しかし、依然としてわが国には古い食生活形態がその傍らに残っております。たとえば東京の奥多摩の方にまいりますと、未だにお刺身を食えない老人が村の大半を占めているという状況の村すらあるのです。なぜかと聞きますと、大体お刺身というのを子供のとき、若いとき食べたことがない。たまにそれを食べると食中毒になったこともある。要するに恐いわけです。食べる習慣がまったくないところにそういうものを出されても手が出ないという、これが東京都の都民の中にすらまだいるわけであります。

これに典型的に示されますように、戦前の食生活を身につけた集団、子供のときに身につけた集団、現在の60歳以上は明確にこれに代表されるスタイルを現在も都会においてすら維持しているという事実です。

つまり、魚と肉という関係は、一見犬猿の仲であるように思われ、

学校給食実施状況（国公立）

昭和62年（'87）5月1日現在

総数	総数		完全給食		補食給食		ミルク給食	
	実施数	百分率	実施数	百分率	実施数	百分率	実施数	百分率
総数	37,946	93.9	32,203	84.9	652	1.7	2,758	7.3
{ 幼児・児童・生徒数	16,532,559	93.0	13,828,446	83.6	106,866	0.7	1,442,181	8.7
小学校	24,933	98.0	23,526	94.3	217	0.9	688	2.8
{ 児童	10,226,325	99.5	10,033,951	98.1	34,550	0.4	103,945	1.0
中学校	11,230	85.5	7,438	66.2	132	1.2	2,027	18.1
{ 生徒	6,081,321	82.3	3,632,295	59.7	38,880	0.6	1,335,689	22.0
特殊教育	924	79.5	697	75.4	2	0.2	36	3.9
諸学校	96,028	81.7	76,197	79.3	138	0.1	2,164	2.3
{ 幼児・児童・生徒数	859	99.0	542	63.1	301	35.1	7	0.8
夜間定時制	859	99.0	542	63.1	301	35.1	7	0.8
{ 生徒	128,879	92.9	86,003	66.7	33,298	25.9	383	0.3

注 完全給食=主食+おかず+ミルク、補食給食=おかず+ミルク、ミルク給食=ミルクのみ。

資料 文部省「学校給食実施状況調査」

動物蛋白の同じ1つの枠内で競り合う2つの敵対するものだと思うれがちですが、そういう場合とそうでない場合とがあるという事実を認識していただきたいと思うのです。

### ● 調査よりみた老人たちの食生活

さて、問題は日本の老人たちのパターンであります。私は、科学技術庁の中高齢者の食生活全体を検討する委員会の長を努めております。したがって日本全国の老人たちの食生活の膨大な調査を行っておりますが、とにかく老人たちの食べ方というのは、現在の日本の国民栄養調査からはとても信じられないような食べ方を未だにしているわけであります。動物蛋白と名のつくものからたいへん遠い位置にあります。国民全体が動物蛋白40グラムをとっているのに、老人のごときはその半分もとっていないという人がたくさん今もいるという事実です。もちろん、その典型は肉が嫌いになるという形です。肉を嫌いになったからといって「魚をどうぞ」というわけにはいかないのです。肉を食べなくなったような老人は、魚は少し食べるけれども、魚すら食べ方が落ちていくと、こういう状況にあるわけです。私はそういう老人たちにお話をする機会がある場合には、もう皆さんの片足は棺桶に入った存在である、というふうに話して聞かせることにします。動物蛋白が嫌われるようになった年齢は、もはや見込みのない人なのです。死なざるを得ない人であります。近年肉が嫌いになったということが、まず最初の徴候で表われます。その次、魚もあまり食べなくなった。もうこの人はお終いで、あの世へ行かなければなりません。それが決定的な現実です。

なぜかといいますと、これは子供のときに食べさせてもらっていないからこういう現象が出るのです。子供のときに与えられなかった食べ物は、老人になると必ず嫌いになります。したがって牛乳も駄目です。

こういう現象をきたすのは日本人だけです。なぜかといいますと、日本人があまりにも、食生活を急激に変化させてきたためです。とにかく戦前があまりにも貧しく、動物性食品なしで生活し、植物蛋白だけでようやく生き長らえるという、そういうスタイルに終始したからです。たとえばアメリカの老人たち、「あなたは年をとられたときに、もう肉を食べたくなくなって、ジャパンの刺身でも食べたいか」と聞いたら、100%、全員が「ノー。肉を食べられないなら死んだほうがまし」という答えが返ってきます。中国ですら、肉を食べないという老人が急激に増えるなどというデータは出ておりません。日本だけです。

これは、日本がいかに戦前貧しい食生活であり、その中で育ってきた人が多いかということと、その人たちがいま老人になっているという事実です。したがって現在の日本は、60歳以上の集団と、非常に若い集団とをまったく異質な集団として食事の面で捉えなければなりません。そして、大体50代、50歳を前後とする、40代の後半から50代全体にかけての人たちは、中途半端でウロウロしているという存在です。これが食生活に関して問題のある集団。そういう意味で、日本人を栄養の面から大きく3集団に分けて捉えなければならぬだろうというふうに思うわけです。

## ● 動物蛋白である魚と肉が疾病に対して果たす役割

さて、動物蛋白として3つがあります。肉、魚、牛乳と、この3つがこれからの食糧政策の上に大きな問題をもたらすだろうと考えますので、検討してまいりたいと思います。

動物実験で、脳卒中を起こすようなネズミを作ります。脳卒中で一族郎党がごとくとく死んでしまうというネズミ——これは高血圧同士のネズミをかけ合わせ、これを何百回も繰り返すわけです。そうしますととうとう純粹の高血圧のネズミがつくり上げられて、一族郎党、親子兄弟揃って脳卒中で討ち死にをするという、こういうネズミが最後には出来上がる。

このネズミに対する実験の中では、ふつうの標準的な餌を与えたというそのネズミの集団が83%も脳卒中で倒れております。また、1%の食塩水を作りましてこれを餌にしみ込ませて与えますと、なんと100%のネズミが1匹残らず脳卒中である世行きです。というこうとは、この2つから見てわかりますように、塩分は確実に血圧を上げるだけではなくて血管系をも弱くして脳卒中を引き起こす。その次に、豚肉を与えたネズミは2%しか脳卒中にならなかったという事実。このことから、肉は脳卒中に対して、きわめて有力な効果を発揮するということがわかります。そして魚を与えられた集団は、脳卒中を減らすと同時に、主として心臓病の発病を押さえ込むという役割が認められております。

そういう意味で、私は肉と魚が争って大喧嘩するのではなくて、脳卒中を抑える主役はやはり肉である、心臓病を抑え込む主役は魚であるという役割の認識が必要なのではないかというふうに考える

わけです。とくに日本が、文明国の中で最も心臓病が少ないのは、まさに魚の功績です。そして、増えた、増えたと言われる心臓病がじつは減っているのです。この事実がマスコミなどでたいへん誤解されていることです。

たとえば、20年前に心臓病で10万人死んだ。20年後の今日、12万人死んだ。差し引き2万人増えたなどというのは中学生の、あるいは小学生の言うことです。私たちはこういう状況を減ったと言います。心臓病が減ったと言うのです。なぜ数の上で2万人増えたのが減ったんだろう、というふうに不思議に思われるでしょう。その内訳を言いますと、40代と70代の人々の心臓病にかかり死ぬ割合は25倍も違うのです。40代の25倍も70代は心臓病で死ぬのです。ですから、70代の人口がちょっとでも増えたら国民全体の死亡数が増えることは、これは誰だってわかるわけでありまして。年齢別に見ていくとどの年齢でも心臓病は確実に減っています。ところが全部まとめると増えているのです。この悪戯は、70歳、80歳という人口が増えたからであります。老人が増えれば、若者の25倍も脳卒中や心臓病を起こすのですから。この20年間に老人人口は2倍になり、若い人口が相対的に減った、その中でたった2万人しか増えていない。年齢別に見ると、どの年齢でも12%減っているのです。ですからわが国は、世界でいちばん現在心臓病の減っている国というふうに、WHOが認定しているわけです。日本ほど心筋梗塞の減っている国はない。そういう意味で、日本が史上かつてなく戦後から現在に至るまでお魚を食べてきた効果は、みごとに発揮されているわけでありまして。

そういう意味で私は、心臓病を克服して、アメリカ、ヨーロッパ

性・主要死因別修正死亡率および指数の年次推移 (昭和35、40、45、50、55、60年)

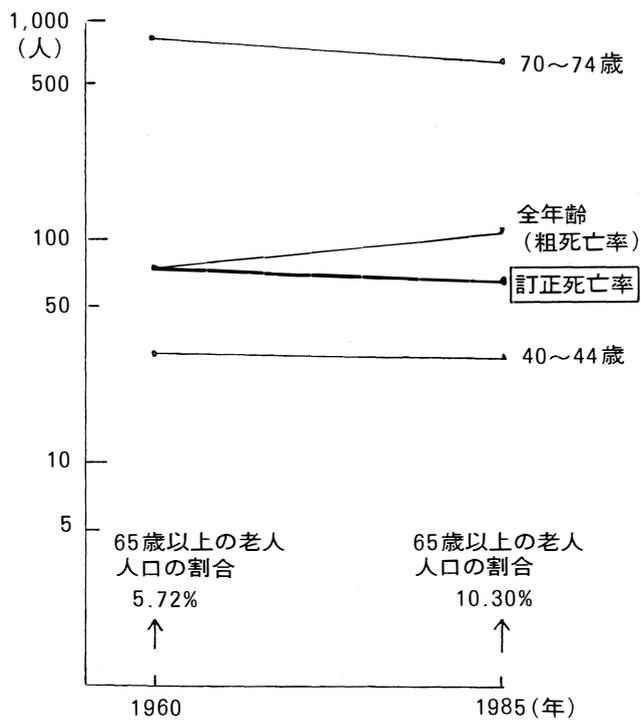
男

	修正死亡率										指数		
	全死因	5. 6 结核	28-37 恶性肿瘤	29 胃の恶性肿瘤	33 気管支の恶性肿瘤	35 子宮の恶性肿瘤	46 51-52 54-56 心疾患	48-49 高血压性疾患	58-60 脑血管疾患	62.63.66 肺炎および気管支炎		73 機お肺性よ肝び硬変	E104 自動車事故
昭和35年	823.0	43.1	111.0	57.3	7.9	-	75.8	16.0	172.1	53.2	12.4	23.3	25.1
40	735.5	28.6	114.4	55.5	10.5	-	74.4	17.5	177.8	37.7	12.6	25.6	16.3
45	653.4	18.4	114.0	50.0	12.6	-	75.2	13.6	157.9	31.3	15.0	30.8	15.4
50	532.8	10.5	111.9	43.7	15.3	-	68.5	11.2	120.8	27.0	15.9	19.1	18.6
55	469.3	5.7	116.1	37.8	18.7	-	72.8	6.7	90.3	23.4	15.2	14.8	18.6
60	413.8	3.4	116.1	31.1	21.0	-	67.0	4.0	59.3	24.4	13.4	15.0	20.0
昭和35年	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	-	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
40	89.4	66.4	103.1	96.9	132.9	-	98.2	109.4	103.3	70.9	101.6	109.9	64.9
45	79.4	42.7	102.7	87.3	159.5	-	99.2	85.0	91.7	58.8	121.0	132.2	61.4
50	65.1	24.4	100.8	76.3	193.7	-	90.4	70.0	70.2	50.8	128.2	82.0	74.1
55	57.0	13.2	104.6	66.0	236.7	-	96.0	41.9	52.2	44.0	122.6	63.5	74.1
60	50.3	7.9	104.6	54.3	265.8	-	88.4	25.0	34.5	45.9	108.1	64.4	79.7

女

	全	5. 6	28-37	29	33	35	46 51-52, 54-56	48-49	58-60	62, 63, 66	73	E104	E115
	死	結	悪性新生物	胃の悪性新生物	気お肺 管よの 気管支 の悪性新生物	子宮の 悪性新生物	心 疾患	高血圧性疾患	脳血管疾患	肺炎 および	慢お肺 性よ 肝び 疾患	自動車事故	自殺
	因	核											
昭和35年	692.3	25.6	90.2	34.6	3.2	14.9	70.8	16.3	149.7	45.6	7.2	5.8	18.2
40	605.3	14.2	89.1	33.1	4.3	12.5	68.8	18.3	149.3	33.1	6.2	6.5	11.6
45	525.8	8.2	85.7	30.8	5.0	10.1	69.0	15.5	133.4	26.5	6.3	8.8	11.8
50	433.1	4.3	81.5	26.4	5.4	8.3	63.1	14.1	108.5	22.8	5.7	5.3	12.5
55	362.7	2.0	79.2	22.4	6.5	6.3	61.5	9.1	82.9	17.8	5.2	4.3	10.6
60	303.8	1.2	74.6	18.0	7.1	4.8	56.1	5.7	56.1	17.4	4.9	4.2	9.7
昭和35年	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
40	87.4	55.5	98.8	95.7	134.4	83.9	97.2	112.3	99.7	72.6	86.1	112.1	63.7
45	75.9	32.0	95.0	89.0	156.3	67.8	97.5	95.1	89.1	58.1	87.5	151.7	64.8
50	62.6	16.8	90.4	76.3	168.8	55.7	89.1	86.5	72.5	50.0	79.2	91.4	68.7
55	52.4	7.8	87.8	64.7	203.1	42.3	86.9	55.8	55.4	39.0	72.2	74.1	58.2
60	43.9	4.7	82.7	52.0	221.9	32.2	79.2	35.0	37.5	38.2	68.1	72.4	53.9

注：1 訂正死亡率は、昭和35年の全国性別人口を基準人口とした人口10万対の率である。  
 2 死因は、第9回修正国勢調査に基づき死因簡易分類によった。



心疾患死亡率の25年間の動向 (男・人口10万対死亡率)

型にならないための保障としての魚の位置づけが、どんなに大きいものであるかを我々は認識することが必要です。また、それと同時に、「魚だけ食べていればいい、肉はもう食べるな」という宣伝をするのではなく、脳卒中を克服するという意味での肉の役割は、動物蛋白の中でやはり大きいこと、したがって、その持ち場を両者が的確に守って、消費者が的確にこれを選択して食べることが、いちばん望ましいと考えるわけです。

たとえば、現在魚は可食部分で1日90グラム食べておりますし、肉は70グラム近辺であります。そういう意味で魚のほうが20グラム多いわけです。この割合、これが大事なのであります。肉の食べ方を見ますと、たとえば日本が70グラム、アメリカが320グラム、ヨーロッパが200グラムという、1人1日このように違うわけです。脳卒中が欧米には少なく、そのかわりに心臓病が多い理由も、これで完全に認識できるわけです。さて魚の食べ方ということになると、日本は断然世界一、90グラム。アメリカの10倍以上を食べております。このことが、アメリカなどに比較して文明国の中でいちばん心臓病の少ない国日本、というものをつくり上げてきて、なおかつ現在も、たくましく心臓病の減っている国という位置づけをさせているのです。日本は、そういう意味では、偶然にも肉と魚を戦後最大限に現在食べている時期に遭遇しているわけであります。その両者を手にかけているわけです。これが世界一の長寿をつくった最大の理由なのです。

主要国の死因別死亡率（人口10万対）

国	年次	総数	結核	悪性 新生物	糖尿病	高血圧性 疾患
アフリカ						
エジプト	1980	996.1	4.6	18.3	7.1	22.2
アメリカ						
ブラジル	1980	618.1	5.8	49.1	8.6	10.5
カナダ	1984	698.7	0.5	178.0	13.3	5.2
チリ	1983	636.0	8.2	101.9	11.5	8.5
コスタリカ	1983	387.3	2.8	76.2	8.5	3.6
エルサルバドル	1983	625.3	4.3	19.2	5.4	0.8
メキシコ	1981	595.5	8.5	39.2	21.7	4.9
フェルトリコ	1983	658.4	3.2	105.3	31.1	31.7
アメリカ合衆国	1982	849.9	0.8	186.7	14.9	13.5
アジア						
ホンコン	1984	476.9	7.1	137.0	4.1	17.2
イスラエル	1983	673.2	0.9	124.4	10.7	11.0
日本	1984	616.8	4.1	151.9	7.9	10.9
シンガポール	1981	526.1	9.0	107.1	15.1	14.1
ヨーロッパ						
オーストリア	1984	1,171.5	3.0	254.2	15.5	26.2
ブルガリア	1983	1,143.1	3.8	157.3	14.7	24.7
チェコスロバキア	1983	1,212.6	1.8	231.8	19.2	9.1
フランス	1983	1,022.6	2.4	235.6	13.2	10.0
東ドイツ	1984	1,326.8	2.2	216.7	33.2	97.6
西ドイツ	1984	1,137.8	1.7	259.6	18.0	17.9
ギリシア	1983	920.0	2.9	178.2	34.8	16.8
ハンガリー	1984	1,375.2	6.9	267.4	19.7	17.9
アイルランド	1983	940.0	2.2	184.5	8.0	17.6
イタリア	1981	965.1	2.3	219.0	29.3	29.3
ルクセンブルグ	1984	1,120.1	0.5	260.9	23.5	15.0
オランダ	1984	830.9	0.2	227.6	11.7	4.9
ポーランド	1984	988.5	5.6	179.0	15.2	22.6
ルーマニア	1983	1,037.1	3.8	128.1	6.3	82.0
イングランド・ウェールズ	1983	1,167.3	0.9	267.8	9.1	9.5
ユーゴスラビア	1982	897.7	6.5	135.8	8.5	30.2
オセアニア						
オーストラリア	1983	715.8	0.5	166.4	11.0	7.2
ニュージーランド	1983	811.9	0.4	185.4	11.5	8.2

資料：United Nations, "Demographic Yearbook" 1985年度版

心疾患	脳血管 疾患	肺 炎	気管支炎 ・肺気腫 ・喘息	慢性肝 疾患 肝硬変	腎炎・ ネフローゼ	自動車 事故	自殺
29.1	11.2	40.9	47.8	9.4	4.4	6.3	0.0
43.5	51.4	29.2	7.3	7.9	5.5	16.4	3.2
192.2	55.3	21.1	8.9	8.8	6.2	15.8	13.7
67.6	58.7	35.4	15.3	35.0	6.4	0.1	0.7
53.7	27.8	12.2	6.9	5.8	4.4	8.2	5.4
17.4	17.3	12.1	18.5	6.2	2.7	13.8	11.7
23.4	21.9	45.2	16.3	20.9	10.1	24.5	1.7
99.3	40.2	35.0	10.2	24.3	12.0	16.3	10.0
241.0	67.9	20.7	8.4	11.9	7.8	19.2	12.2
45.9	60.2	35.1	12.3	5.7	17.8	5.5	9.3
142.3	74.5	17.1	4.6	5.2	13.4	10.6	6.0
42.5	116.7	32.4	11.2	14.2	10.6	10.2	20.3
87.4	58.9	52.5	8.3	5.7	11.8	11.5	7.8
209.0	187.8	19.0	31.4	0.8	4.3	24.0	26.9
203.2	246.4	51.2	28.0	13.9	6.2	11.1	13.4
292.1	201.4	46.3	30.6	24.3	9.6	11.4	19.2
97.9	117.6	12.7	13.8	25.7	10.8	20.1	21.8
190.9	121.4	23.6	40.3	15.2	5.2	12.0	-
224.6	152.3	26.8	36.0	23.7	7.9	15.9	20.5
98.8	178.0	15.3	17.1	10.4	18.6	21.0	3.7
269.0	219.6	10.0	51.1	43.1	4.9	15.3	45.9
248.5	106.2	62.7	27.2	2.9	12.3	-	-
140.6	132.7	23.1	33.2	33.6	7.2	18.3	7.0
182.3	188.1	20.8	27.6	25.7	0.7	19.4	18.9
175.1	84.4	21.5	19.3	5.2	9.2	11.3	12.4
97.8	62.1	18.0	30.4	11.3	9.1	14.6	14.0
144.8	148.6	46.3	44.9	32.3	8.3	-	-
321.0	136.5	111.8	34.3	4.4	9.5	10.2	8.6
71.2	105.1	25.1	21.0	21.7	9.5	21.1	16.1
206.6	82.3	10.9	13.6	7.6	6.7	18.4	11.2
223.1	91.7	39.8	23.2	3.8	6.1	19.5	11.0

## ● 高齢化社会の新たな問題

長寿の国となることは、高齢人口を増やすことを意味します。高齢人口が増えれば、今度は別な意味の恐ろしさが加わります。たとえば全年齢ごとの死亡率を見ますと、癌が第1位。第2位が心臓病、第3位が脳卒中ということになりますが、65歳以上に限定すると、老人の中で言いますと依然として脳卒中が最大の脅威なのであります。老人人口の35%から40%が脳卒中で死んでいきます。そして第2位には癌がまいります。癌は脳卒中のなんと1/3くらいの数しかありません。心臓病もそれとほぼ同じ。またそれとほぼ同じに肺炎があります。この4つの病気で日本人は老人になると死んでいくわけです。

問題は、この脳卒中で死んだ数とほぼ同数が、いわゆる死なないで生き残るという事実であります。この生き残った人がどういうことになるかという、これがボケ、寝たきりの生産源となり、その60%を占める。ですから日本人のボケ、寝たきりは、この脳卒中の後遺症の方で6割方を構成している、こういうことであります。これが5%日本の老人人口にあるわけですが、これから長生きしてまいりますと、老人後期と呼ばれる人口が増えてまいります。老人後期とは75歳以上であります。75歳以上の割合がものすごく今後増えてまいります。そうするとボケのパーセンテージは、老人人口の中で5%から8%以上になるだろう、そういうふうに推定されるわけです。そしていまから20年後に老人人口が20%になると、2,500万の老人の中の大体8%がボケ、寝たきりという運命が待っている。こういう現実を、我々は冷静に認識しなければなりません。

そういう意味で、世界に類まれな魚主導型で、それに肉と牛乳が続くという形で健康を樹立したわが国の食生活の、いずれを崩すことによっても、日本人の幸せは得られないというふうに私は考えております。

そして問題は、まだあります。老年者になりますと、女性の場合深刻な問題が起きてまいります。それは、女性が男性より5年長く生きるという現実であります。同年生まれの男性に比べ、女性は5年長生きするのです。夫婦間の年齢の差が、現在日本では統計学的に3歳です。したがって、日本の妻という名前のつく女性は、夫という存在を失って後8年間生き残る、これが日本の妻の定義であります。日本の妻とは8年1人で暮らすもの、夫は8年前に失っている。80代の女性たちが、8年1人で暮らさなければならぬ、これが日本の高齢化社会の最高の問題になります。ですから、このときに起こる病気、これがいちばん女性にとっては辛い病気になるわけです。それが何かといいますと、男性と同様に脳卒中、心臓病、癌、肺炎という病気では死んでいきますが、死なない病気が女性をこの時期襲うわけでありまして、それが骨粗鬆症と呼ばれる病気です。

この病気は戦前はまったく問題になりませんでした。人生五十年の時代なら考える必要がなかったのであります。ところが、古くからこの病気はヨーロッパでは問題になっておりました。ヨーロッパの魔法使いのおばあさんの絵を想像してください。あの絵がこの病気の絵なのであります。いわゆる腰が曲がって、皺だらけ、そして足が思うように動かない。もう腰は直角に曲がっているというような、ヨーロッパの魔法使いのおばあさんの絵こそが、19世紀までヨ

ヨーロッパにたくさんあった骨粗鬆症の絵なのであります。

### ● 骨粗鬆症とカルシウムについて

骨粗鬆症についてわかりやすく申し上げます。人間は性ホルモンが支え棒になって骨からカルシウムが逃げないようにしているのですが、男は75歳まで緩やかに男性ホルモンが低下していくので、75歳までは子供をつくれるわけです。ところが女性は残念ながら50歳でそれは不可能になるのです。生理が止まれば、女性ホルモンはストンとなくなってきました。したがって男性と違ったホルモンの状態になります。これが、骨からカルシウムの抜ける最初のいきさつであります。骨からカルシウムがどんどん抜け出すのでは、男性の数倍の量であります。女性の骨はまたたく間に穴だらけ。カルシウムが抜け出して穴だらけの、いわゆる軽石のような骨に転換いたします。転べばすぐ足の付け根を骨折する。大腿骨、骨頭骨折という、これはセラミック、瀬戸物で取り替えなければなりません。あるいは骨を切って金属で関節を作り直します。そういう重大な状況に陥ります。転んで手をつけば、畳の上で転んでも前腕部を折ります。そして腰のいちばん下の背骨が潰れ、折れて、だんだん曲がってくるわけです。男性は腰曲がりがありません。腰曲がりとはおばあさんの専売特許です。しかもそれは、魔法使いのおばあさんの絵に象徴されるように、ヨーロッパでも同じでした。ところがヨーロッパの骨粗鬆症は、いまでもかなりありますが、少なくとも腰曲がりや姿勢を消しました。これは、ヨーロッパが500ccという牛乳を1人1日飲むようになったときに、解決されてしまったわけです。

さて、問題はわが国です。わが国は現在 100cc牛乳を飲んでいると言われておりますが、いわゆる骨粗鬆症は依然として重大な問題として存在しております。

この問題に対してこういう意見があります。小魚を骨ごと食べていれば、カルシウムは世の中でいちばん豊富に骨に含んでいるのだから、これだけでいいのではないか、という説なのでありますが、これはあまりおっしゃらないほうがいいと思います。これは駄目だというのが大半の説になっているからであります。魚の骨は主役になり得ない。重要な脇役の役割である、こういう認識に現在は一致しているようであります。それは骨の吸収がそのままの形態ではできない。10%から20%、最大限30%カルシウムを吸収すると言われてはおりますが、おばあさんたちの入れ歯はガタガタなのであります。入れ歯ガタガタのおばあさんが骨をかじっても、あまり消化はよくないという重大な問題があります。また、このカルシウムを骨ごと食べるというやり方は、なかなか通用いたしません。そういう意味で、いわゆる小魚の骨を活用する方法というものを、水産業界では大きく別途考えられるべきではないかと、こういうふうには私と思っています。

また、近いうち厚生省は、カルシウムの所要量を変えることを考えておまします。これは学者たちから、生理の止まった女性に対しては、1日 600ミリといういままでの定義をやめて 1,000ミリないしは 800ミリに変えるべきだという意見がずっと強烈に上がってきているからです。

もしも 800ミリに変えろということになりますと、大体の学者た

ちは、半分を牛乳で、半分のうちの大半を水産物でというような目安を考えているようです。そうなりますと、魚はもっといままで以上に、カルシウムを供給する源とならなければなりません。牛乳もまた同じであります。そういう意味では、副次的なカルシウム補給源としての海草、あるいは野菜のブロッコリーなどが、大事なカルシウムの補給源として尊重されなければならないということになるだろうと思います。もちろん小魚の骨は従来どおり。さらにそれを加工した何らかのものが高齢女性用のために愛用されなければならない。そして同時に、牛乳が定着しなければならない。これがどうやら骨粗鬆症の明日の対策になるであろうというふうに想像されます。そうして日本人の高齢女性に骨粗鬆症、腰曲がり、骨折で寝たきりになるような女性をなるべく減らしていかなければならない。

### ●今後の望ましい魚のとり方

日本の高齢化社会の中でもっとも心配されるのは、亭主が脳軟化で垂れ流し、言葉しゃべれず手足動かず、女房が骨折して脇で唸って寝ているという、この夫婦像であります。こういう状況の夫婦がこれから多数増えることだけはもう否めません。脳卒中や骨粗鬆症をいかに減らしていくか、かからせないようにするか、同時にいままでもっとも心配される心臓病を減らしまくるかという、これが問題であります。そこでは、動物蛋白が大事な役割を占める。その中で魚は、量においてトップの量をとらなければならない。わかりやすく言えば、1人1日100グラム以下の魚を食べているような人は見込みはないという、はっきりした強烈な1つの柱を打ち立てるべきでしょう。肉

は食べてもいいけど、魚を越えてはならないという1つの歯止めをかけつつ、私たちはこの動物蛋白を確保していく、という考えであります。そうでないと、わが国の高齢化社会はまことに哀れな萎んだ社会になってしまいます。

魚にとって、仲間となるのは、おそらく多くの方がお米だと思っているようでありますが、それはたしかに、ある側面では正しいのであります。私たちは、主食の問題について次のように話しております。パン食というのはあまり望ましくない。私たちが動物蛋白の重要性を強調するのに、なぜパンを望ましくないと考えるか。1食ぐらいなら目をつぶってもいいけれども、2食食べるようになったら許されないということを言っているわけです。

栄養学的には、米もパンも何ら変わりません。なのになぜ米を主張するかといいますと、日本人はパンを食べますと、食べ物の1つと考えず、米の代わりだと考えます。主食と位置づけてしまいます。ヨーロッパの人間やアメリカ人はパンを主食だなんて誰も思いません。食べ物の1つだと思っているにすぎない。ところが日本人はパンが現われると、米の代わりだと考えてしまうわけです。そうするとこのパンを主食とする組み合わせとして、登場しなくなるいくつかの食品があります。それは刺身であり、あるいはパンとサンマの塩焼きなどという組み合わせはあり得ないのでありまして、サバの味噌煮などというのも出てきません。パンの登場は明らかに魚を日本人から激減させる危険性を持つ。したがって私は、魚がいちばん嫌う相手は肉ではなくてパンだと位置づけをするべきだ、というふうに考えているわけです。

そして逆に、今度は米はといいますと、戦前ある意味では魚は米が敵だったのです。ところがいまは米は魚の場合、またとないパートナーになってきています。それはどういう意味かといいますと、お米との組み合わせにおいては、生魚、煮魚、焼き魚、フライ、いずれも明確に組み合わせが可能です。肉の場合、焼き肉、すき焼き、しゃぶしゃぶ、ステーキ、いかなる形態でも米との結びつきは可能です。そういう意味で、「偏食をつくらぬ主食」という位置づけを米に与えるべきであります。そういうふうにして、米との結びつきを強化するという方向で、米との共存を考えていく時代が来たのではないかと思います。もしも、食生活を崩す危険があるとすれば、魚にとってはパンが最大の敵になり得る可能性がある、というふうに位置づけておかないと、まちがった戦略を歩みかねないのではないかと思います。

### ● 子供にとっての魚食と箸の重要性

とにかく食べ物は、選択がかなり難しいいろいろな問題があります。しかし、私たちはいま、子供のことを真剣に考えなければならぬ時代にきています。老人のことを心配すると同時に、子供のことも真剣に考えなければなりません。老人には、肉と牛乳を与えることがもっとも最大の課題ですが子供には、魚を与えることが最大の課題になっています。

といいますのは、子供のアンケート調査をみたり実際に我々が子供の血液を採ったりして調べていきますと、こういう結果が得られます。子供が好きだというものの中に、5つ挙げさせますと、必ず

お刺身かお寿司は入ってくるのです。にもかかわららず、嫌いだというものの中に焼き魚と煮魚が入ってきている子供がたいへん多いのです。これは、子供が魚を嫌っているのではありません。お箸を使えなくなった子供が、魚の骨をほぐすのが面倒くさいからなのです。

箸を正しく持たせる教育。そして同時に、きょうはどんな食べ物が食卓に登場したのか。その食べ物はどういうところで採れるものなのか、せめて3分や5分、教師たちが子供と食事を共通にしながら語らい合うような時間をもつこと、こういうことが、本当にたいへん重要だと思うのです。

家庭でも、箸を持たない子供にはめしを食わせないぐらい厳重なしつけを、お箸に対してやらなければなりません。箸を持たないということが、いちばん魚にとっては恐ろしいことなのです。魚食がもし減るとすれば、日本人が箸を持たなくなったところに私はきっかけがあると将来指摘されるだろう、というふうに考えております。お箸を持つ教育、これを徹底的に普及させていただきたいものと考えております。

最後に一言だけ。魚は現在90グラム食べられている、これをぜひとも100グラム以下に落とさないという位置づけを目標として持っていたきたい。我々はこれからも魚は100グラムという形で浸透させていきたいというふうに考えております。1人当たり100グラムを割ってはならない。そして、それよりも低い形でほかの動物蛋白を位置づけて、トータルとして、たとえばヨーロッパが200グラムを肉だけでほぼとっているのに対し、私たちは100グラム以上の

魚と、それから肉を足し上げていって、トータルでヨーロッパの200グラムに匹敵するような蛋白のとり方をしていきたいと思っています。

なにしろ、日本人が魚と米を残したことが欧米型に日本がいかなかった、歯止めがかかった最大の理由です。そういうことを考えますと、ぜひとも今後は米を1膳は食べるようにと。米は2膳食べるようになると、はっきりいって魚が減るんですね。皆さん米を2膳食ったら魚も2倍食うと思っていらっしゃるかもしれませんが、絶対そうではないのです。米を2膳、3膳食べるようになると、むしろ魚は減るのです。要するに米食の過食が戦前はいちばんいけなかったことであり、それが塩分の強い、いわゆる味噌汁、漬物を選ばせる結果になります。むしろ米食は1膳、そして副食を豊かに。その主な柱が魚という位置づけをされれば、もちろん魚というものは1日に1回以上は必ず食べるものと。こういうイメージを定着させることによって、魚を主菜の、おかずの大黒柱という位置づけをさせることで、まちがいはないのではないかと、いうふうに考えるわけです。ごはんをたくさん食べるいわゆる昔の農民型食事はけっして魚の消費を拡大することにならない。むしろ、主食を1膳に押さえながら、副食をバラエティに富んだ豊かなものへ。私はいつでも、2膳食べる人間を無駄めし食いと言うという、そういうような定義をしているわけです。

以上で終わらせていただきます。

## 外食産業の食材（水産物の役割）

外食産業総合調査研究センター特別研究員  
株式会社オフィス・ジェイ・ワン代表取締役  
秋山登志夫

### ● 食生活の変化と外食産業

なぜいま外食産業なのかという問題から、お話ししたいと思います。いま食をめぐるいろいろな問題がテレビでも、あるいは雑誌でも、あるいは単行本でも取り上げられております。そういう意味で食というものが非常に社会的に興味を注がれているというふうに言ってもいいのではないかと思います。

なぜ食がそれほど問題になっているのかということにもなりますが、たいへん変化が激しく起きている時代なのではないかと思えます。つまり、いろいろな方向で変化が同時に起きている。

それは、よく言われますように、家庭生活というものがたいへん変わってまいりました。1つは、奥さま方が外に働きに出る。大体いま6割の主婦が外に出ているというふうに言われておりますけれども、専業主婦の割合が減ってきてしまった。それから、高齢者という問題が出てきております。もう1つは、単身者がたいへん増えております。現在東京の場合ですと、1/3近くまでが単身者というような数字も出ております。非常に家族の構造そのものが変わってきてしまったということが、1つの大きな変化の表われになります。

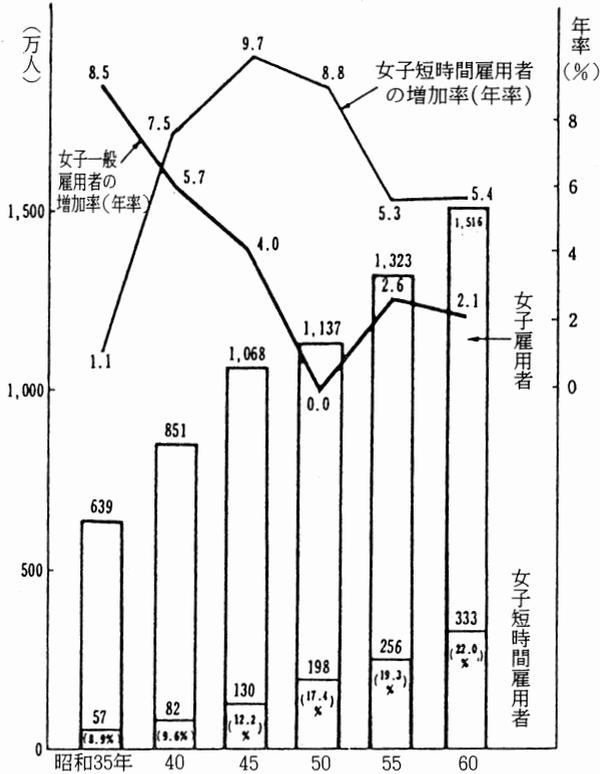
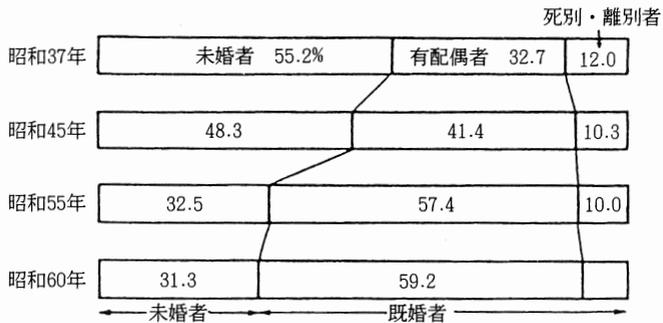


図 女子雇用者数および増加率の推移 (非農林業)

資料) 労働省婦人局「婦人労働の実情」昭和61年版による。



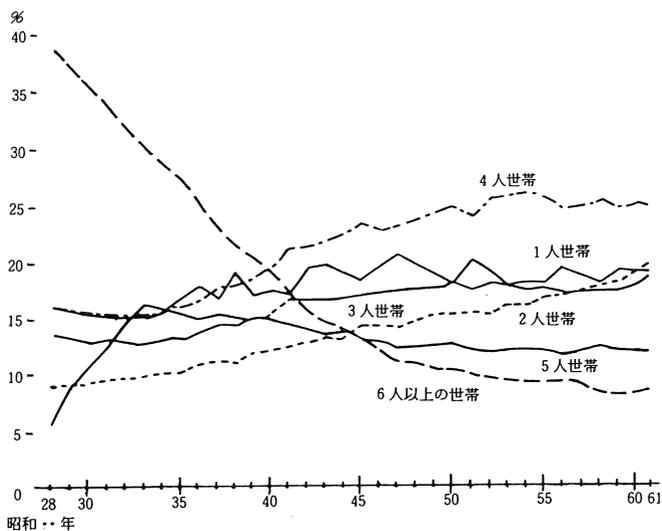
配偶関係別女子雇用者構成比

資料) 前掲書

年次	実数		構成比(%)	
	総数	高齢者世帯	総数	高齢者世帯
昭和30年	18,963	425	100.0	2.2
40	25,940	799	100.0	3.1
50	32,877	1,619	100.0	4.9
51	34,275	1,894	100.0	5.5
52	34,414	1,921	100.0	5.6
53	34,466	2,027	100.0	5.9
54	34,869	2,259	100.0	6.5
55	35,338	2,424	100.0	6.9
56	36,121	2,537	100.0	7.0
57	36,248	2,687	100.0	7.4
58	36,497	2,792	100.0	7.7
59	37,338	3,021	100.0	8.1
60	37,226	3,110	100.0	8.4
61	37,544	3,320	100.0	8.8

(資料) 厚生省「国民生活基礎調査」昭和62年

世帯人員別にみた世帯数の構成割合の年次推移



(資料) 厚生省「国民生活基礎調査」昭和62年

それから、やはり社会といいますか、家庭にかなり近い話ですが。皆さん車を持たれる。東京の方は、私も持っていないのですが、あまり車を使われていないわけですけれども、地方の方は家に1台や2台車があるのは当たり前という時代になっております。地方に行きますと、駅前の商店街というのはたいへん衰退していて、それに代わってロードサイドというふうに言いますが、郊外の幹線沿いに外食も含めてですが、いろいろな商売が出てきておまして、ロードサイドが非常に隆盛を極めております。その意味でクルマ社会に、どんどん移ってきております。ウォーターフロント開発など、都市周辺では非常に大規模なショッピングセンターというのが現在つくられつつあります。たとえばコンビニエンスストアというのが、いまセブン-イレブンさんは3,000店舗を超える店舗数を持つようになっておりますけれど、たくさんあります。人々の周りの商業の空間というものもたいへん変わってきております。ですからもうどこでも、すぐにでも食品が手に入るわけです。以前のように家にかなりストックしておく、たとえば、何日間分とか、あるいは下手をすると何ヵ月分も冬場のために食料を保管しておくなんていう、そういう時代ではないわけです。車で5分も走ればどんなところでも、何時でもモノが変えるという、そういうスタイルになってきているわけです。

それからもう1つは、サービス産業が大きな比率を占めるようになりました。サービス産業というのはいったい何かといいますと、もちろん外食も入っておりますし、デパートも入ってますし、スーパーも入っているわけですが、あるいは宅配便だとか、そういう物

流業者だとか、あるいはコンピューター産業だとか、銀行だとかという、いろいろなものがあるわけです。そういったサービス産業に従事する人たちの、いわゆる食事のとり方です。じつはかつての工業化社会、農業のときはまた別だったのですが、工業化社会の中では、朝、たとえば7時に起きて、ごはんを食べて、8時に会社に行って、それから夕方5時に帰ってきて、夕ごはんを食べる。お昼ごはんは、12時から1時まで、というような形で、かなり食事のパターンというのが決まっていたんです。ところがサービス産業というのは、皆さん方もよくテレビだとか新聞だとか、見られてわかると思うのですが、たとえば現代の金融機関は24時間体制です。工場でもプロセス産業というのは24時間体制だったわけですが、それらと違ってサービス産業というのは食事の形が決まらないということがあります。テレビで、証券会社のディーリングルームを中継してますけれども、非常に食事がとりづらくなっております。12時から1時までは食事の時間だと言って席を離れているうちに、相場がガラガラ変わって、あっという間に何百億円も損をしたとというような話が出てきてしまうわけです。あるいはソフトウェアを作っている方も、作り始めるとなかなか食事も充分とってられないといいますが、とってられないということはないのですけれども、やはり気持ちの問題として落ち着かないというようなことがありまして、サービス産業の人達の中では食事をきちんと3度とるという形が崩れてきております。

いろいろな意味で家庭の問題だとか、あるいは社会の問題だとか、あるいは個人の問題だとかということで、食というものが変わって

小売業 業態別の商店数、従業員数、年間販売額

業 態 別	商 店 数 ( 店 )					従
	57年	60年	構成比(%)		60年	57年
			57年	60年	57年(%)	
小 売 業 計	1,721,465	1,628,644	100.0	100.0	- 5.4	6,369,426
1.百貨店計	461	428	0.0	0.0	- 5.0	201,396
(1)大型百貨店	416	403	0.0	0.0	- 3.1	197,794
(2)その他の百貨店	45	35	0.0	0.0	-22.2	3,602
2.総合スーパー	1,293	1,389	0.1	0.1	7.4	175,858
(1)大型総合スーパー	1,063	1,198	0.1	0.1	12.7	158,599
(2)中型総合スーパー	230	191	0.0	0.0	-17.0	17,259
3.その他の総合スーパー	214	245	0.0	0.0	14.5	2,058
4.専門スーパー	5,495	5,873	0.3	0.4	6.9	193,537
(1)衣料品スーパー	606	520	0.0	0.0	-14.2	19,779
(2)食料品スーパー	4,358	4,707	0.3	0.3	8.0	161,564
(3)住関連スーパー	531	646	0.0	0.0	21.7	12,194
5.コンビニエンスストア	23,235	29,236	1.3	1.8	25.8	129,996
うち特殊タイプ店	-	18,436	-	1.1	-	-
6.その他のスーパー	58,777	59,643	3.4	3.7	1.5	327,647
7.専門店	1,093,601	1,004,883	63.5	61.7	- 8.1	3,707,727
(1)衣料品専門店	-	149,246	-	9.2	-	-
(2)食料品専門店	-	290,789	-	17.9	-	-
(3)住関連専門店	-	564,848	-	34.7	-	-
8.その他の商品小売店	536,934	524,885	31.2	32.2	- 2.2	1,621,378
(1)各種商品小売店	2,117	1,416	0.1	0.1	-33.1	7,073
(2)衣料品中心店	76,708	74,232	4.5	4.6	- 3.2	297,043
(3)食料品中心店	282,385	271,593	16.4	16.7	- 3.8	723,967
(4)住関連中心店	175,724	177,644	10.2	10.9	1.1	611,295
9.その他	1,455	2,052	0.1	0.1	41.0	9,829

業 員 数 ( 人 )				年 間 販 売 額 ( 百 万 円 )				
6 0 年	構成比 (%)		60年	5 7 年	6 0 年	構成比 (%)		60年
	57年	60年	57年(%)			57年	60年	57年(%)
6,328,614	100.0	100.0	- 0.6	93,971,191	101,719,064	100.0	100.0	8.2
188,991	3.2	3.0	- 6.2	7,314,060	7,779,717	7.8	7.6	6.4
185,968	3.1	2.9	- 6.0	7,207,984	7,696,326	7.7	7.6	6.8
3,023	0.1	0.0	-16.1	106,076	83,391	0.1	0.1	-21.3
191,720	2.8	3.0	9.0	5,175,873	5,914,353	5.5	5.8	14.3
177,368	2.5	2.8	11.8	4,711,995	5,537,054	5.0	5.4	17.5
14,352	0.3	0.2	-16.8	463,878	377,299	0.5	0.4	-18.7
2,202	0.0	0.0	7.0	47,452	56,549	0.1	0.1	19.2
218,139	3.0	3.4	12.7	4,985,260	5,772,353	5.3	5.7	15.8
18,279	0.3	0.3	- 7.6	410,013	522,055	0.4	0.5	27.3
183,589	2.5	2.9	13.6	4,120,066	4,788,381	4.4	4.7	16.2
16,265	0.2	0.3	33.4	410,103	522,055	0.4	0.5	27.3
208,036	2.0	3.3	60.0	2,177,609	3,382,902	2.3	3.3	55.3
149,383	-	2.4	-	-	2,345,248	-	2.3	-
368,635	5.1	5.8	12.5	6,131,619	7,411,837	6.5	7.3	20.9
3,512,449	58.2	55.5	- 5.3	45,996,058	46,793,784	48.9	46.0	1.7
432,044	-	6.8	-	-	5,515,818	-	5.4	-
897,739	-	14.2	-	-	8,547,577	-	8.4	-
2,182,666	-	34.5	-	-	32,730,390	-	32.2	-
1,629,075	25.5	25.7	0.5	21,951,537	24,416,371	23.4	24.0	11.2
5,596	0.1	0.1	-20.9	107,778	101,413	0.1	0.1	- 5.9
268,608	4.4	4.4	- 3.7	3,778,099	3,935,056	4.0	3.9	4.2
716,632	11.4	11.3	- 0.1	8,107,475	8,742,596	8.6	8.6	7.8
638,239	9.6	10.1	4.4	9,958,185	11,637,306	10.6	11.4	16.9
9,373	0.2	0.1	- 4.6	191,723	191,199	0.2	0.2	- 0.3

資料：通産省「昭和60年商業統計表」

きてしまったということがあります。

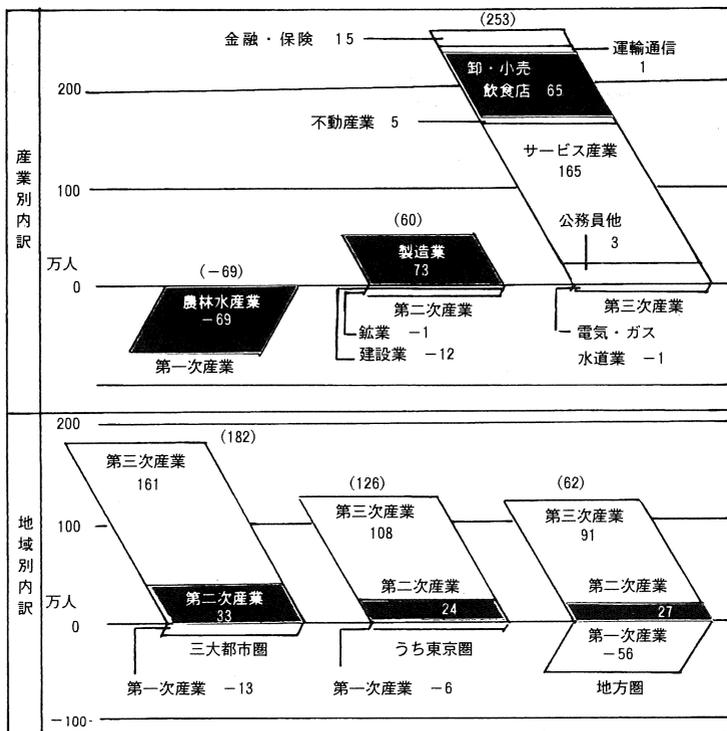
食料需給表や家計調査の結果をよく見られている方たちばかりだと思いますので、申すまでもないのではないかという感じもしますけれども、食料需給表で見ている数字で言いますと、魚介類はけっして減ってないわけです。最近ではむしろ、徐々にですけれども増えるような傾向すらあります。ところが家計消費でみますと、1世帯当りではなくて1人当りにしての話ですけれども、減ってきております。この落差というのはどこから発生してきているのか、という話がこの講演会の主テーマである外食産業ということになるわけです。

この食料需給表では伸びているというのはちょっと語弊がありますが、大体一定しているにもかかわらず、家計調査のほうでは下がってきている。その落差を埋めているものがじつは外食産業と、それから調理食品と呼ばれている惣菜などでございます。つまり、家計で消費される量はジワジワと減ってきているという状態の中で、それに代わって外食なり調理食品なりが増えてきているという状態です。

## ● 言葉のイメージと消費

外食という話に入る前に、もう少し一般的な話をしておきたいと思います。いまは、いわば言葉のイメージというのが、たいへん強く食とか物に関わって出ております。たとえば個食化という問題があります。それからグルメという言葉が、これまた漁業白書にも載っておりますが、そういう言葉がたいへん強く出ております。それ

昭和55-60年における就業者数増加の内訳



注：( )は就業者数の純増

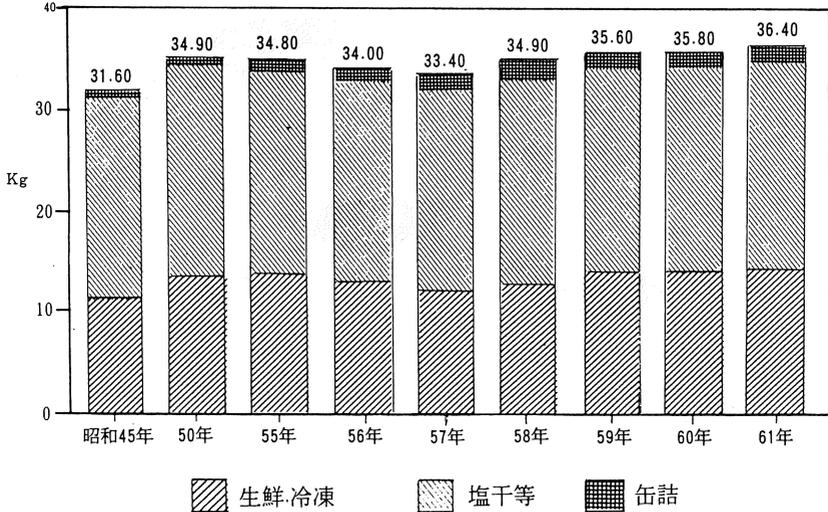
資料：昭和62年版「経済白書」

から、健康とか自然とかいう言葉もたいへん横行しております。これが持っている本当の意味というのはいったい何なのかということは、ほとんど問われないうままに、いわば言葉が独り歩きして、その言葉の独り歩きの中から膨大な需要が発生してくる。いわば、マスコミュニケーションを使った一種の消費拡大と言ってもいいかもしれませんが、言葉が先行しまして、その言葉が持っている意味というよりは、むしろその言葉にとられわてみんなが変わってってしまうという、そのようなことがございます。

魚ばなれという言葉もこういう言葉の一つではないかと思えます。

国民1人1年供給純食材 (Kg)

—— 魚介類 ——

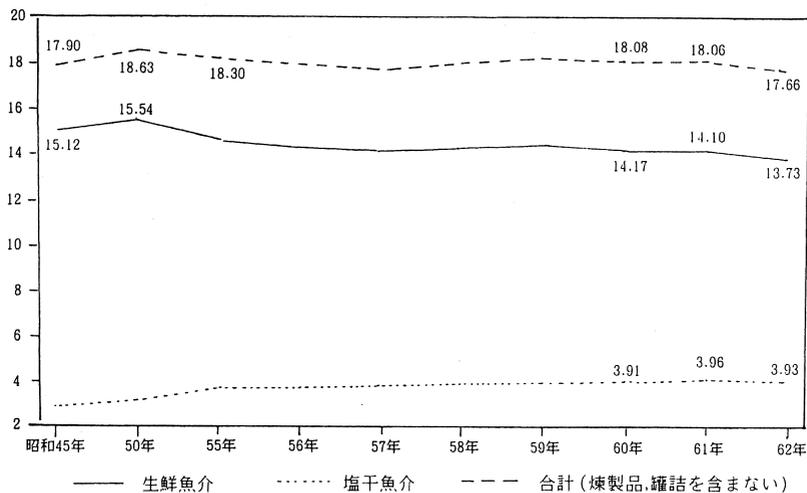


(資料) 農水省「食料需給表」  
1人1年当り購入数量 (Kg)

つまり、魚ばなれというのはいったいつ起きたのかという話になりますと、じつはかなり昔の話だったんじゃないかという気がします。非常に価格が上がって、みんなが肉へ肉へと走った時代が、魚ばなれの時代だったんじゃないかと思うのですが、その言葉がずっと生きているのです。ですから、非常に奇妙といえば奇妙な話が、ときどき起きてきます。言葉というものを、よく考えられたほうがいいのではないかと思います。

また、個食化という問題があります。アンケートをとりますと、個食化が進んでいることがわかります。これは何なのかということですが、みながばらばらに食事をするようになったということがあります。朝・昼・晩と、子供とお父さん、お母さんが揃ってごはん

## 1人1年当り購入数量(Kg)



(資料)総理府「家計調査年報」

を食べることが崩れてしまいました。子供もばらばらに食べる、それから両親もばらばらに食べるという形で、家庭の主婦は1日に6回も7回も食事を作らなくては行けないという形になっております。主婦はたいへんな負担です。つまり、かつては3回ですんだものが、その倍、倍という形で増えてきているわけですから、主婦が怠慢になったということを非難されるわけですがけれども、けっしてそうとも言えない。むしろそういう形に生活がなってきたんだということがあります。そのために、みんながばらばらに好きなものを食べたいという要求もありますけれども、生活そのものが変わってきて、そういう形で個食化が進んでいく、ということが起きます。

それから、グルメという問題が起きてまいります。みんながみんなグルメに走っているなんていうことは、皆さん方も生活を見ていただければよくわかると思います。

先ほどありましたように生活の形が崩れてきておりますから、その崩れた中で食べているものというのは、男であれば、夜帰るのがたいへん遅いわけです。私も帰るのが夜10時とか11時になっているんですが。そうしますと、どうしても夕方近くになると腹がすくわけです。そのときに何を食べるかという、うどん・そばとか、あるいはパンとか、そういう簡便食を食べるのです。そういうものばかりをふだん食べていますから、どうしてもあるときには、グルメという言い方もないですけども、ちょっとたまにはおいしいものを食べたいという気分になるわけです。そのあたりがグルメみたいな話になって横行してまいりまして、変な話が出てくるということになります。

ですからグルメと言っても、非常に高級なものだけ作ってれば大丈夫だというような話ではまったくありません。たしかに、いままでよりはおいしいものを食べたいという欲求はかなり強くあります。それから、アンケートをすれば少々高くてもおいしいものを食べたいという答えが多く出てくることもまたまちがいありません。これはアンケートのマジックですから、実際にお金を出して、果たして買うかどうかというのはまた別ですが、どちらにしろ、かなり高級化が進んでいます。またかなり階層分化が進んできていますから、高級化の要素は強くあります。ですからグルメをコンセプトにした商品開発を進められるわけですけども、その意味が持ってい

ることをよく考えないとひどい目にあいます。

ここに集まっていらっしゃる方は魚を扱っていらっしゃる方たちばかりなものですから、魚という話を最後の概論的な話で付け加えておきますと、魚が素材で売れているという時代は、もう終わりになりつつあります。素材ではたいへん難しいです。つまり、漁業白書の後半に消費者の話がたくさん載っていますから読まれていると思うのですが、骨だとかはらわたを出したりとか、頭を取ったりとか、あるいは生のゴミ処理が面倒くさいとか、そんな話がたくさん出てまいりますが、家庭の主婦が魚の丸ものを扱うということはたいへん難しくなってきました。むしろ刺身のようにすぐ食べられて後片づけもしなくてすむという、そういう商品がたいへんはやっております。食生活の中での魚というものは、シーフードデリカという言い方をしますけれども、魚を使った調理食品としての道を進んできているということになります。

## ● 外食産業の概況

いま現在、外食産業の市場規模というのは、21兆円というふうに試算されております。21兆円というと、皆さんはすごいなと思われるのですが、この中味というのは非常に多種多様です。

食事を主体にしている —— 給食主体という言い方をしますけれども、いわゆる食事を中心にしたスタイルの食堂とか、レストランとか、そば屋さんとか、うどん屋さんとか、寿司屋さんとか、そういうものと皆さん方もよく使われていると思うのですが、官公庁の社員食堂とか、それから学校給食とか、病院の給食だとか、

あるいは社会福祉施設の給食であるとか、そういう集団で食事をする集団給食もこの中には含まれております。いわゆる集団給食以外のものを営業給食と言っているわけですが、それが大体12兆円ぐらいで、それから集団給食が3兆円ほどで喫茶店だとか、ビヤホールだとか、酒場だとか、バーだとか、料亭であるとか、そういう料理や飲料を主体にしたものが約6兆円近くを占めます。ですから非常にいろいろな業種・業態が外食産業の中には含まれております。

外食産業と言いますと、じつは小売業と同じぐらいに多種多様なものによって構成されております。いま申しました食堂とか、レストランとか、うどん屋さんとか、そば屋さんというのは、外食産業の中で業種という区分で言われております。もう1つ、じつは業態という区分がございまして、その業態という区分のものがたいへんな影響力を持っております。

昭和40年代にマクドナルドとか、すかいらーくだとかが誕生してくるわけですが、これらの企業はアメリカの外食産業の手法を取り入れて、チェーン型のレストランというものを経営するようになりました。これが、巨大な変革を起こしております。この人たちというのは、いわば一種のインベーターでございまして、いままでの業界の方たちから言わせると、ああいうものは、いつか亡びるんだというふうに、常に言われ続けてまいりまして、いまでも言われております。いまマクドナルドは、1,000億円を超えております。すかいらーくも1,000億円を超えているわけですが、それでもまあ、あんなものはしょうもないものだというふうに、古くからの業界の方

業種別外食産業市場規模および構成比（昭和62年）

飲食店 87,829(41.2) —特殊タイプ飲食 1,718(0.8)

給食全体 154,980 (72.7)	営業給食 123,054 (57.7)				外食産業 213,146 (100.0)
	食堂・レストラン 59,842(28.1)	そば・うどん店 7,889(3.7)	すし屋 7,797(3.7)	その他の飲食店 33,507 (15.7)	
飲食全体 58,166 (23.3)	集団給食 31,926 (15.0)		社会福祉施設 1,581(0.7)		飲食全体 58,166 (23.3)
	事務所 16,501(7.7)	学校 5,523 (2.6)	病院 8,321 (3.9)	酒場・ビアホール 11,028 (5.2)	
				料亭 26,952(12.6)	
				パー・キャバレー・ナイトクラブ 26,952(12.6)	
				3,765(1.8)	

資料：(財)外食産業総合調査研究センターの推計による。

実数は市場規模値：億円

単位 ( )内は構成比：%

たちには言われております。

業態という言葉が出てきたわけですが、業態という言葉は営業形態というふうなものの略語というふうに言われております。商業の方で、スーパーとかコンビニエンスというような分け方と同じような区分で、ファーストフード、ファミリーレストラン、ディナーレストランというような形での分け方があります。

ファーストフードというのは、マクドナルドとか、ケンタッキーとか、ドトールだとか、それから小僧寿司だとか、ほっかほっか亭だとか、そういうところをファーストフードと呼んでおります。ファーストフードというのは単価が安くて、非常にたくさんのお客を集めて、短時間で料理を提供する業態です。

ファミリーレストランというのは、ファミリーという言葉がありますように、家族で一緒に行っても誰でもが食べられるものが用意されているということがあります。お子さんがほしいものもあるし、お父さんがほしいもの、お母さんがほしいもの全部揃っているそういうメニューによって構成されております。

### ● 外食産業の技術革新

これらはチェーン型のレストランになっているわけですが、いままでのそば屋さん、うどん屋さんの支店とどこが違うのか。昔、のれん分けという制度がありましたけれども、おそば屋さんで何年か修行すると、お店を出すだけの資金なり何なりを貸してもらって、独立してのれんを譲り受けて、同じ屋号で商売をするという、そういうのれん分けという制度があったわけです。あるいは銀行も支店をたくさん持っております。サービス産業において、いろいろな業

種が支店を持って経営おります。

いろいろ支店がありますけれども、チェーンレストランの持っている支店とはどう違うのか。チェーンと呼ばれているものは何が違っているのかと言いますと、標準、スタンダードという点です。すかいらーくのどここの店に行っても、どここの店に行ってもほとんど同じ規模です。ほとんど同じ大きさです。そして、出てくるメニューはまったく同じです。これまたよく注意されるとわかると思うのですが、じつは同じような立地の中に存在しております。幹線道路と、幹線道路に入ってくる小さい道路といいますか、ふつうの道路がありまして、その角に建てるというのが大体すかいらーくの戦略でございまして、そういう意味で標準化というのがたいへん強烈に進んでおります。それがチェーンの技術と呼ばれているわけですが、そういう形で同一の店舗を大量に出店して、大量の店をコントロールするというので、まさに外食産業が大規模な産業になり得たのです。

なぜ、そういうことをやると利益が出、また大量出店ができるかという問題になります。もともと外食というものは個店で運営されておりまして、食材の割合が大体3割から4割、人件費も大体同じぐらいです。ですから、7～8割が食材費と人件費で占められ、粗利益率が2割あるということになります。これが、大規模な店舗を大量に展開することによって、非常に利益が出てまいります。とくに、ファーストフードのように単品メニューというのは、これはもうたいへん利益が出ます。

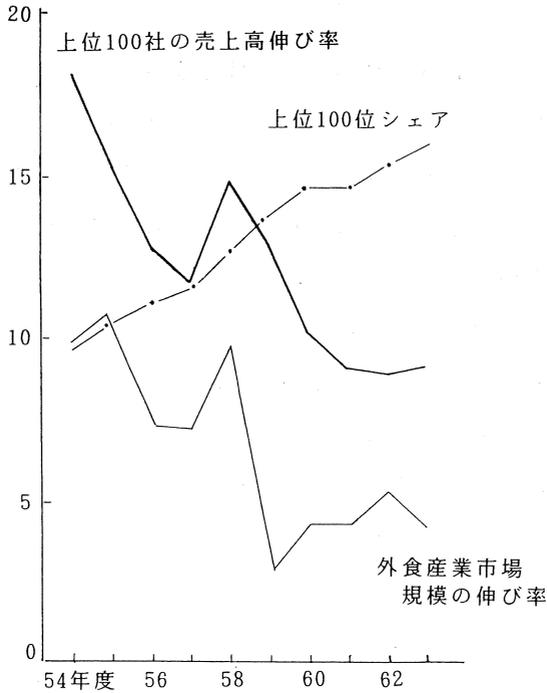
標準化された中で運営しますと、マクドナルドは、よくご存じの

とおりほとんどアルバイトで構成されております。ファミリーレストランも、店長と副店長を除けばほとんどパートで構成されております。人件費はパートとかアルバイトによって構成されている関係で、たいへん安くなります。しかも標準化されているということは、厨房の施設にしても、あるいは店をつくるにしても、ほとんど量産になるわけです。つまり、厨房の施設はほとんど受注生産ですから、チェーンでない場合は、1個や2個を作るわけですが、それを100も200も同じ規格で作り出すということになりますと、厨房の施設の費用だけでも、たいへんなコストダウンになります。店舗の施設についても同じです。それからテーブルとか、あるいは箸とかスプーンとかいうことも、全部同じです。

これは、同じように業態という意味からしますと、業態が確立されているものは外食産業であると言ってもいいと思うのですが、小売業で言いますとコンビニエンスがそれに当たります。コンビニエンスも大体30坪程度の同じ規模です。3,000から3,500アイテムという品目が店に収納されているわけですが、セブン-イレブンがどんな商品でもいいんですけれども、たとえば1店舗で牛乳1本売れるだけでも、3,000店の店がありますからセブン-イレブン全体で1日3,000本売れるわけです。1日3,000本を1つの店舗といえますか、1つのチェーンで販売してくれるということになりますと、食品メーカーは喜びいさんで馳せ参じるということになります。外食産業でも同じことが起きます。つまり、標準化された店舗を大量に持つことによってたいへん力が生まれきます。このため、外食産業が大規模化の道を進むということになってまいります。

すかいらーくの1店舗当りの売上高は2億円あります。マクドナルドもかなり大きな売上があります。このような売上はふつうの飲食店では考えられないような数字なんです。ですから、そういうものが大量にできるということは、たいへんな力の差になってまいりまして、いま中小の飲食店はだんだん少なくなっております。中小の飲食店というのはたいへん経営が苦しくて、後継者がいないとか、そんなこともありまして儲かっているのに閉店になってしまう。それから、これだけ土地が高騰しましたので、首都圏ではかなりの零細な飲食店がつぶれております。だんだん、大手のチェーンレストランがシェアを拡げております。

いま外食産業の伸び率というのは、今年はいよいよ好景気なものですからたぶん5%を突破すると思いますが、ここ5年ほど、大体5%ないし4%というのがこれまでの成長でございます。それに比べてベスト100といいますか、30社でもいいんですが大手企業の伸び率は大体その倍ございます。10%近い伸び率があります。中小が亡んで、大手が伸びていくという構造になっております。サービス産業のすべてがこういう傾向にあると言ってもいいのではないかとってはおるのですが、サービス産業における寡占化という問題が背景にはあります。どちらにしろ、こういう現代的な外食産業というものが、非常に強い影響力を持っていることはまちがいありません。



資料) 日経流通新聞「昭和63年度 飲食業ランキング」  
 外食産業全体伸び率は外食総研の推計より

● 外食産業の食材調達

チェーンの技術という話が出てきたわけですが、これから外食産業における食材調達ということをお話したいと思います。食品という言い方をしないで、食材という言い方をしますけれども、あくまで材料という意味で調達しているわけです。畜肉品から野菜、魚介類、米類、調味料とか、あらゆる品目がこの中に含まれております。

先ほど申しましたように、外食産業の売上高に占める食材の比率というのは大体35%でございます。これは業種・業態によってたいへん差があります。たとえば喫茶店は、皆さんもご存じのとおり、コーヒーの原価はたいへん安いものです。400円で売っていても20

～30円ぐらいです。そういう意味で、業種・業態によって比率がたいへん違いますけれども、おしなべて言えば、35%ぐらいということになります。

チェーンレストランというのは、スーパーマーケットと同じようなものですから、バイヤーがおりまして、その方が買っていくわけです。ただ、これはスーパーとはたいへん違っております。スーパーのマーチャダイジングというものは、だいたいの意味が違います。たとえば、すかいらーくという1,000億を超えるような企業体ですと、バイイングをやっていらっしゃる方たち、購買部門の方たちというのは、5～6人だったというふうに記憶しておりますが、あまり人はおりません。とくにファーストフードの場合には、たいへん購入するアイテムが少ないのです。マクドナルドを思い浮かべればよくわかると思いますけれども、パンと、肉と（ハンバーグのパテと言いますけれども）、レタスと、調味料類と、大体30アイテムぐらいしかありません。ファミリーレストランの場合でも、小売業とは比較になりません。ケタが違って少ないのです。それほど食材の数というのは少ないのです。小売業のマーチャダイジングと、外食産業における食材のバイイングとありますが、購入というものは、たいへんじつは違っております。

外食産業における食材というのは、値段が最初から決まっております。購入価格が最初から決まっているというのが、最大の特性でございます。これは、小売業でも売る単位というのは決まっているんだという言い方もあるかもしれませんが、生鮮品は市況によって決まっています。外食産業の場合は、メニューから決まりま

す。たとえばハンバーグセットというのは800円だと。あるいはうち  
ちは750円でいくんだ、あるいはうちはちょっと高級なものを使っ  
ているから1,200円だというふうに最初にメニューが作られ、単価  
が設定されます。

外食産業というのは、メニュー、店舗、厨房が非常に大きな要素  
としてあります。ここになぜ人の問題とか、そういうものが出てこ  
ないのかというふうに思われるかもしれませんが、チェーン  
外食産業というのは、一種の装置産業でございまして、店舗の従業  
員は、パートなりアルバイトばかりなわけです。そうしますと、店  
舗でできることというのは、たいへん限られた仕事になります。調  
理人がいるわけではありません。ですから、そういう意味では、非  
常に限られたことしかできませんから、いわば厨房の装置によって  
モノをつくり出すという概念が、たいへん強くあります。つまり電  
子レンジとか、あるいは鉄板とかいうことになるわけですが、  
厨房が装置としての意味を持っております。たとえばドトールとい  
う150円コーヒーショップがありますけれども、ドトール1店舗を  
つくるのに、店舗設備だけで1億ぐらにかかっていると思います。  
ちょっと信じられないぐらいの金額じゃないかと思うのですけれど  
も、そのくらい装置といいますか、厨房の設備にお金をかけており  
ます。

外食産業の命はメニューでして、どういう形でメニューを構造化  
しておくかということが大きなテーマとしてあります。マクドナル  
ドなり、ケッタッキーなり、あるいはすかいらーくなどの、あのメ  
ニュー・ブックというものが、じつはノウハウの塊でございませ

メニューによって単価が設定されて、それによって個々の食材の値段が決まります。たとえば、マクドナルドのハンバーグというのは360円であるということになりますと、では原価はいくらだと。そして、その中で、ハンバーグパテはいくらなのか、パンはいくらなのか、ケチャップはいくらなのか、全部細かく決められます。その決まった値段で調達するというのが原則です。原則というどころか、それがいわばチェーンのシステムの基本になっておりますから、厳密な形で運営されます。

そういう形で、決まった食材を調達していくわけですが、外食チェーン間で食材の質について大きな差があります。チェーン型レストランというものは、マクドナルドにしろ、ケンタッキーにしろ、すかいらーくにしろ、デニーズにしろ、皆さん方も1度や2度は行かれたことがあるんじゃないかと思うのですが、あれがすばらしくおいしいなんていう人は、皆さん大人ですからほとんどないと思うのですが、ベストなものというのは、けっして追っておりません。チェーンというのは、スーパーマーケットも同じですけど、けっして最高度においしいというものを求めて作られているわけではありません。まずくないなというレベルがいちばん儲かるコツ、という言い方もないですけども、ある程度のレベルに揃えています。食品メーカーの方ならばたいへんよくわかると思うのですが、おいしくしようと思えばいくらでもおいしくできるというのが、外食なり調理食品の世界です。つまり、いい素材さえ使えば、調理の技術は少々なくてもかなりうまいものができるということがありますから。

どちらにしろ、まずくはないというものをつくり出していくわけですが、ただ、マクドナルドとモスフードが同じでは商売になりません。差別化という問題が出てまいります。チェーン間で、どうやって食材といいますか、出来上がるメニューを差別化していくかということが、非常に大きなテーマになってまいります。

お店づくりというのは、差別化ではあるのですがけれども、消費者のほうは、車で走って行って、すかいらーくがあったからすかいらーくに入ろうとか、ロイヤルがあるからロイヤルに入ろうなんていう、それほど強い支持者がいるわけではございません。とりあえず駐車場が空いているから、まあ、ともかく、こちらへんで我慢しようというようなレベルの方がたいへん多いですから、そういう意味で、店舗の形というのは、シンボルにはなりえても、なかなか差別化の手段にはなりにくいところがございます。食材による差別化という話が基本です。

差別化という問題は、従来型の店舗でも、あるいはチェーン型のレストランでも同じであり、営業給食のひとつの特徴でございます。これは集団給食ではない話ですので、よく認識しておいていただきたいんですが、集団給食で、たとえばお隣の会社の食堂はおいしいからあちらに行こうとか、あちらの食堂はおいしいから向こうへ行こうとかいう話、まあ、ないとは言えないんですけども、あまりない話です。つまり集団給食では差別化という問題はありません。きょうはあまり時間がないので、集団給食の話はあまりできませんけれども、集団給食というのは、皆さんよくご存じのとおり、日替りメニューです。毎日の定食の内容が変わって行って、差別化とい

う問題は起きにくい話です。

ところが、チェーン型のレストランというのは、常に一定のアイテムといますか、一定のメニューで、季節ごとに変更はしていきますけれども、勝負している関係上、どうしても差別化という問題が非常に大きく出てまいります。活魚だとか、飛行機で食材を海外から持ち込んでくるというような話がどんどん出てきてしまうような、そういう差別化競争という問題は、たいへん大きなパワーと言いますか、どうしてもこれはやらなくてはいかんというような形で出来上がっております。

外食産業の食材調達のもう1つの特性と言いますと、規格化という問題があります。これは、先ほどありましたように、いちばん単純な話から申しますと、テーブルにたとえばお魚が出てきたとして、お隣はたいへん大きくて、こちらは小さいというわけにはいかないのです。昨日じつはそういう目にあつたんですけれども、4人で食事に行って、サーモンのムニエルだったのですが、私はどういうわけか4つに分解されていて、お隣は大きいのが1つあって、その前は2つの中ぐらいの鮭があるという形で出てきたわけですが、おやおやというふうにお客のほうは思うわけです。そういうことをチェーンレストランではたいへん嫌がります。常に同じ規格のものを持ち込んでもらいたいと言いますか、同じものを供給してもらいたいというニーズがたいへん強くあります。それはいわば、厨房作業というものが、先ほど言いましたように、アルバイトとかパートで担われておりますから、どうしても、マニュアルに沿った形で仕事をしなくてははいけません。マニュアルに沿った仕事の仕方を

するときには、機械的に作業をしなくてはいけないわけです。そのときに、この人には大きめのを渡して、この人には小さめのを渡していいんだとか言うような話は、とてもできないわけです。作業の単純化、簡素という意味で、規格化ということが、たいへん大きな問題として出てまいります。

もう1つ、よく外食産業のほうで言われることは、安定供給という言い方をされます。とくにチェーン型のレストランの場合には、メニューに表示されていて、それをお客さまが注文して、じつはそのメニューがありませんからお断りしますということは、言ってはならないというふうに決められております。つまり、お客さまが望んでいるものが、必ず供給できるんだということが、チェーンの大きな仕組みの1つでございます。同一規格の食材を必要量必ず調達しなければならないということが、大きなテーマとしてあります。安定供給といいますから、皆さん方も、私も最初そう思ったんですけども、100個のものを毎日100個ずつ渡すことかと思いますが、そうではなく、あくまで外食産業の需要の振れに合わせて供給するということを義務づけられます。

外食産業の食材調達ということですが、チェーン化された外食産業というのは、先ほど言いましたように、店舗ではほとんど作業をしないものですから、セントラルキッチンとういうものを持って、そこで集中調理加工するというタイプと、それから、食品メーカーなり問屋を使って、仕様書発注というやり方をとるタイプがあります。セントラルキッチンも持っているし、仕様書発注もするというのが、大体ふつうのパターンでございますが、仕様書発注しかな

というタイプも、もちろんあります。仕様書発注というのは、外食産業が望む仕様で、食材を調達するという形です。

なぜ、仕様書発注するかと言いますと、店舗作業をいかに最小限にするか、いかに高能率で調理し、お客さまに供給するかということが、チェーンレストランと言いますか、チェーン型外食産業の、非常に大きなテーマでございます。そのため、店内ですべて調理するのではなく、半調理なり調理済みの形で店舗に納入します。それらの食材はポーション・コントロールされています。ポーションコントロールというのは何かと言いますと、1人分ずつに分けられた肉なり魚なり、あるいは野菜なり、そういう部分に分けてパックされたものです。店舗ではパックしたものの封を切って電子レンジに入れるだけで、料理が出来上がるといったものであり、これが、基本的な、外食産業の厨房における調理の仕方になっております。ですから、仕様に基づいたかなり加工度の高い状態で仕入れを行うことが、基本的な形態になっています。

魚介類ですと、たとえば刺身であれば、店では解凍して、包丁で切るだけとか、エビのフライであれば、全部加工処理を済まして、店では油で揚げるだけというような状態で仕入れます。カニコロケも冷凍で入れて、あと店で揚げるだけとか、フライドフィッシュについても、ほとんど揚げるだけとかいう形のものです。寄せ鍋も、全部の魚介類をカットして冷凍にして、店に入ってきます。加工された状態の仕様というものを、求められているわけですね。食品メーカーなり問屋は、仕様に対応して納品するということになります。家庭用の市場のほうは、少量多品種化が進んできておりますが、外

食産業がロットをまとめて注文してくれ、確実な売上が保証されるということは、食品メーカーにとってはたいへん良い話です。食品メーカーのほうも、外食産業に喜んで協力するということになります。

外食産業の食材調達では、スーパーの産直というような形態は、たいへん少ないのです。生産者は直接取引して安いものを購入してくるという概念は、外食産業のほうにはそれほどありません。むしろ高価格でも差別化できるものという思考がありますから、安さだけで、産直によって仕入れるということは、ほとんどありません。仕入れは、ほとんど問屋を通します。なぜ問屋を通すのかと言いますと、自分の欲しい状態に加工させて、自分の店に運ばせるということが出来るからです。それが大きな仕入れの条件ですから、それができないということのほうが問題なのです。自分のほうは、そういう手間をかけたくないわけです。これは、野菜でも、魚でも、肉でも同じです。需要の変動が非常に激しいですから、その需要の変動に対応する形で問屋に加工した食材を納入させるというのが、外食産業の基本的な形態です。

だいぶ時間が過ぎてきてしまって、あまり魚介類の話ができなかったのですが、魚介類というのは、食材の利用方法としてはいろいろなパターンがあります。1つは、メニューの中でいちばん目立つもの、たとえばエビの大きいのがボンと皿の上に乗っている、あるいはタイの大きいのがドーンとのるという、そういう非常にシンボルになるような食材というものがあります。また、隠し味という形で、スープとか、ソースとかに使われる食材もあります。各種のパ

ターンがありまして、そのどれに該当しているのか問題になります。メニューによって、どういうもの、どういう調理形態のものがほしいかが大きく変わってまいります。

たとえば、尾頭つきでなくてはいかんとか、あるいはエビも尾っぽがなくてはいけないとかいう場合と、エビであれば何でもいいというような、そういう場合もあるわけです。いろんなパターンがありまして、一概にこういうものもいいのだというふうにはいかないわけです。外食産業というのは、そういう家庭で使用される形とは違う形での商品といたしますか、需要というものがございます。それに対応した形で、メーカーなり問屋が一生懸命努力しています。

規格化という話がありましたけれども、規格化するために、労働力なり、大量の材料の中から規格化にあったもののみを選別するために外食のほうでは輸入品を使うという形態が多くなっています。タイなりインドネシアなりカナダなりから、かなりのものが入ってきております。台湾も多いです。人件費や規格化された食材の確保という点で、国産の魚介類というものは、厳しい状態にあることはまちがいない話でございます。活魚というもので、養殖は一種販わりがあったわけですが、ちょっとまた止まってしまったなという感じもあります。養殖が駄目なので、今度は自然のものといいますか、ふつうのものを使おうという料理屋さんも出てきています。

あまり詳しいお話ができなくてたいへん残念ですが、外食産業なり、あるいは調理食品というような形で、構造が変わってきているということ、最初に申し上げたと思うのですが、流通、現在輸入品が、水産物の場合であれば1/3を超えていると思います。その

ため、市場流通というものの割合が、小さくなってきているわけですが、そういう中で、商社とか問屋が、かなり外食なり小売を巻き込んだ形で、インテグレーション、特に国際的なインテグレーションを形成しつつあるというのが、いまの水産業界なのではないかというふうに思っております。

その中で、外食なり調理食品というのが、これからまた大きな飛躍を遂げていくのではないかというふうに、考えられているわけです。これは、消費者のほうで、魚というものに対してわけがわからなくなってきたと言ってもいいんじゃないでしょうか。二十歳ぐらいの女性に「この魚はいったい何ですか」と聞いても、ほとんどわかりません。そういう意味で、消費というものが変わってきております。皆さん方もよくご存じのとおりだと思のですが、魚というのはやはり、前段の講演会にもあったと思うのですけれども、健康なり何なりにたいへん良いわけですし、女の人達と一緒にごはんを食べますと、「ハンバーグとムニエルとどちらがいいか」と言えば、「ムニエル」というふうを選ぶ女性の方も多いわけですし、食料需給表からいっても、少しずつ伸びているという素材であるわけです。牛肉の自由化によって、牛肉の価格は急速に下がっていくと思います。一方魚には、高級・高価格なイメージはあっても、需要というのはかなり強くなるのではないかと、私は思っております。

しかし、いままでのような流通の仕方でも、あるいは消費の仕方でもないということはまちがいありません。皆さん方は、これからも水産物に関わっていかれると思いますので、変化というものをよく見つめていただいて、どのように変わっていくのだろうか、その

意味は何なのか、我々の生活なり、社会なりのあり方について、私も一緒に勉強してまいりたいというふうに思っております。

以上で終わらせていただきたいと思います。

