

1.2 京大生を取り巻く「食」と環境

京都大学理学部 2 回生、エコ〜るど京大 小川 由
京都大学地球環境学堂、エコ〜るど京大 浅利 美鈴

1.2.1 はじめに

「食」というのは、言うまでもなく誰にとっても欠かせないものであり、環境保全を考える上でも決して無視できない要素である。「食」は、生き物が自分では合成できない栄養を外から摂取する行為、物質が変化しながら自然界を行ったり来たりする過程の一部、自然の恵み、肉体と精神を培うもの、各地域で長い間代々受け継がれてきた文化の表れ、家庭や個人の表現の場、交流の場、楽しみ、生きがい、単に空腹を満たすもの、日課、誘惑、地獄(?) ……様々な見方があるだろう。では、真面目な人からかなりの変わり者まで、ジャングルと言われるほど色々な人が雑多に集まっている京大では、食は一体どのように捉えられているのか。いやそもそも、大学生になったというだけで、自分で食事を選ぶ、あるいは用意する機会が急激に増え、食事への関心がそれまで以上に高まった人は少なからずいるはずであるが、京大生は一体その関心をどう広げているのか。

ここでは、京大生の食環境、および食に関連した活動を取り上げた上で、京大生の“食”観というものを概観する。とはいえ、活動を列挙しただけでも、そのバラエティの豊かさには驚かされ、要領よく概要を伝えることが容易でないため、とにかくその多様さを含めてご紹介したいと思う。

1.2.2 京大生の食生活

「食」への関心・無関心に関係なく、全体的に見て、京大生はどのような食生活を送っているのかみてみたい。平成 27 年度の京都大学学生生活実態調査報告書¹⁾によると、京大生が朝食、昼食、夕食を主に摂る場所の内訳（学部生のみでデータで、テイクアウトはコンビニ、ファーストフードなどを含む）は図 1 のようになる。

昼休みの吉田食堂の行列を見ても明らかだが、やはり生協食堂の利用層は多い。半分以上の学生が日常的に昼食をそこで摂るという。やはり、安価で、レパートリーも多く、しかも授業を受けている場所のすぐ近くで食べられる、というのは学生にとって非常に魅力的である。同報告書の集計資料²⁾によると、これは学部生のみならず修士学生、博士学生、専門職学生全て含めた結果であるが、生協食堂の利用頻度が週 2～3 回以上の者が全体の 54.4%、生協食堂を利用して「とても満足している」か「満足している」と回答した者は全 58.6%を占めた。

他方、家にいる時間に摂ることが多いであろう朝食と夕食については、「自宅・下宿・寮など」という人が多いようだが、朝食において、次に多いのが「食べない」(10.9%) というのは見逃せない点である。「たまに寝坊して…」なら理解できるが、これは「主にどこで食べるか」を聞いた質問であったので、朝食抜きが習慣になっている人が 1 割はいる、という

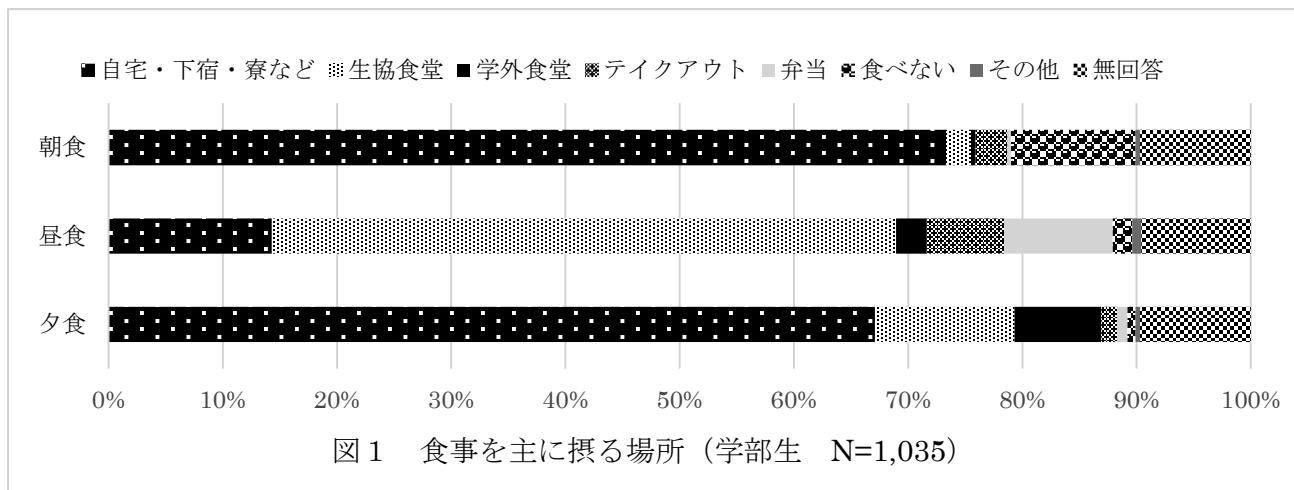


図1 食事を主に摂る場所 (学部生 N=1,035)

ことになる。これには、朝は時間が無いという生活習慣の問題に加えて、月2万円前後の食費でやりくりしている¹⁾という経済的な問題も関係するかもしれない。

他に、習慣と考えると、特に夕食で、いわゆる外食や中食（外で調理されたものを、自宅や下宿等で食べることをさす）の割合が小さくないことが気になる。同報告書によると学部生の35.5%が自宅生であることが分かっているのだが、ここでやや乱暴ではあるが、自宅生の大半（8割とする）は自宅で夕食を食べると仮定すると、

- ✧ 下宿生で内食の（自宅や下宿等で調理して食べる）人は学部生全体の38.7%：全体の「自宅・下宿・寮など」67.1%から自宅生の内食の割合 $35.5\% \times 0.8 = 28.4\%$ を除いたもの
- ✧ 外食・中食の人は全体で21.2%：「生協食堂」12.2%＋「学外食堂」7.6%＋「テイクアウト」1.4%。このうちの9割が下宿生であるとする、下宿生で外食・内食の割合は $21.2\% \times 0.9 \approx 19.1\%$ となる。

となる。ここで、下宿生か自宅生かの傾向が不明な「弁当」や「その他」と、「食べない」と「無回答」は除いて考える。そうすると、下宿生の中で内食の者の割合は約67%となる。これについては様々な見方ができると思うが、下宿生の内の約3分の1と決して少なくない割合の学生が、自分あるいは身近な人の手料理から離れている可能性があることになる。

勉学、バイト、課外活動に追われる京大生にとっては仕方の無いことなのかもしれないが、外食・中食の内容（栄養バランス等）によっては、改善に向けた取り組み等が必要であると考えられる。

1.2.3 「食」を活動の中心に

(1) 食に関係する取り組み

前の節では食事における全体的な傾向を見たが、この種のデータでは個性的な個々の京大生の視点は見えてこない。京大生の興味の先は言うまでもなく様々であり、その中にはやはりその興味が“食”に向け、“食”をテーマとした活動に従事している者は少なからずいる。しかし最初に書いた通り、“食”には様々な見方があり、テーマは共通であっても、そのアプローチの仕方は多岐に亘る。そうした京大生による“食”に関連した活動を、「京都大学環境報告書」や「京都大学サークル大百科」に掲載されたものから抽出し、「農業関連」「社会・環境問題関連」「楽しみ」の3つにジャンルに分類した結果を表1に示す。

(2) 取り組み団体へのアンケート

ここに挙げた一部の団体の方には、メールにて次の8項目を尋ねる調査を行い、一部より回答を得ることができた。

①活動内容

- ②活動目的
 ③活動にあたって感じている課題
 ④活動で得られた成果
 ⑤活動において大学や大学の関係者から協力してもらっていること
 ⑥食&農、サークル活動内容に対する思い、サークル入会前後の変化
 ⑦普段の食事はどんなものか
 ⑧活動の展開にあたって大学に期待すること
 以降、協力してくださった団体や取り組みに関して、回答を踏まえながら紹介していく。

表1 京大生による“食”関連の活動一覧

活動団体名（一部活動名）	活動内容概要
農業関連	
農業交流ネットワーク	京都を中心に日本全国の農家と交流している。
有機農業研究会～minori～	京大構内で家庭菜園をしている。
京大自然農法研究会	京大構内で自然農法を研究、実践している。
石割京大農園	農学研究科間藤教授により開かれた農園で、お百姓さん（石割氏）の協力の下、野菜を育てている。
歩ファーム	京大構内（教育学部棟内）で野菜を育てている。
社会・環境問題関連	
でこべじカフェ	規格外野菜を使ってカフェを開いている。
京大農薬ゼミ～KGRAP	農薬問題を中心とした食・環境問題を考える自主ゼミとともに、フィールド調査も行っている。
ゴーヤの里親	京都大学環境科学センターがゴーヤの苗を希望者に提供し、グリーンカーテンの普及を進めている。
PHARE	京大生の食育を図り、新鮮野菜の提供、及び調理実演を行う。
まなびやハチドリ	フェアトレードに関する自主ゼミと発信を行っている。
TABLE FOR TWO Kyodai	京大の生協食堂にヘルシーメニューを提供し、その一部をアフリカへの寄付金としている。
Vege Project-Kyoto University	"Vegetarianism"の考え方をキャンパスに広めることを目的とし、生協食堂にベジタリアン用のメニューを導入している。
エコ～るど京大	ブルーシーフードの普及や食品ロス削減などの啓発活動や料理教室、メニュー開発を行っている。
楽しみ	
京大カレー部	日々カレーを研究し、カレーの魅力を発信している。
bzed～バゼッド～	京都のカフェを巡っている。
Ever green	料理を作ったり、カフェを巡ったりしている。
Gelatte（じえらって）	主に京都のカフェを巡っている。
はんなり御膳	料理を作ったり、スイーツを作ったりしている。
あらんじえ	生協食堂で販売するパフェやメニューを考案したり、料理教室を開催したりしている。
Silly Fox	京大にて、屋台やカクテルバーなどイベントを企画している。

(3) 農業から

やはり“食”には農業が深く関わっている。いや、「料理すること」「食べること」だけでなく、「食物を作る、育てること」全て含めて“食”と言うべきなのだろう（もっと言えば調理くずの始末や食べ残ししないことまでも含めるべきだが）。しかし、筆者らを含め、特に都会育ちの者にとっては、その重要なはずの農業はあまり馴染みのあるものではない。にもかかわらずか、だからこそなのか、自分たちで農業をやろう、という取り組みが複数ある。しかも、その中でも、活動の形、理念、雰囲気が異なるものがあるようだ。

農業交流ネットワーク

普段の勉強では触れることのできない現実の農業を体験し、考えることをテーマとして、1993年のサークル創設以来、京都府内を始め、北海道から沖縄まで日本全国の農家と交流している。農業を通して“食”と向き合う、というよりかは、あくまで農業、農家の暮らしと向き合う、というスタンスである。実際の活動においては、農家のお手伝い、というよりも農家の日常にお邪魔する、“農ある生活にどっぷり浸る”という³⁾ことを重視しており、その中で農家の生の声を聞いて農作業や農業のことを学ぶのは勿論、こだわり農家の野菜の本物の味を味わうのに加え、農村の美しさや暮らしも堪能している⁴⁾。活動毎に新たな発見があり、個人差はあるとはいえ、活動を重ねるに従って、農家への感謝や敬意を強く感じるようになったと代表の方はいう。筆者（小川）自身、所属サークルの関係で山主（農家ではないが…）の話を聞くことが度々あるが、植林作業の細かいコツを教えていただいた際の話が印象に残っている。「年長者の言うこういう細かいことも聞いておいた方がいいと思う。自然のものを相手にするときは何でも丁寧にするべきだと思う。昔の人ってどうやったら木がちゃんと育つのかって凄く考えていたんだと思う。」といったような内容だった。山主であれ農家であれ、自然を相手にして生業を立てる人たち、特にこだわりをもっている人たちは、決して完全に

予測することのできない自然を受け入れ、その上でどうやったらうまく行くのかを考え、そして昔の人の知恵を大切にしてきたのだと思う。長くなってしまったが、農業交流ネットワークの方が強く感じた感謝と敬意はそういったものに対するものではないだろうか。我々はこうした自然との向き合い方を学校であまり教えてもらうことはないが、農学部に限らず他学部の学生もこの農業交流ネットワークに属している⁵⁾ところを見ると、様々な人がこうしたことを大切だと思っているのではないかと思う。

(4) “食”から社会・環境問題へ

最初に“食”は環境保全を考える上で欠かせない要素だと書いたが、これだけではない。“食”は地球上のあらゆる生き物を含め、誰にとっても欠かせないものなのだから、あらゆる事柄、問題に深く関わっている。よって、“食”からのアプローチで社会問題、環境問題を切り開いていこうという活動も京大では取り組まれている。

ゴーヤの里親

筆者らもそのメンバーである、サステイナブルキャンパスの構築を目指す団体エコ〜るど京大もかわり、環境科学センターが主体となって5年前に始めた取り組みである。学内の教職員や学外の市民の方々に向けてゴーヤの里親を募集し、グリーンカーテンを形成してもらうよう依頼することを通して、緑化にも貢献でき、太陽熱を遮断してエアコンを使わずに屋内の温度を下げることもできるエコなグリーンカーテンを広めることを目標としている。そして勿論ゴーヤは食べ物としても楽しめる。しかも大半の里親の方には、並行して学内の落葉を利用して作っている腐葉土を利用してもらっており、育てる喜び、食べる喜びを堪能しつつどこまでもサステイナビリティを追究できる取り組みである。里親の方には、立派に育ったグリーンカーテンをエコ〜るど京大のサイトの「ゴーヤ育て日記ブログ」にアップして下さっている方もいる。だが一方で、暖かい地域が原産地であるゴーヤを京都で育てる、というこ

とに加え、毎日の水遣りといい枯れたものの処理といいグリーンカーテンの手入れは決して簡単ではなく、参加者が減ってきているのも事実である。こうした継続の困難さというのは、どの取り組みにも付き物だろう。原因を分析し、対応を検討しなければならない。

PHARE

SPEC(Student Project for Enhancing Creativity) による第2回京都大学学生チャレンジコンテストで選ばれた食育プロジェクトで、農学研究科修士2回生上田遥氏により今後、本格的に展開される予定である。前述の京大生の食生活とも関連するため、紹介する。一般には見過ごされがちでも、“食”を研究する者の目からすれば、大学生の食生活というのは、必要カロリーに満たない“崩食”、食堂やコンビニ食への過度な依存、料理技能の低下など、様々な問題を抱えおり、それを見かね、地域農家が朝一番に収穫した新鮮野菜を搭載したキャンパス内移動式オープンキッチン「PHARE(ファール:仏語の灯台の意)」を起点とし、食育の機会を創出することを目的としている。オープンキッチンでは新鮮野菜の提供のみならず、野菜の良さを最大限引き出す調理の実演も行う予定である⁶⁾。

TABLE FOR TWO Kyodai

世界には、先進国を中心に肥満の人が10億人以上いる一方で、途上国には10億人の飢餓に苦しんでいる人がいるという食の不均衡が存在している。そうした不均衡に立ち向かった仕組み、すなわち、栄養バランスが考えられた対象となるヘルシーメニューを先進国の人たちが購入して食べると、その食事代の一部が途上国の子どもたちの学校給食の寄付金として送られる、という仕組み **TABLE FOR TWO (TFT)** の京都大学版である。具体的に京都大学の中では、京大生協の協力で年に数回、京大の学食やカンフォーラで **TFT** のフェアを開催し、メンバーで考えた **TFT** ヘルシーメニューを提供している。そして一つのメニューにつき2〜3円を **TFT** 事務局を通

じて途上国に寄付している。途上国への寄付、というのはよく聞く話であるが、それを先進国の人々の健康増進とつなげていくのが特徴的である。事実、メンバーの中には、この活動を通して、ヘルシーな食生活の大切さを強く感じるようになった、という人もいる。

Vege Project-Kyoto University

ベジタリアン(肉類を食べない)やヴィーガン(乳製品、卵なども含め動物性由来の食品を食べない)、そして動物製品の消費を減らそうとしている人の料理の選択を広げるために、また、どちらでもない人にもこのベジタリズムに興味を持ってもらうために、京大生協食堂にベジタリアン・ヴィーガンメニューを導入し、また、関連したイベントも開いている。実はこの **Vege Project-Kyoto University** の創始者は2013年に **Vege-Project Japan** を始め、今やこのプロジェクトは **NPO** 法人となり、全国レベルでの取り組みになっている。筆者自身、生協食堂にてこのベジタリアン・ヴィーガンマーク付きのメニューを食べたことがあるのだが、正直それはちょっとヘルシーな食事をしてみよう、という単なる興味からであり、そのメニュー自体は宗教上、あるいは好き嫌いの理由で動物性製品を避ける人のためのものだと思っていた。しかしながら、家畜産業に起因する温室効果ガスの排出量、必要な資源量の膨大さ、ベジタリアン料理の栄養価の高さ、食肉用に屠殺される動物の数の多さを考慮すると⁷⁾、ベジタリズムは決してそのように制限されるべきものでないことがわかる。一人が週に1日肉食をやめると、その人の人生80年で、127頭のウシ・ブタ・ニワトリを食べない計算になる、というデータ⁷⁾もあり、各個人の意識一つも決して無視できない。実は、今回の調査に協力して下さったメンバーの方自身、完全なヴィーガンではなく、このプロジェクトを通しての個人的な目標は、サステナビリティと健康の観点から、肉の消費量を減らすことだという。食物連鎖が地球上の動物界を支えているとはいえ、同メンバーによれば、食べる他の生きもの、我々の血となり肉となる

生きものたちへの敬意があつてこそその肉食であり、今の食肉の需要の高さを考えるとそうした命の尊厳を侵さない程度に、というのが困難なようである。そしてこのプロジェクトを始めて、上記のような、肉の消費量を減らすべきさらなる理由も見つけたという。当然世界的に見ると、肉料理を大切にする、あるいはそれがメインの食文化は少なくない。しかし、同メンバーは、“食”は人々が異なる文化を共有し合う場だとも考えている。自身が、こういった食文化で育ったのであれ、肉食を捉え直してみ、新しい考え方を自分の頭の中に、そしてライフスタイルに少しでも取り込むことは、非常に重要であり、多国籍・多様な文化の若者が集う大学において貴重な取り組みといえる。

(5) やっぱり“食”＝“楽しみ”！

京大生には楽しみ方のプロもたくさん存在する。前述の活動も、勉強や問題解決が目的であれ、皆それなりに楽しんでやっていることがわかり、中にはこちらに含めた方がいいものもあったかもしれない。しかし、ここでは特に、純粋に“楽しみ”を目的にしている活動を取り上げる。

Ever green

定期的に料理会やカフェ巡りをしている。料理会では、料理好きのメンバーが集まって、オープンなど設備が整った場所で行うため、普段家では作れないような本格的な料理を作ることができる。ただし、料理会で調理室を借りられるのは3～4時間であるようで、協力してくださったメンバーの方によると、計画や段取りなどの能力が鍛えられるいう。そう考えると、決して楽しいだけでなく、別のスキルアップについながる要素もあるようだ。また、メンバーの回答には、作る料理のジャンルが広がった、基本自炊でお弁当も作る、こだわる料理はこだわる、といった、やはり料理への熱い思いが感じられるものがあった。

1.2.4 おわりに

やはり、京大生には色々な人がおり、色々なアプローチで“食”と向き合っている人がある。しかし、全体的なデータを見る限り、“食”をおろそかにしてしまっている学生も少なからずいるようだ。だが、“食”というのは、程度の差こそあれ、誰もが、じっくりと向き合うべきものではなからうか。最初に、“食”には様々な見方があるとして色々挙げてみて、続いて京大生の取り組みを見てきたが、結局、“食”とは「何もかもを結びつけてくれるもの」だと感じた。太陽の光と水、空気の恩恵を受けて土から育ったものを自分の中に取り入れて生きていくことで、我々と母なる地球が結びつく。一緒に食べ物を育てたり、一緒に食べたり楽しんだりすることで人と人とが結びつく。人と人との結びつきは、長い年月かけて形成されてきた食文化を通じて時間を超えることもある。違う土地の食材、料理に触れ合うことで、空間を超えることさえある。そうすればもちろん異なる文化と文化が結びつくことだってある。全てが結びつく。そんなパワフルな“食”をおろそかにして良いはずがない。しかし、残念なことに、最近では、特に食を通じた自然と我々の結びつきが見えにくいように思われる。その原因としては、一般的に、牧農地、食べ物を育てる場や狩猟場、食べ物を捕る場が我々にとって身近なものではなくなったということが挙げられるだろう。採れたての食べ物の方がずっと美味しいはずであるにもかかわらず、お店に行けば、自然から切り離された形の食べ物がすぐに手に入る。そして、環境保全の面から見れば、食べ物の運搬に伴う負荷（フードマイレージ）も問題になる。また、季節外の野菜を無理に育てようとする、旬を楽しむのが難しくなる上、そこに何倍ものエネルギーが投入されることとなる。

こうした状況に対して、自ら食べるものを育ててみるのが方策の一つにならないかと考えている。遠く田舎に行って荒地を探して耕して…などではなく、すぐそこで始めるのである。大きい畑を所有する必要もなく、少しのスペースがあれば部屋の中でさえプランターで野菜を育てることができる。勿論、京大のキャンパス内でも始めることができる。実は、

エコ〜るど京大では、今年度から総合研究5号館前のスペースを借りて edible garden を作ることを企画している。「ガーデン」というと、芝生が敷かれていて、綺麗な花で彩られていて、といったものを思い浮かべるかもしれない。しかし、今回はあくまで edible garden(食べられる庭)である。見るだけでなく、食べても楽しめる野菜や果物、ハーブ、食べられる花(エディブル・フラワー)で素敵なガーデンを作ろう、といったものである。食べるものを作るため、普通のガーデンよりも真に向き合って草木や土と触れ合うことができ、そして、普通の畑よりも魅力的で、得られるものが多いのではないだろうか。また、地球環境学堂の小林広英准教授のバンブーハウスプロジェクトのご協力の下、竹材で作った構築物を edible garden に展開することを考えている。我々は、この edible garden 作りに多くの人たちに参加していただき、食べ物を育てる楽しさとともに大変さ、収穫をしたものを食べる喜び、そして何もかもを結びつける“食”のパワーを知っていただきたい、と思っている。学生、教員、職員の方、誰でも構わず参加していただきたい。

最後に、簡単ではあるが、調査に協力して下さった方々にこの場を借りて改めて感謝を述べたい。数

団体からは、大学からの支援を期待する声もあったが、何らかの形でそれを後押しすることで、ご協力に報うことができればと思う。

参考文献

1)京都大学：平成27年度の京都大学学生生活実態調査報告書(2015年)

<http://www.kyoto-u.ac.jp/ja/education-campus/campus/documents/2015/hakusyo.pdf>

2)京都大学：平成27年度の京都大学学生生活実態調査報告書(2015年)の集計資料B

<http://www.kyoto-u.ac.jp/ja/education-campus/campus/documents/2015/datab.pdf>

3)京都大学：京都大学 環境報告書 2016 p43

4)農業交流ネットワークのウェブサイト

<http://noko-net.webnode.jp/about-us/>

5)京都大学：京都大学 環境報告書 2016 p43

6)京都大学：京都大学学生チャレンジコンテストのウェブサイト

<http://www.kikin.kyoto-u.ac.jp/spec/2016/01.html>

7)特定非営利活動法人ベジプロジェクトジャパンのウェブサイト <http://www.vegeproject.org>