

昆虫食について

3年5組9番 黄金井麻陽

Keyword: 「昆虫」「食生活」

1. はじめに

私が昆虫食について探究することにした理由は、高校2年生の時に父親が病気で半年ほど入院した経験があったことです。その主な原因が食生活にあったため、食についての関心が一層深まりました。もともと食に興味があり、将来は食に関連する仕事に就きたいと考えていたので、身近な食文化について調べていました。世界の食に関する社会問題を探究していく中で、昆虫食という選択肢を見つけ、そこからさらに探究を深めることにしました。

2. 序論

昆虫食は世界中で広く行われている食文化であり、特にアジア、アフリカ、ラテンアメリカの一部地域では伝統的な食材として親しまれています。近年、持続可能な食料源として昆虫の重要性が再評価され、国連食糧農業機関などの国際機関もその推進を呼びかけています。

昆虫食は、栄養価や環境への影響という面でも注目されています。昆虫の種類によって異なりますが、一般的に高いタンパク質含量を誇り、例えばコオロギやバッタは乾燥重量の約60～70%がタンパク質であり、必須アミノ酸も豊富です。また、昆虫にはオメガ-3脂肪酸やビタミンB群、鉄分、亜鉛などのミネラルも含まれており、非常に栄養価が高い食品です。これにより、特に発展途上国においては栄養不足の解消に貢献する可能性があります。

さらに、昆虫の飼育は従来の家畜に比べて環境への負荷が少ないとされています。昆虫は飼育に必要な水や飼料が少なく、温室効果ガスの排出量も低いです。例えば、牛肉の生産には大量の水と飼料が必要ですが、昆虫の場合はその何分の一で済みます。このため、昆虫食は持続可能な食料生産の一環として、環境保護の観点からも注目されています。

しかし、これだけの利点がある昆虫食ですが、アンケートを取ると90%以上の人々が「食べたくない」と答えます。その主な理由は、昆虫を食べるという行為に対する違和感です。これは、私たちが昆虫を食料として認識してこなかったために感じるのだと思われます。実際、タイやメキシコでは昆虫食が一般的な屋台で提供されていますが、日本では昆虫=食料という考えが浸透するには時間がかかるでしょう。

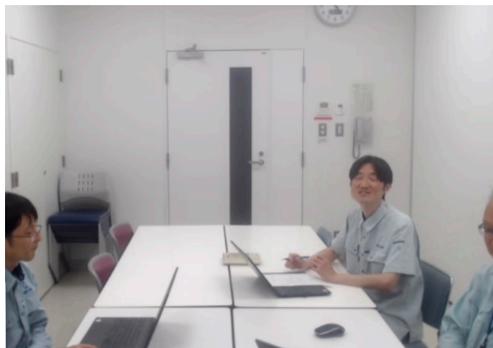
昆虫をそのままの形で食べるのではなく、粉末状に加工した栄養価の高い「コオロギパウダー」なども販売されていますが、日本では昆虫食の需要がほとんどないため、価格が少し高くなっています。



3. 研究と実体験

僕はこれらのことを調べた上で、大阪府立環境農林水産総合研究所の企画グループの方々にオンラインで取材をさせていただきました。この研究所では、廃棄された生ごみを昆虫に与え、その昆虫を家畜の餌にすることで家畜を育てています。昆虫が生ごみを食べることで、ごみの削減に繋がり、人間が直接昆虫を食べるわけではないため、抵抗感はありません。昆虫食とは少し異なりますが、これはとても有効な選択肢の一つだと思いました。

また、実際に昆虫食を食べてみようと考え、大阪にある昆虫食を取り扱っているレストランで実際に昆虫料理を試しました。その感想は、カリカリしていて最初は少し驚きましたが、味は甲殻類に近い感じがしました。抵抗がある人でも、甲殻類が好きな人なら美味しく食べられると思います。



4. 結論

これまで昆虫食を探求してきて、昆虫食は栄養面でも環境への貢献という面でも非常に魅力的だと感じました。これから世界人口が増え続け、食糧難に直面する可能性がある中で、昆虫食という選択肢があれば、人類はより良い未来へ進むことができるでしょう。

後輩へのアドバイスとしては、昆虫食のように一見馴染みのないテーマに対しても、固定観念に囚われずに好奇心を持ち続けることが大切です。自分が探究するテーマについて、実際に体験してみたり、専門家に話を聞くなどして、より深く理解することが重要です。昆虫食のように、最初は抵抗を感じることも、実際に試してみることで新たな視点を得られることがあります。興味を持った分野に対して積極的に取り組み、常に新しい発見を目指してください。

5. 参考文献・出典

<https://bugsfarm.jp/shopdetail/000000000749/>