

アメリカのサツマイモ 大不況でもなぜか代用食にはならなかった

川越いも友の会 会長 ベーリ・ドゥエル

アメリカのサツマイモの消費量は日本より少なくても、やはり焼き芋が一番人気がある食べ方である。大不況のアメリカではサツマイモの消費量が今より何倍も高く、そのときでも焼き芋が主な食べ方のようにであった。

日本では第2次世界大戦の終わり頃から食糧難が何年間も続き、代用食になったサツマイモにより大勢の命が救われた。救荒作物としてそのころの日本のサツマイモの栽培面積は史上最大であった。

アメリカでも1929年に始まった大不況の影響で失業者が増えた。1931年より1940年までの失業率が10パーセント以上で、1932年より1935年までが20パーセント以上だった。又、農業の分野を外して失業率を見れば、1931年より1940年まで20パーセント以上になり、特に1932年より1935年までは30パーセント以上まで上がった。

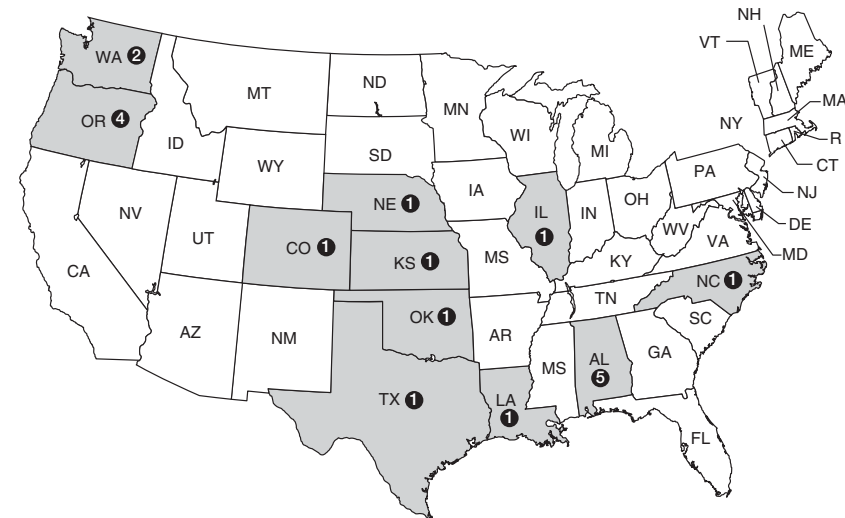
大不況の高い失業率が食生活にも影響があった。サツマイモの栽培面積が1932年に史上最大の429,000 haになっても日本の1949年の最大面積441,000 haに負けた。両国の当時の面積を合わせて現在の世界のサツマイモ面積の1割弱になる。当時の日本とアメリカは生産国として現在多くサツマイモを栽培している中国、ウガンダ、タンザニア、ナイジェリアの次になる。

以上のアメリカの統計に家庭菜園で栽培されていたサツマイモの面積が含まれていないので、実際の面積はもっとあったと推測できる。

私はアメリカの大不況の頃の生のサツマイモの話を知りたいために、なるべく幅広い範囲でお年寄りを調査した。大不況が始まった年から、アメリカが第二次世界大戦に入る1941年までのサツマイモ事情を知るために、17人の協力を得た。少人数でも白人(13人)や黒人(2人)や日系米人(2人)もいた。女の人が9人、男の人が8人。生年月日が1914年から1935年

までである。又、都会住まい(8人)も田舎住まい(11人)もいて、大不況のころ様々な地域で住んでいた皆さんがいた。(村で住んでも田舎と宣言する人も、田舎ではないと宣言する人も両方いたのでそれを分ける事で苦労した。)

サツマイモの食べ方は人種に関係ない。食べ方の違いは、人種の関係より住む場所の方に大きい影響があったので、以下の話に人種関係の話は出てこない。



※調査した17人のアメリカ人の1930年代の住所。(引っ越しにより、足した人数が17人を超える。)

※対象の州の日本語訳：WA=ワシントン、OR=オレゴン、NE=ネブラスカ、CO=コロラド、KS=カンザス、OK=オクラホマ、TX=テキサス、LA=ルイジアナ、IL=イリノイ、AL=アラバマ、NC=ノースカロライナ

調査の結果を見ると先ず驚く点が2つほど

- 1) 大不況の頃のサツマイモの消費量が現在より多くても、国民はそれを代用食だと意識しない様である。
- 2) 日本の食糧難の頃サツマイモの葉っぱも食べた人がいたが、大不況のアメリカではそれを食べた人はどういうわけかいなかったようである。

アメリカが日本と似ているような傾向で、食糧難が解決してからサツマイモの消費量がどんどん減り、両国の現在の栽培面積を合わせても世界のサツマイモ面積の1パーセント以下まで下がってきた。現在、年に1度しか食べないアメリカ人が殆ど。サツマイモを食べる日は、11月の第4木曜日の感謝祭の日に絞られてきた。当日、七面鳥と克蘭ベリー等と一緒にサツマイモを何かの形で食べる。オープン焼き芋や芋パイや洋風大学芋のような作り方が多い。

大不況の頃のサツマイモの人気の食べ方もやはり焼き芋だった。調査した17人の**主なサツマイモの食べ方は**：

- オープン焼き芋(バター等を付けて食べる)：14人
- 焼き火焼き芋：1人
- 洋風大学芋：10人
- パイ：6人
- 煮込み：2人
- 蒸し芋：1人
- 野菜炒め風：2人
- シチュー：1人

サツマイモを食べる回数

- 夏の終わりから冬の終わり頃まで、毎日3食：1人
オクラホマ州の田舎
- 夏の終わりから冬の終わり頃まで、殆ど毎日：2人
ネブラスカ州、アラバマ州の田舎
- 夏の終わりから冬の終わり頃まで、週に3・4回：2人
アラバマ州の田舎と都会
- 感謝祭、クリスマス、正月など、その他週に2・3回：1人
ノースカロライナ州の田舎
- 感謝祭、クリスマス、正月など、日曜日の昼食、誕生会、親戚の集まり

- など：1人
オレゴン州の都会
- 感謝祭、クリスマス、正月など、その他月に1回位：5人
アラバマ州、ルイジアナ州の都会、カンザス州、オレゴン州の田舎
- 月に1回位：1人
テキサス州の都会
- 感謝祭、クリスマス、正月など：3人
コロラド州、オレゴン州、ワシントン州の田舎
- 正月：1人
オレゴン州の田舎

1938年発行の『子鹿物語』(ローリングズ著)という小説とあまり変わらない経験者もいた。バクスター家が苦しい暮らしをしたように、現場のフロリダ州ではやはりサツマイモの収穫から半年くらい毎日3食サツマイモを食べた。

思い出話

- 1) ネブラスカ州出身の方のお父さんがリスや野ウサギを撃った時、それが豚代わりの御菜になった。本人が兄弟と近くの空き地でアカザやタンポポ等の野草を摘んだ。それが数少ない野菜の追加になった。食事が物足りない日も少なくなかった。お父さんが保険屋さんで、客がお金がないことがあった。農家の場合、お金代わりに保険料を食べ物で払った。
- 2) 甘い物が少ないので、子供が喜んでサツマイモを食べた。栽培した野菜も摘んだ野草も両方食べた。近所の皆が良くお互いに助け合った。お金の節約が必要な時代だった。(オクラホマ州)
- 3) 大学生の頃、ドレスが2着しかなかった。お小遣いが少なく、ある時3人の友達とソーダ水売場へ行き、だれもココ・コーラを買うお金がなく、4人が割り勘で一杯を買い、4本のストローで皆同時にそれを飲んだ。(テキサス州)
- 4) 近所の皆と良く助け合い、誰かが余分の何かがある時皆に分けた。同じく、隣の家の家庭菜園で余りがあった時、許可を得て、自分で摘んだ。日曜日の昼食が一週間の一番豊かな食事だった。(オレゴン州)

- 5)物があまりない時代だったが、田舎では皆自給自足なので、満足できる生活だった。(カンザス州)
- 6)親戚を手伝い、荒地を畑に変える時、よく焚き火をし、その時よくサツマイモを焼いた。(オレゴン州)
- 7)子供の頃失業者が田舎へ行き、農家の手伝いをして、給料代わりに食事と寝るところをもらった人も少なくない。(アラバマ州)
- 8)都会のアラバマ州出身の方が毎晩米のご飯を食べた。但し、日本式の主食として食べるのではなく、副菜として肉汁をかけて食べた。焼き芋を食べる時、それが副菜のご飯代わりだった。

サツマイモの入手法

多くの皆さんが生芋を購入した(13人)。

その他は自家製(6人)、サツマイモ缶詰の購入(2人)、物々交換(1人)。
答えのダブりの関係で、合計が17人を超える。

食べた品種

品種名を覚えている人がいない。けれどもある程度カロチンが含まれている品種が多少多かったようである。肉がオレンジ色のサツマイモを食べた人数(13人)に対して肉が黄色の芋を食べたの人数(11人)である。他に肉が白い芋を食べたのが2人。肉がオレンジの方が甘く、甘いものの少ない時代でありがたいものだった。

サツマイモと一緒に何を食べたか

決まっているメニューがなく、非常に幅が広いものと一緒にサツマイモを食べたようである。結局物が少ない時代なので、あるものと一緒に食べた事が多いようである。但し、特別な食事のメニューにサツマイモが出たときは牛や魚以外の肉が多かった様である。

オーブンの話

当時のオーブンに温度計があまりなく奥さん達はオーブンに手を入れ、勘で温度を判断した。地方と家庭の事情により使う燃料が様々だった。

- 薪：アラバマ州、オレゴン州、ワシントン州、ノースカロライナ州、コロラド州、ネブラスカ州、オクラホマ州の田舎
- 天然ガス：アラバマ州、ルイジアナ州、テキサス州の都会
- 灯油：アラバマ州、カンザス州、テキサス州、オレゴン州の田舎
- トウモロコシの穂軸：ネブラスカ州の田舎(石炭に火をつける役割)
- 石炭：ネブラスカ州、コロラド州の田舎
- 電気：オレゴン州の都会、コロラド州の田舎(1930年代の後半から)



1940年代の初め頃のオーブン。燃料が薪。頑丈な鉄造りで、重さが140キログラム。グリドルの高さが80センチ強。上部の2ヶ所に来上がった料理を入れれば、冷めない。又、パン生地を発酵させる場所にもなった。

下部の右側がオーブンのドア。左上の小さいドアを開け、薪を入れる。左下のドアから灰を出す。薪の量、または空気の入出力具合等の調整により温度調整ができた。(同写真の撮影が台所ではなく、民家の車庫外なので、実際に調理する時に必要な煙突がオーブン後ろに揃っていない。同オーブンは珙瑯引きで、オーブンのドアは温度計付。平凡なオーブンはもっと地味で、温度計無し。)



オーブンにサツマイモを入れる。

サツマイモの印象

サツマイモをたくさん食べてもサツマイモが嫌いになった人が一人もない。皆、今でもサツマイモが好きだが大不況の頃の量と比べれば、現在の消費量は少ない。当時、サツマイモの代わりに何を食べたか聞いたら、2人がビーフステーキと答え、もう1人がケーキやアイスクリームと答えたので、私の質問が十分通じなかったようである。というのは、他の皆が大変喜んでサツマイモを食べて、現在でも食べる量が少なくても喜んで食べているからだ。

日本の代用食用のサツマイモ時代と何が違うのでしょうか。調査したアメリカ人にサツマイモが食生活ではどのような役割があったかと聞いたら、「副菜」と答えた人が15人、「デザート」が7人、「お八つ」が5人で、日本の食糧難時代と違い、サツマイモが「主食」と答える人が一人もない。多くのアメリカ人が現在でもジャガイモを「副菜」として1日1回以上食べている。それでサツマイモを多く食べることへの抵抗がないと想像する。

今回の調査に協力してくださった皆さんに大変感謝しています。皆は大不況のころの生きているデータベースなので大事な生き字引きである。皆当時の苦勞を乗り越えて、様々な道があった：教員や牧師や管理者や会社員や公務員や主婦などなどである。



アメリカで人気のあるカロチン系のイモを利用して、サツマイモ・フライの試作をする筆者（写真左：ベリ・ドゥエル氏）
アメリカのワシントン州シアトル市の弟の自宅にて



サツマイモとヨーグルト

イモ類は健康食と言われている。ヨーロッパでは、ジャガイモをダイエット・フーズとして考え、ポテト・ダイエットなる活用法もあると言われる。焼き芋も、ある健康雑誌において「焼き芋ダイエット」なる特集が組まれていた。方法は、焼き芋の粉末を大さじ1～2杯、牛乳に入れて「焼き芋ミルク」にして、朝昼晩の食前か、間食代わりに飲むというものである。一般にサツマイモは準完全食品と言われ、栄養的にも相性の良い乳製品と一緒に摂取すると良いとされる。

理化学研究所の辨野義己博士著の『究極のヨーグルト健康法』（講談社）中に、サツマイモ入りヨーグルト食の実践とウォーキングにより、不健康な食生活から脱出し、体重と体脂肪率を減らしたうえに、痛風や花粉症まで克服した自らの体験談をのせている。毎朝早起し、両手足にオモリをつけ、一時間ほどウォーキングをして8000歩以上歩き、食事野菜中心の食事に切り替えた。そして、特にふかしたサツマイモをさいの目に切ってプレーンヨーグルトに混ぜたサツマイモヨーグルトを毎朝食べ続け、さらに研究室にも持参して昼食でもそれを食べたそうである。半年間で効果が顕著に現れ、自らの研究テーマの腸内細菌の成果も踏まえ、やはり健康の鍵は腸内環境をよくし、腸年齢を若く保つことであるという。

私も博士の出演しているTV番組や著書、雑誌等を見て、実際にサツマイモヨーグルトを試してみた。小太のサツマイモ1本をオーブンで焼き芋にして、冷ましてからプレーンヨーグルトをたっぷりかけ食べてみた。芋の甘味とヨーグルトの酸味がバランスよく効いて美味しかった。翌朝の便も快便で、大量に出たうえに、便の色もよかった。イチゴやキウイ、バナナ等の果物でも試してみたが、やはりサツマイモが一番快便効果があった。

これからの高齢社会の国民の健康を考えると、サツマイモ業界もヨーグルト業界と手を組み、イモ&ヨーグルトの常食を唱えたらどうだろうか。

（川越いも友の会：山田英次）