昭和42年5月12日第三種郵便物認可　第17193号　（日刊）

朝日小学生新聞

肉をだく恐竜
8面 まんが 八犬伝
別刷り かぞくの新聞
ピックアップ 雲海ができるわけ 4面
空からのたより イラスト・フジタヒロミ

プラントベースフード

植物がもとになった材料だけの食べ物

食べて温暖化から環境を守ろう

牛肉などの代わりに大豆などで作った「代替肉」をはじめ、植物（プラント）由来の材料だけから作られる食べ物が「プラントベースフード」とよばれ、広がりを見せています。環境に優しいものとして期待され、お店や食卓で目にする機会が増えそうです。（佐藤美咲）

「未来のために」企業も商品を開発

肉や卵などの動物由来の原料は使わず、野菜やくだもの、豆など植物性のものだけで作られる、プラントベースフード。肉の生産は、牛などを育てる過程で温室効果ガスが発生するため、地球温暖化防止の観点から問題視されてきました。その意味で、植物性のものは肉に比べて環境に優しいとされています。

食べて環境を守ろう――。「持続可能な開発」に取り組む企業は、植物由来の商品を積極的に提供しています。

10月9日、家具チェーン「IKEA」のIKEA Tokyo-Bay（千葉県船橋市）を訪れました。レストランエリアの電光掲示板には、黄エンドウ豆由来のたんぱく質などを使った「プラントボール」をはじめ、さまざまなメニューが映し出されていました。

イケア・ジャパンでは、去年から原料に植物だけを使ったメニューを次々と販売。2022年までに全食料品のうち約2割を植物由来のものにすることをめざしています。担当者の佐川季由さんは、「週に1回、月に1回口にして、自分たちの未来につながることを少しでも感じてもらえたらうれしいです」。

IKEA Tokyo-Bayレストランエリアの電光掲示板。プラントボールは、日本で年間100万個売れているミートボールを再現したもので、食感も味も肉のような満足感でした＝9日、千葉県船橋市

イチゴの果汁を使ったストロベリーソフトアイス。乳製品などを使わないスイーツも販売しています＝イケア・ジャパン提供

好きなドリンクとトーストがセットのモーニング。トッピングは3種類から選べます＝5日、東京都中央区の「KOMEDA is 口」

来店がきっかけになれば

喫茶店チェーンのコメダは7月、東京都中央区にプラントベースフードの専門店「KOMEDA is 口」をオープンしました。

モーニング（朝のサービスメニュー）をたのむと、トーストにぬってあったのは豆乳のバター。オーツ麦を使ったオーツミルクは豆乳よりもくせがなく、すっきりとした甘さでした。

広報担当の伊藤綾子さんは、「プラントベースのお店と知らずに入店されるお客さんも多い。お店をきっかけに知っていただけたら」と話します。

新たな食の選択肢の一つとして

植物性料理研究家協会の浅倉亜美さんによると、プラントベースフードという言葉は2016年にアメリカで生まれました。「動物や環境を守るため」などの考えから、肉や魚を食べない「ベジタリアン」や、乳製品や卵などもとらない「ビーガン」という言葉がもともとありましたが、敷居が高いイメージを持たれやすいといいます。そのため、気軽に植物由来のものを取り入れてほしいという思いから、新しい言葉が使われ始めたそうです。

「だれもが好きなときに、好きなだけ取り入れられるのが魅力。新たな食の選択肢の一つとして、世界中で人気が高まっています」

人気のあの商品たちも

日本では19年後半ごろから耳にすることが増えました。今年3月には江崎グリコが豆乳やアーモンドを使ったプリン、4月にはアサヒ飲料が豆乳を原料としたグリーン・カルピスを発売し、身近になってきています。

同協会の中谷完さんは、日本にはみそやしょうゆなど大豆を使ったものが多いことや、肉や魚を使わない伝統食「精進料理」があることなどから、プラントベースフードが受け入れられやすいのではないかと考えます。

「まずは味わってみて。そこからお気に入りのものを見つけてみてください」

3月に発売された「植物生まれのプッチンプリン Big」＝江崎グリコ提供

こども天声語

3年生以上で新しい英語の勉強が始まって半年が過ぎました。楽しく学べていますか。でも世界に数千ある言語のうち、どうして英語を学ぶのでしょう。

▼15世紀ごろ、航海技術が発達しヨーロッパの人々は船で遠くに行くようになりました。ポルトガルやスペインはアメリカ大陸などに進出し、現地の人たちを支配して植民地にしました。「大航海時代」です。今でもブラジルではポルトガル語が、ほかの中南米の多くの国ではスペイン語が使われています▼オランダ、フランスなどが続きました。中でもイギリス（英国）は最盛期には世界の4分の1を支配し、「大英帝国」と呼ばれました。その後、植民地の多くは独立しましたが、アメリカ、南アフリカ、シンガポール、オーストラリアなど英語を使う国が多いのはこのためです▼英語が世界共通語のように広まった背景には、こんな歴史があることも知っておきましょう。

文章や図で人にわかりやすく説明する力がつく！
「お絵かき」を取り入れた新感覚ドリル！
3～4年生向け！ お絵かき作文ドリル 基礎編
4～5年生向け！ お絵かき作文ドリル チャレンジ編
著・坂本聰（寄学舎代表）
イラスト・ナカタベンチ
ISBN 978-4-02-191102-6 C6081
ISBN 978-4-02-191103-3 C6081