

Title	プラネタリーヘルスの実践と課題 : ヒマラヤと瀬戸内から考える
Author(s)	木村, 友美; 斎藤, 優久乃; 伊東, 実穂
Citation	未来共創. 2024, 11, p. 219-238
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/97817
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

報告

プラネタリーヘルスの実践と課題

ヒマラヤと瀬戸内から考える

木村 友美

大阪大学大学院人間科学研究科

斎藤 優久乃

大阪大学医学部医学科

伊東 実穂

大阪大学人間科学部人間科学科

1. はじめに

地球の「健康」と、私たち人間の健康の双方を叶えることは可能だろうか。「プラネタリーヘルス」はこの課題に向き合うための新しいヘルス・プロモーションの理念である (Whitmee, et al. 2015)。公衆衛生の観点からみると、乳児死亡率の低下、そして人口増加・寿命の延伸は、ヘルス・プロモーションにおける成功ともいえる。一方で、人口増加に伴い、地球環境問題の様々な指標は急激に悪化している。プラネタリーヘルスは、人の健康指標が良くなるにつれ、地球は「不健康」になるという矛盾に目を向けさせるものだ。

人と地球、双方の健康問題に取り組むという課題に立ち向かうためには、どのようなアクションが必要だろうか。プラネタリーヘルスは様々な課題群を含むが、なかでも注目したいのは食糧に関する問題である。農業などの環境負

荷の高い食糧生産から、食の加工・流通、そして消費（廃棄を含む）に至るまで、人が「食べること」による地球環境へのインパクトは甚大なものである。一方で、地球上で増え続ける人口に対し、栄養学的に十分な食事をどのように確保するかは、人と環境とをつなぐプラネタリーヘルスの課題として一つの重要なテーマである。医学誌Lancetとロックフェラー財団によって設立されたEAT Lancet Commissionから、推奨される食事「The Planetary Health Diet」の指針が示されている（Willett et al. 2019）。しかしながら、その内容は具体的には「動物性の食品の摂取を減らす」ということが中心に述べられており、多様な文化、価値観、食志向などが十分に考慮されているとは言えない。

プラネタリーヘルスに関するこれまでの提言は、プラネタリーバウンダリーを超えないように保護・維持するという、いわば「地球を管理する」というPlanetary stewardshipの思想に基づいていた。このことを私たちは批判的に捉え、地域の人々と生態系との相互作用に目を向け、本来地球にそなわってる生態学的レジリエンスに注目する重要性を論じた（モハーチ・木村 2022）。プラネタリーヘルスと深い関連性をもつ、「危機を生き抜く知」とも言えるレジリエンスは、自然環境（動物や生き物）、および人との「つながり」のなかで生きる人々の生活のなかにこそ、見てとることができるのではないだろうか。

そこで、大阪大学大学院人間科学研究科附属未来共創センターのオープン・プロジェクト「地域の食とプラネタリーヘルス」¹の一環として、地域の実践から学び、共に考え語り合うワークショップを実施した。本稿は、このワークショップから得られた議論をまとめ、報告するものである。本ワークショップには、自然や生き物と向き合いながら暮らす実践者らをゲストに招いた。ヒマラヤ高地の小チベットと呼ばれるインド・ラダックで環境問題に取り組む様々な活動をしているスカルマ・ギェルメット氏、そして、瀬戸内海の漁師町で環境に配慮した新しい漁を始めた富永邦彦氏・富永美保氏である。ヒマラヤ高地と瀬戸内という、大局的な環境をもち、遠く離れた2地域の事例にふれ、共に語り合うことで、ローカルな実践における共通点および相違点から、「食」を通じたプラネタリーヘルスの実践についてのヒントを得ることを目的とした。

ヒマラヤ山脈の北西部に位置するラダックは、標高約3000～4900mまで人の居住域が広がり、人の生活圏としては最も厳しい自然環境といえる。ラダックの人々はそのような環境に対して身体的適応（低酸素適応遺伝子）・文化的適応（動物と暮らす生業、食加工の知恵など）を重ねながら暮らしを維持してきた。

近年は急激な変化に伴う様々な社会課題（温暖化による氷河湖の決壊洪水、国境問題に伴う社会変容、観光開発による自然破壊）に立ち向かっている。

瀬戸内地域²は、自然豊かな景観をもつ一方、周辺の工業地帯等の影響による環境汚染が深刻化した歴史もあり、環境保全の観点から、日本で初めての国立公園に指定された地域でもある。内海という地理的背景から、海水温の上昇等の気候変動の影響も受けやすい。一方、近年では芸術祭などのイベントも取り入れながら、観光による地域創生が活発になされている。筆者らは、瀬戸内を舞台として「地域の食」に関する調査を実施してきた(木村他、2023)。

これらの2地域は、高山と海という自然環境の特徴の違いが際立つ地域である。山岳地域で動物と暮らす遊牧民の暮らしと、漁業を営む漁師の暮らしには、生き物の命と直接に関わるという共通項もある。この二地域における実践から、プラネタリーヘルスを議論することが、本ワークショップのねらいであった。以下に、ワークショップの概要を記す。

タイトル：ヒマラヤと瀬戸内から考えるプラネタリーヘルス

日時：2024年1月16日(火) 13時～16時

場所：国立民族学博物館 第3セミナー室

講演者：スカルマ・ギェルメット氏(NPO ジュレー・ラダック代表)

富永邦彦氏、富永美保氏(邦美丸・漁師)

主催：大阪大学大学院人間科学研究科附属未来共創センター、IMPACTプロジェクト「地域の食とプラネタリーヘルス」

協力：NPO ジュレー・ラダック、国立民族学博物館

まず、末森薫氏(国立民族学博物館)から開会にあたっての挨拶と概要の説明があった。次に、ラダックの古都シェイ村出身のスカルマ・ギェルメット氏からの講演として、ラダックの伝統的な暮らしの紹介と、動物と暮らす人々に関する映画「氷河の羊飼い」³の一部上映があった。富永邦彦氏、富永美保氏からは、瀬戸内の漁業をとりまく課題と、「受注漁」という新たな漁の実践に関する紹介があった。その後、グループに分かれ、2つの事例をふまえてディスカッションをおこなった。ディスカッションには、ラダックからの4名のほか、留学生や外国人研究者も含む7か国から、計27人が参加した。

本稿では、ギェルメット氏、富永氏らによる講演の概要を紹介し(第2章、第

3章)、その後のディスカッションの内容をまとめる(第4章)⁴。さらに、講演とディスカッションを受けての論稿(第5章:伊東、第6章:斎藤)を提示する。



写真1 ギュルメット氏、富永氏による講演の様子

2. インド・ラダックにおける人と環境——スカルマ・ギルメット氏の講演から

2-1 ラダックの背景と「ジュレー・ラダック」の取組み

ラダックはインドの北部に位置し、平均標高が3500メートルを超える地域である。極度に乾燥した気候でほとんど雨が降らず、また、冬の寒さは大変厳しい。そうした環境の中で、家畜の飼養とオオムギやソバなどの農耕により、ほとんど自給自足的な生活が営まれてきた。しかし、1974年に外国人の入域が開放されてから、ラダックは大きく変化している。その中でも、ラダックの中心都市であり多くの観光客を受け入れるレーは、特に変化のスピードが速い。現在のレーの姿は、20年前の景色とは全く異なるものとなっている。

環境活動家のヘレナ・ノーバーク・ホッジさんが書いた「懐かしい未来」(ノーバークホッジ 2003)の舞台として、ラダックは有名である。彼女の活動は、ラダックの伝統文化、近代文明の脆さ、伝統文化を生かした開発とはどのようなものなのかを人々に深く考えさせるきっかけとなった。

20代の頃、スカルマさんは、10年間ほどイギリス系NGOで勤めていた。ここでは、貧困や低栄養から抜け出すには、近代的な教育や開発が是であると考え、いわゆる田舎の暮らしは「貧しい」ものと感じていた。その後、日本に移住し、インド農村部の開発支援のためのNPOで活動するうちに、その考えが変わることになる。「懐かしい未来」をきっかけとしたスローライフ・ムーブメントと出会い、ラダックの伝統的な暮らしの良さを再認識した。そこで、2004年3月、NPO「ジュレー・ラダック」を設立し、日本人向けのラダックスタディーツアーやホームステイを通じて伝統的な生活を体験するプログラムを提供し始めた。日本とラダックの交流を通じて互いの知恵を持ち寄ることで、文化と伝統を大切に、自然と共生した循環型社会の提案と実現を目指している。

2-2 ラダックの伝統的な暮らし

ラダックの伝統的な暮らしの中には、①大地とのつながり、②コミュニティとのつながり、③自分の内面とのつながり、の3つの「つながり」があったとスカルマさんは考えた。

ラダックの伝統的な家は、土と水から作られた日干し煉瓦が材料である。煉瓦を積んで間に泥を塗り、乾かせば家を作ることができる。動物の毛からは衣

服や遊牧用テントが作れるうえに、皮は靴やジャケット、楽器にも変化する。動物の乳は貴重な食料であり、動物の皮で作られた袋を利用して、バターやヨーグルト、チーズ等に加工される。乳製品への加工の副産物であるホエイは、炒った大麦を浸して動物の餌になるため、この加工の過程で、廃棄物は一切でない。調理の過程で出る食物残渣も動物の飼料となるため、ラダックでは生ゴミという概念はないようだ。

また、動物の糞は、貴重な燃料となり、食料の煮炊きに使われる。煮炊きは家の中央にあるかまどで行われるため、かまどの火がそのまま暖房の役目を果たす。燃えた後の灰はトイレへ移され、人々の排泄物と合わせたものは畑のよい肥料となる。そして育った作物はまためぐって人々の食料や動物の飼料となる。衣食住に関わるすべてのものが、人々の暮らしと周りの自然環境との間で循環している。こうした暮らしはコミュニティの中で連綿と引き継がれてきた。

自己の内面とのつながりを感じられる場面の1つとして冬の暮らしがある。ラダックの冬の寒さは非常に厳しいため、農作業ができず、家族や動物とともに家の中に籠もる。そのために自己の内面と向き合う時間がたっぷりとなる。そこで冬は、チベット仏教の「魂はすべての生きとし生けるもののあいだで続いていく」という教えと向き合い、すべての生きものの幸せを願い、自身の精神を浄化する機会となる。

今でも村へ行けば、上記のトイレやかまどが使われ続けており、こうした伝統的な暮らしを見ることができ。厳しい環境の中で自然とともに生きる知恵は、大人の仕事を小さな頃から手伝う中で、経験を通して自然と次の世代に伝えてきた。しかし、状況はここ20～30年で大きく変化している。「氷河の羊飼い」という映画にそれを示す印象的なシーンがあった。村のお年寄りが涙を浮かべながら、「羊飼いが村から減っている。子どもたちは学校の勉強ばかりで動物を見ない。村から動物が消えてしまったら、村も終わりだ」と話していた。一方の子どもたちは、「羊飼いなんでできないよ、だって（学校で）教わってないもん！」と無邪気に答えていた。今までコミュニティの中で引き継がれてきた暮らし方が、少しずつ失われつつある。

2-3 ラダックの変化と課題

ここ数十年でラダックを取り巻く環境が急速に変化し、特に最近はその速度が速まっている。温暖化や気候変動の影響で、毎年冬に雪で凍結し通行止めと

なる道路が、今年初めて開通したままとなった。また、氷河が溶け始め、氷河湖が大量に生まれている。その結果、氷河湖が決壊して洪水が起こり、たくさんの人々の命が奪われる災害も起こった。土で作られた日干し煉瓦の家は、もとは乾燥したラダックの気候に適した住まいであったが、予期せぬ洪水で簡単に壊れてしまった。目に見える大規模な災害だけでなく、温暖化は水不足も招く。冬に降った雪を飲水として利用する村もあるため、そうした村では冬の雪が少ないと、夏に水不足となってしまう。

人々の衣食住も、急速に変化している。外部で大量生産された洋服や、インド政府からの安い移入の米・小麦の配給に頼るようになった。また、出稼ぎでやってきたネパール人やインドの地方出身の労働者が建てたコンクリート造りの建造物が増えてきた（コンクリートを用いるようになったのは、土の家が洪水に脆いと経験したことも一因である）。労働力をはじめとして、様々なことをお金で解決するようになっている。そして、現金収入に頼る生活は、人々の間に格差を生み始めている。

また、観光客が増加したことで、都市部を中心として生活様式が急激に変化し、かつての暮らしでは存在しなかった「ゴミ」が大量に発生している。その結果、道の片隅には空の容器が山積し、山の中ではゴミが燃やされ黒い煙を大量に排出している。

このような変化のなかで、根本的な問題は、先に紹介した3つの「つながり」が失われることだとスカルマさんは考える。①大地とのつながりを失い、自然の変化に気づかなくなっている。②コミュニティとのつながりを失い、個々人が仕事や勉強で忙しくなっている。③自己の内面とのつながりを失い、暮らしの「見た目」にこだわってしまっている。伝統的な生活の中に当たり前存在した、これらの「つながり」を見失わないことが、プラネタリーヘルスを考えるうえで重要なことである。ラダックの伝統的な生活にある「つながり」の重要性を再確認し、「あらゆるものが循環する、すべての生き物の幸せを願う暮らし」に誇りをもてるような教育のあり方を考えたいと、スカルマさんは語った。

（担当：斎藤）

3. 瀬戸内の漁師町における実践——富永氏の講演から

3-1 日本の漁業の背景と邦美丸

「近年、魚の価格が高くなったと感じませんか？」

この印象的な問いかけから、漁師である富永邦彦さん、富永美保さんの講演が始まった。富永さん夫婦は、岡山県玉野市胸上で邦美丸という屋号のもと、鯛をはじめとした底引き網漁と海苔の養殖を営んでいる。現在の漁業問題、そしてその解決のために彼らが開発した「完全受注漁」という新しい漁業のあり方を紹介した。

1984年に水揚げ量世界一位だった日本の漁業は、近年過去最低を更新中で、75%も減少している。そしてそれに伴うように漁師も減り、岡山県では15年前から4割も減少したという。その理由は主に気候変動と乱獲と言われているが、漁獲量の明らかな減少は日本特有の現象であることを鑑みると、乱獲による影響が大きいことが推察される。日本は1996年の資源の管理を義務付けた国連海洋法条約に批准し、1997年からTAC法（海洋生物資源の保存管理法）にもとづく漁業制度の運用を開始した。しかしその制度は、漁業者からの強い反発もあり、漁獲可能量を定めている魚は8魚種のみに限るといったものだった。資源管理よりも漁業振興を優先させた結果、乱獲が引き起こす不漁によって漁業者を苦しめるという本末転倒の事態となってしまった。

冒頭の、魚の価格上昇についての美保さんからの問いに対して、共感する人はどのくらいいるだろうか。例えば30年前は50円台だったサンマが、現在約150円に値上がりしたという話を聞けば共感する人は多いだろう。一方、大学生である私は、正直それほど魚の価格上昇を気にしたことがなかった。美保さんは、安い輸入魚がスーパーに並べられることで、国内の漁業量の減少とそれによる価格の上昇という問題が見えづらくなっていると指摘した。この指摘によって、消費者である私は供給不足に陥ればどこかの誰かが補ってくれる社会システムの中で、刻々と進行する深刻な社会問題に無自覚であったのだと気づかされた。

3-2 漁師町の現状

美保さんは漁師の娘に生まれた。邦彦さんは結婚後しばらくは大阪で働いて

いたが、仕事を辞めて、美保さんの実家に移住し、漁師になった。屋号の邦美丸は、邦彦さんと美保さんの名前からつけられた。しかしその4年後、邦彦さんは漁師を辞める。その背景には「乱獲による漁獲量の減少」と「漁師の過酷な労働環境」にあった。漁師は、不漁の時期には収入がゼロになるため、“とれるときにとっとけ”という常識があるそうだ。乱獲を“せざるを得ない”社会の仕組みが、海に魚がいなくなるという問題を引き起こし、漁師の収入を圧迫する。その上、深夜1時からの漁は身体的にも辛く、家族と過ごす時間をも奪った。

魚を一匹売る。儲けるのはほんの少し。そして油代…。一日に十何回も海に出て、たくさん獲りに行くのも、コスト面や家庭の時間も含めて、海にとっても“悪いなあ”って。

しかしその後、邦彦さんは再び漁師になることを決意し、新たな取り組みを始める。きっかけは、コロナ禍における食品流通の変化だった。飲食店での魚の消費が圧倒的に減るなかで、一般のお客さんがインターネット等を通じて魚を注文して購入するようになった。家で過ごす時間が増えたことで、魚を調理してみようという人が増加したことも背景にあった。この状況を好機ととらえ、乱獲を引き起こす「漁獲量と漁師の減少」に立ち向かうために、富永さんたちが始めたのが「完全受注漁」である。

3-3 受注漁という新たな挑戦

完全受注漁とは、家庭や飲食店から魚を受注した分だけ漁をして、獲り過ぎた魚は海に放す仕組みだ。受注や販売は主にインターネット経由で行う。直接取引をすることで仲介料の支払いが不要となり、獲る魚の量は半分以下になっても、売り上げが2倍になった。さらに、この方法で漁をすることによって、漁の操業時間は以前の14時間から半分以下にまで減らすことができた。漁に出る燃料の節約と環境負荷を減らすという利点とともに、家族と過ごす時間が増えたという利点を富永さんは強調して語った。

せっかく獲れた魚も海に放出するというのは、“とれるときにとっとけ”という漁師の常識を逸する。周りの漁師からすると“お金を捨てるようなもの”と言われたという。しかし将来の食卓を想像し、目先の利益は追わず、長期的な目

線と揺るぎない信念で完全受注漁を続けている。

富永さんたちは最後に、これまで魚をとる経験知を磨き、教えてくれた先輩漁師への感謝の想いを口にした。彼らへの恩返しと今後の日本の漁業のために、広報活動や教育プログラムを積極的に行い、完全受注漁という方法を後世に繋げていきたいと締めくくった。

邦美丸の夫妻の話題からは、「人は自然の中に生きている」というプラネタリーヘルスの概念が見て取れる。人は自然を支配・制御することはできない。乱獲をすればもちろん魚はいなくなり、回復までに時間がかかることを改めて、消費者である私たちも心に留めておきたい。

(担当：伊東)

4. プラネタリーヘルスに関するグループ・ディスカッション

本ワークショップの参加者らが、4つの班に分かれてグループ・ディスカッションをおこなった。ラダックからの参加者4名を各班に1名ずつ配置し、その他、留学生や外国人研究者も含む7か国から、計27人が班に分かれ、次のような議題のもとに議論した。

- 2つの事例を聞いての感想と、印象に残ったこと
- 食を通じたプラネタリーヘルスへの実践において大事なことは何か
- 私たちが実際に行動するとしたら何ができるか

各班で、担当の学生および参加者が内容の記録を行った。以下に、ディスカッションの内容をテーマ別に整理し、提示する。

4-1 「知ること」から生まれる「気づき」

漁師の方々の現状を聞き、食の生まれる環境のことを知らなければ、消費者は無責任に食べ物を消費するばかりになってしまうという議論がでた。

「生産地の環境や生活がわかっていると、無意識や直感に基づいてしか食べ物を選ぶことができない。チリ産の魚を選ぶとき、チリはあまりにも自分自身にとって遠いところだから、その土地の環境のことまで思いやることができない。生産地の環境のことを知っていればこそ、行動も変わってくるだろう」。こ



写真2 ディスカッションの様子

のように、今回の話題がラダックと瀬戸内という遠く離れた環境であったことから、お互いの暮らしを知らなかったこと、そして今回それを知ることができたことによる「気づき」についての語りが多くみられた。

ハンガリー出身の研究者やラダック人からは、「自分たちの地域には海がないから、海の話はあまり身近ではない。だから今回、自分には馴染みのない、海のことを知れるよい機会になった」という声があがった。「環境問題を考えるとき、自分の出身地のこと、知っている地域のことですべて考えてしまう。山岳地域と海という、真反対の環境の地域の話からプラネタリーヘルスを考えることができよかった」。

一方で、海でも山でも共通の課題があるという気づきもあった。「今回の講演では魚の乱獲に関する話がでていたが、魚に限らず、野菜でも肉でも、『とりすぎない』ということが大事だと思う。とりすぎなければ、環境への負担を減らすことができるから」という意見が聞かれた。

あるグループでは、(本土の)中国人と(中国領)チベット自治区出身者と、ラダック人が揃うという場面があった。ラダック語とチベット語は方言ほどの比較的小さな差異であり、また、チベット自治区出身者は中国人と中国語でも会話することができることから、補い合いながら対話を進めた。そのなかで、それぞれの暮らしの違いについての話や、チベット自治区出身者がラダックの暮

らしを聞いて懐かしく感じるという場面もあった。伝統的な暮らしを守ることや、環境破壊に関する想いは、異なる文化や異なる時代背景の話聞いてより強く感じられるものだ。

今回の話題提供からの気づきとして、自分の目には見えていなかった「地球」の資源を念頭に置いて行動することが重要だ、という意見がまとめられた。

4-2 つながりと隔たり

プラネタリーヘルスを考える上で、「地球という大きな規模のことではなく、身近な環境のことを考えること」が大事なのではないかという意見がでた。「環境の中に自分がある、という意識は、身近な自然環境の中で生まれると思うから」という発言には、共感の声があがった。日本で暮らす私たちにとって、ヒマラヤの氷山の雪が解けていることに、想いを馳せることは簡単ではない。けれども、身近な自然環境のことなら、考えやすいのではないか、という意見である。

一方で、それに反対する意見として、「身近な環境も、すべて遠くのどこかの環境につながっていると考えるべきであり、それがプラネタリーヘルスの原点といえるのではないか」という声も聞かれた。その意見から、議論は「山と海のつながり」に展開していった。

「山から流れてきたものが海の栄養になる。だから昔は、山と海との間で大きな循環があった」。瀬戸内海出身の男性は、続けてこう語った。「昔は、生活排水が魚の餌になっていた。今は逆にきれいになりすぎたからこそ、魚の餌が減ってしまっている」。これを受けて、漁の現場をよく知る富永美保さんは、「水質は確かに綺麗になったが、漁獲量は減り、さらに、海のゴミは多い（ゴミを捨てる人がいまだに多いから）」と話した。

昔は、日本もラダックのように、人々が暮らしの中で排出するものが自然に還るものであったからこそ、川に流した生活排水に含まれる栄養分が海の生き物を育てていた。「自分たちの暮らしの中で排出するものを自然に還るものにする事ができれば、人々の暮らしと環境との間で循環をまた生み出せるかもしれない」という意見があがった。「ラダックでもインドから農薬が入ってきてその使用が普及していたが、最近では若い人の中でオーガニックへの関心が強くなってきており、土壌、環境への負荷を考えて農薬などの製品が選べるようになってきている」とラダックの若者は語った。

人と人とのつながりに関しては、次のような意見が聞かれた。「ラダックでは、少し前までは、『知り合いの知り合い』と仲良くなることは大変簡単だった。すぐに友人になれた。だが今では難しい場合もある。社会構造が変わり、「職業」という肩書と格差が生まれるとともに、その社会的立場がライバル関係にありたりすることによって、話がややこしくなってしまうことがあるのだ」。ラダックにおいても近年は、人々の関係性の築き方が大きく変化し、個人と個人の間隔に隔たりができてしまっているようであった。

日本では、生産者と消費者の距離に隔たりを感じているという話も聞かれた。それに対し、邦美丸の漁師である富永さんたちは、自分たちがSNSで発信し、メディアに出続けることで、今の水産業界の状態を知ってもらい取り組みをしている。これは、消費者と生産者をつなぐ希望だ。漁師の世界の中ではまだ若いお二人だからこそ、抱かざるをえない使命感のようにも思える。将来の子どもたちの食をも見据えた富永さんたちの活動は、人と人をつなぐだけでなく「今と将来をつなぐもの」であるという感想もあがった。

4-3 「食」をとりまく文化と倫理観

プラネタリーヘルスの課題は、世界中の人々が異なる文化や倫理観を持ちながら、地球の健康と人の食・健康のバランスをいかにより良くすることができるか、という難題にもぶつかる。特に、身近な「食」の話題は、文化や倫理観がより強くあらわれる議論へと発展しやすい。今回のディスカッションでは、参加者の出身国が多様であったため、食や生活に関する「文化の違い」に関する話題が多くあがった。

ラダック人の参加者からは、魚を食べることへの疑問の声があがった。ラダックの典型的な食事は野菜や豆が中心だが、マイナス20度にもなる冬を越すために山羊・ヤク・ゾーなどの家畜の肉が食べられる。「もし生命を奪うなら、大きい動物の方がたくさんの人に食べ物を提供できる」という考え方のもと、魚は食べられない。日本では、菜食メニューを頼んでも時に魚が提供されることに疑問を感じたようだ。

魚を食べることについては、ほとんどの班で議論になっていた。ラダックから来た若者は、「魚を愛していて、獲った魚をリリースするんだったら、魚を食べるのをやめたらいいのではないか？」という声があがった。一方で、インドネシア出身の研究者は、「イスラム教徒である自分にとって、ハラールかど

うか判断する必要がないため、魚は食べやすい」と話した。アルゼンチンから来た留学生は、「魚は獲れるが、文化として肉ほどはあまり食べない」と語った。神戸出身の若者は、「ラダックの人々の考えは理解できるが、日本の文化では魚食が古くから親しまれているため（魚食をやめるという考えは）難しい」と発言した。また、他の班では、「（日本では）魚を食べれば、食料自給率はあがるのに！ 牛肉を食べることが本当に正義か」といった議論にも発展した。

5. 論稿1：それぞれの価値観とプラネタリーヘルス

伊東実穂

5-1 伝統的な生活を守ることとは

スカルマさんは、チベット仏教には他者や環境に対する善意があるのだと話した。そして、伝統的なラダックの暮らしには、その想いが反映されていたという。では、大量生産・大量消費の社会はそうした善意を欠いているのだろうか。私はそうした社会も、「よりよくしたい」という人々の善意から形成されたと考えられると思う。「もっと安く販売できればより多くの人が食べて幸せになるだろう」、「スーパーで食べたいものが売られていなかったら悲しいだろう」。こうした善意の集まりは、合成の誤謬とも言えるような、誰の責任でもない、誰も止められない社会の仕組みを作り出してしまったのかもしれない。

貨幣経済や西欧文化の流入は、ラダックの循環型社会に、環境汚染や貧困という社会問題を引き起こした。本イベントで上映された映画では、ラダックの若者が、生きるための術であるヒツジの世話を覚えるのではなく、都会に出て働くことを目指して学校に通う様子が描かれていた。

チベット自治区出身者は、その映画を見て、「故郷であるチベットの伝統はラダックよりも廃れている。故郷を思い出して懐かしい気持ちだ」と話した。「伝統的な暮らしの保全が模索されるべきだ。ラダックの人々が貧しくても笑顔であったのが素晴らしい。」という。彼の話を受けて、中国出身の方も「今夏チベットを旅行したときにヒツジ飼いの若者が少なくなったという話を思い出した」という。これまで続いてきた文化が衰退する過程に寂しさを感じていた。

その一方で、「そこに生きる個人の立場になったとき、働いてお金を貯めて欲しかった品を手に入れたい、ネットで買い物ができる嬉しい、という気持ちもあるよね」という意見もあった。

ラダックの循環型社会は、人々が比較的小さな範囲で暮らし、外とのアクセスがなかった時代だからこそ続けられてきた、とも考えられる。多様にアクセスができるようになったとき、購買への潜在意識を掻き立てる西欧の文化の方を選ぶのかもしれない。

こうした伝統的な暮らしの衰退は、日本の地方消滅の議論と通ずるものがある。私は地方出身者であり、大都市である大阪の大学へ進学したが、この個人の選択の集合が今の過疎化や文化の衰退といった形で現れる。地元への愛着があり、地元の文化がなくなってほしくはないと思う一方で、自身が地方出身者だからという理由で文化継承の責務を負うのは簡単なことではない。ラダックの若者が西欧の文化に憧れを抱き、都市に向かう姿に自分自身を重ね、文化や社会の変遷という不可抗力を感じた。

5-2 感情と倫理

ラダックの生活の変遷に対して現地では、享受する者・気に留めない者・否定する者・他者を巻き込み活動をする者等様々な反応があるという。

瀬戸内の漁業の話題であがった、乱獲についても同じだ。本稿を読んだ後、今まで通り購入する者もいれば、乱獲をしない漁業者を探す者、菜食へ移行する者、様々だろう。

こうした捉え方の違いを思索していたとき、思い出したことがある。私がデンマークに留学していたとき、グリーンランド出身の友人が「この学校にいると肉を食べること、肉をおいしいと思うことが良くないように感じることもある」とぼつりと話した。グリーンランドでは寒い冬を凌ぐためアザラシの肉を食べるが、学校では菜食が主体であり、赤身の肉を見るのが嫌いだと率直に話すベジタリアンの生徒もいた。そうした環境の中では自身の欲求や感情が、環境や動物、健康に配慮する倫理観に圧されるような感覚になってしまうことがある。

日本において、肉・魚・野菜・豆どれでも手に入るのならば少しでも環境や健康に配慮した物を選ぶのが倫理的かもしれないが、小さい頃から慣れ親しんだ味を食べたいという欲求や感情も、等しく尊重されるべき価値観だといえる。

5-3 「プラネタリーヘルス」という視点の意義

ラダックの村の循環型社会の事例や、邦美丸の完全受注漁の実践は、大きな社会課題に立ち向かうための影響力としては規模が小さいのではないかという指摘もあるだろう。しかし、こうした個々の事例は確かに重要な一歩だ。それぞれの取り組みを個々で完結させないためには、ヒト・モノ・カネが地球規模で行き交う大きな社会構造全体から俯瞰する視点が必要になってくる。

その点において、プラネタリーヘルスは抽象的な概念であるがその分、責任の所在が見えにくい地球規模の課題に対して、考える視座を私たちに与えてくれる。今回のワークショップでの国を越えた議論や、私自身の調査や留学の経験から願うのは、「個々の価値観の尊重」と「地球規模の課題解決」を二項対立にせず、さらに議論を深めてアウフヘーベン（止揚）する道を模索したいということである。地域単位の取り組みを調査し、プラネタリーヘルスを考えるという試行錯誤に、今後も挑戦していきたい。

6. 論稿2：「つながり」をもとめて、知ること、共感すること

齋藤優久乃

6-1 失われた「つながり」への気づき

私は大阪に生まれ育っているが、日本で魚がそんなにも獲れなくなっているとは知らなかった。そうした変化に気づいていなかった自分自身を大変恥ずかしいと感じた。魚が好きで、家族とともに週に1度は生魚を食べているにも関わらず、「国産の魚の値段が高い」と感じながら、漁業の状況や海の環境のことまで考えが及んでいなかった。自分自身で釣りをしない、漁師の知り合いがいない、漁師の方からお話を伺う機会がない、そんな私は、魚をとる現場と「つながり」がなく、だからこの現状に気づくことができなかったのだろう。

今回のイベントのおかげで、遠くのラダックと、近くの瀬戸内で起きている変化を身近に感じることができた。環境の変化を最前線で感じるの、今回来てくださった方々のように、自然とともにある暮らしをしている人々である。直接話を伺ったことで、これからは瀬戸内の海産物を通して、漁師さんや瀬戸内海との「つながり」を感じられる気がする。都市部の普段の生活では、自然環境の変化が見えづらい。だから環境のことを考える機会がない。そのために課

題に気づくことができず、課題が他人事になってしまっていたのだ。

6-2 ラダックでの経験

2023年の夏、私は大学の探検部の友人たちと共にラダックを訪れた。ラダックのなかでも奥地の、険しい山々に囲まれたザンスカールという地域で6泊7日のトレッキングをした。トレッキングルートは、村の人々が放牧等のために伝統的に利用してきた道だ。案内してくれたガイドの2人は実際に村の動物の放牧をしていたという。彼らとともに毎日6時間ほど歩き、夜は移牧民たちが使ってきた日干し煉瓦の小屋跡の近くにテントを張って寝泊りした。川から水を汲み、ゆっくり時間をかけて料理を作った。煮炊きするための燃料に用いたのはヤクの糞で、山を歩きながら糞を拾い集めるのも楽しかった。食後は星空のもと、その糞でおこした焚火を囲んだ。このトレッキングの日々は、移牧民の生活を迫体験しているような経験だった。またトレッキングの前後には、ザンスカールの村でホームステイする機会もあった。周りに大麦畑が広がる村で、現地の方のお宅にお邪魔して、人々の暮らしを垣間見ることができた。

私は、スカルマさんが話していた、ラダックの暮らしにある「3つのつながり」を、現地で心の底から感じられたように思う。大地とのつながりを感じられたとき、自分自身の体と心の深い部分で、喜びを感じることができた。ザンスカールの村の人々の、優しさと温かさ、厳しい自然と共存する暮らし、自然・家族・コミュニティの人々を大切にす心、どれも私の心を惹きつけた。自己の内面と向き合う時間がたっぷりとあり、信仰、人と環境との関係、幸せとはなにか、仕事とはなにか、生きるとはどういうことか、といったことについて考えさせられた。そして、人が生きるための大切なことは、自然や小さなコミュニティが教えてくれるのではないだろうかと感じた。

伝統的なラダックの暮らし、山で過ごした時間は、不便であるが、楽しかった。トレッキングとホームステイを通じて、私たちの普段の暮らしがいかに情報に溢れすぎた競争社会、消費社会なのかと実感させられるとともに、動物や周りの自然環境の大切さを体で感じる事ができた。土地の環境に適応した、自然環境にも自分自身の心にも無理をしないような、「足るを知る」暮らしは、自己の内面も豊かにするように感じた。そして、自分もこんなふうに自然の一部のような生き方をしたいと思えた。

その一方で、ラダックに訪れる変化も感じた。氷河湖決壊による洪水で、流

されてしまった家の跡や被害を受けた僧院を見た。スカルマさんの講演で聞いた、社会環境の変化についても実感させられた。ガイドの1人、スタンジンは陸軍のポーターをした経験がある。ラダックが国境問題を抱えた地域であるため、軍の仕事は儲かる仕事だ。もう1人のミンギュルは村を離れて都市レーで寮生活をしている高校生だった。ミンギュルは、安定した生活、現金収入への憧れがあり、陸軍に強く憧れを抱いていた。彼らの出身の村では、数年前からヤクを飼わなくなり、動物を連れて山に入ることはなくなったそうだ。ミンギュルは「家の仕事が、勉学の妨げになることがよくある」と話し、「ひとり立ちしたい」と繰り返し語っていた。

6-3 「つながり」の機会

私がしたようなラダックでの経験は、訪れる側にとってだけでなく、迎える側にとってもよい機会になりうると考える。私はラダックの若者たちとの語らひのなかで、自分自身が自然との関わり合いの深い暮らしに憧れをもっていること、ラダックでの時間が私の心を満たしていることを話した。また、かつての日本の農村の暮らしも、ラダックに似ていたということも伝えた。すると、それを聞いたラダックの若者たちも、とても嬉しそうだった。満天の星空のもと、焚火を囲みながら、自分たちの暮らしのことや将来の夢を語り合った時間は、何物にも代えがたい貴重なものだった。ミンギュルは別れ際に、「(外国の人を案内するガイドが)こんなに楽しいとは思っていなかった。初めはただ、お金が欲しくてガイドになった。大切な友だちができるなんて思っていなかった」と話した。

ラダックと大阪という、物理的な距離の隔たりは果てしないほど遠い地域であっても、心が通う関係性を築くことにより、その地域への心理的距離は近く感じられる。また、自分自身と大地とのつながりを感じる経験を共有することは、お互いの心に深く刻まれる。その結果、訪れた人は考え方に変化が現れ、持続可能な暮らしのためにできることを始める機会になるのではないだろうか。また、迎えた人は自分たちの文化や暮らし方に、さらに誇りをもつことができる機会になるのではないだろうか。

スカルマさんのNPO「ジュレー・ラダック」は、伝統的なラダックの暮らしを体験しながら現地の人々と交流するスタディツアーやホームステイを行っている。現地を訪れ、暮らしに触れてみることで、大地やその土地の人々との「つ

なかり」を持つ機会になる。また、「邦美丸」の「完全受注漁」の取り組みは、海で魚をとる人と、遠く離れた都市部で魚を買って食べる人との間に「つながり」をもたらししている。漁師の取り組みを知ってもらうために見学も受け入れ、海の現状を知らせたいと願っている。私のように、都市に住み、日常生活では自然とのつながりを感じにくい人も、体験や食べ物を通して、その土地の人とつながり、その土地とのつながりをもつことができるのだ。また、遠く離れた土地に友人ができて、そこでの暮らしを経験すると、その場所にいなくても人々の暮らしや変化への想像力を働かせることができる。遠くの課題も、自分ごとのように、ぐっと身近な問題として考えることができる、このような「つながり」をいかに生み出すかということが、プラネタリーヘルスの実践において大切な第一歩といえるのではないだろうか。

謝辞

イベントの開催・運営にあたり国立民族学博物館の末森薫先生、NPO法人ジュレー・ラダックのボランティアスタッフの皆様にご協力をいただきました。スカルマ・ギュルメットさん、富永邦明さん、富永美保さんには実践に関する貴重な話題提供をいただきました。深く感謝申し上げます。

注

1. 本プロジェクトは、大阪大学大学院人間科学研究科附属未来共創センターのオープン・プロジェクトとして2022年度より活動を開始した。学外の研究機関や、瀬戸内地域の民間企業およびNPO等の地域の実践者らとの社会学連携プロジェクトとして実施している。内容およびメンバーの詳細は、プロジェクトのホームページ「地域の食とプラネタリーヘルス」に掲載している。<https://localfoodlab-ph.org/>（最終アクセス：2024年1月31日）
2. 瀬戸内地域は、700を超える島々と陸域を含み、11府県（大阪、兵庫、和歌山、岡山、広島、山口、香川、愛媛、徳島、大分、福岡）に接している。瀬戸内は海全体を指す言葉であるとともに、陸地（島および本土の沿岸）をも含んだ全空間を指す地域名称でもある。
3. 本ワークショップでは、「ラダック・氷河の羊飼ひ」(2015年製作、監督：スタンジン・ドルジェ)の一部が上映された。
4. 本報告における講演内容とディスカッションの記述は、講演者らの発言を一人称としたものでなく、筆者らの立場で講演内容をまとめる形をとった。

参考文献

Whitmee S, Haines A, Beyrer C, et al.

- 2015 Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation-Lancet Commission on planetary health. *Lancet*. 14;386(10007):1973-2028.

Willett W, Rockström J, Loken B, et al.

- 2019 Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *Lancet*. 2;393(10170):447-492.

木村友美、齋藤 優久乃、伊東 実穂、山道 萌子、Raffaello Riley VOLUNTAD、高松 真夕

- 2023 『『地域の食』を探究する—瀬戸内食のフィールドワークから』未来共創、10号、311-335.

ヘレナ・ノーバーク=ホッジ

- 2003 「懐かしい未来—ラダックから学ぶ」ヤマケイ文庫.

モハーチ・ゲルゲイ、木村友美

- 2022 「プラネタリーヘルスと食の変革—人と地球の健康から「バックループ」の実験へ」稲村哲也、山極寿一、清水展、阿部健一編著『レジリエンス人類史』京都大学学術出版会. 419-434.