

進化で食の内容変化

土壌侵食で疲弊する養分

「人類の進化の実に99%以上の期間、食料を生産することなしに生活してきたことになる。」(山極寿一…ヒトはいつから火を使いはじめたのか、火と食 ドメス出版 2012 朝倉敏夫編所収)。

自然の食料に依存

人類は地球の寒冷化によって熱帯雨林の食物が減少するに伴って、二足歩行の能力を獲得して食

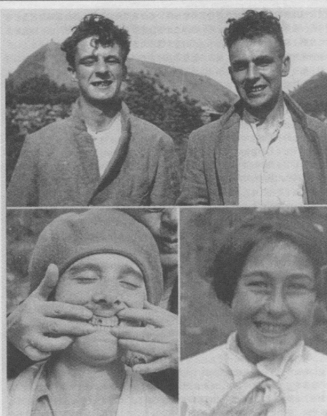
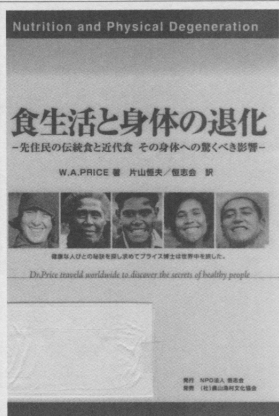
料の獲得の範囲を草地へと拡大し、さらには火の使用によって食料を調理・加工し、脳の発達に伴う独自の進化を可能にしてきた。人類は進化に伴い、食料の内容を変化させてきたが、現代の食料は人類が動物として要求する栄養分を完全に供給できるのだろうか？人類が食料を生産せずに自然の食料に頼っていた時代の多様な食料があったことで、人類本来の健康と

体格を維持できるのではないか？人類がつい最近の時代まで行っていた焼畑農業においては、多様な作物が栽培され、休閑中の2次林やそのまわりの原生林中で採集される動物性および植物性の食料は先住民の基本的な栄養源であった。

また、栽培された作物は森林の休閑期間に蓄えられた完全な土壌養分を吸収し、その栄養価も高いものが生産された。他方、現代の農業においては、長年の連作や土壌侵食によって、土壌中の有機物や養分も疲弊し、作物自体にも完全な養分を供給できなくなっている。そのため現代人は、かつて人類が享受していた自然の恵みを受け取ることができなくなっている。

近代食品で免疫低下

アメリカの歯科医師



英国スコットランドのハリス島の先住民ゲール人の兄弟で、近代食品を食べ続けた弟（右下写真左）は重度の虫歯だが、土地のもの食べている兄（右）は健全な歯並びをしている

W.A.プライス博士は、1939年に「食生活と身体の退化 先住民の伝統食と近代食 その身体への驚くべき影響」（片山恒夫／恒志会訳 農山漁村文化協会 2010）

という本を著している。この研究で博士は世界14カ国の先住民を訪問し、伝統的な自給食の生活をしている人びと、同じ民族で白人の近代食生活へ移行した人びとの

口腔内の状態、顎顔面がくがんめん）の形態変化や身体変化について生態学的調査を行った。

その結果、伝統的な自給食を摂っている人びとは完璧な歯列を持ち、虫歯がなく、結核に対する強い免疫力を持ち、体格もよく総合的に優れた健康状態を示していた。

他方、このような先住民が精白小麦、白砂糖、植物油、缶詰などの近代食品を摂り始めると、虫歯、顎の変形、歯並びの乱れ、関節炎、そして結核に対する免疫力の低下がすぐに現れることが明らかとなった。

疾病率や死亡率増大

さらに、土壌の消耗が動植物の退化に及ぼす影響についても言及し、食

物は土壌の肥沃度に支えられていることを、自身の考えにより、また他の章ではW.A.ウルブレヒト博士の研究成果を引用しつつ詳細に主張している。

プライス博士は、農耕および牧畜によって土壌中の養分が確実に減少し、それを補わないかぎり土地は荒廃し、そこで生産される作物や乳製品に含まれる養分も減少すると述べている。それに伴って人間や家畜の疾病率や死亡率も増大することをデータによって明らかにしている。

ウルブレヒト博士も同様の見解を示しているが、過去の世界戦争の動機の一つに肥沃な土壌の獲得という目的があった。その反面、土壌肥沃

度の維持には真剣に取り組んでこなかったこと、野生動物の分布、家畜の現状および分布状態、動物の病気の現れ方、人口の分布などが土壌の肥沃度を反映していること、動物は本能に従って必要な栄養を適切に補っていることなどを興味深く述べている。

養分一目で見分ける

動物は同じ種類の餌でも養分の多いものと少ないものを一目で見分ける能力を持っている。それに反して人間はそのような能力を失ってしまったようであり、生鮮品・加工品をとわず単純においしそうなもの、甘いもの、見た目の良い食料が求められている。