



未来のために、私たちに何が
できるか

Case 3

シカ肉料理を通して生物・文化の多様性を守る

取材執筆/加藤しのぶ 撮影/喜多章



Photo by Naoto Kanahisa

愛deer料理教室

「愛deer料理教室」代表
林真理さん

生物多様性を脅かすシカ

背の高い木々は緑が生い茂っているのに、一定の高さ以下には草ひとつなく土がむき出し——今、そんな異様な森の姿が全国的に広がっているのをご存じだろうか。これは、ディアライン¹シカの口が届く高さ以下に生育する下層の植物が、シカによって食べつくされたことで見られる現象である。明治²昭和初期の乱獲で絶滅に瀕した際に取られた保護政策が平成19（2007）年まで続いたことや、オオカミなどシカを捕食する動物の減少などを背景に、近年シカの個体数は爆発的に増加し、生物多様性を脅かす存在となっ

ている。さらに、足りない餌を求めて人里に下りてきたシカがもたらす農業被害も億単位となり、年々深刻化している。農業被害額が全国でも上位に位置する兵庫県では、ニホンジカの生息数が15万頭弱に上り、生息範囲も県全域に広がっている。当年間3万7000頭以上、1日100頭を捕獲しなければ、増加を防げない現状である。そうして捕獲されたシカのほとんどが廃棄されている。（兵庫県森林動物研究センター横山真弓氏より）

林さんはその事実を衝撃を受けた。5年前、購読していた日本農業新聞にもシカの農業被害の記事が度々載り、関心を寄せていた折のことだ。外国ではジビエ（食材

「生物多様性——生きものたちの個性とつながり」の危機。聞き慣れないこの言葉を身近にひもとくキーワードのひとつに「シカ」がある。野生のシカを通して浮かぶ問題に、「食」の面から取り組んでいるのが、兵庫県で「愛deer料理教室」を主宰する林真理さんである。

として獲られた野生の鳥獣）として親しまれる高級食材のシカが日本では廃棄されている……どうにかできないだろうか。それまで料理教室を開いていた林さんの出した答えは、シンプルだった。「美味しいのに食べないともったいない。まずは美味しさを知ってもらおう」

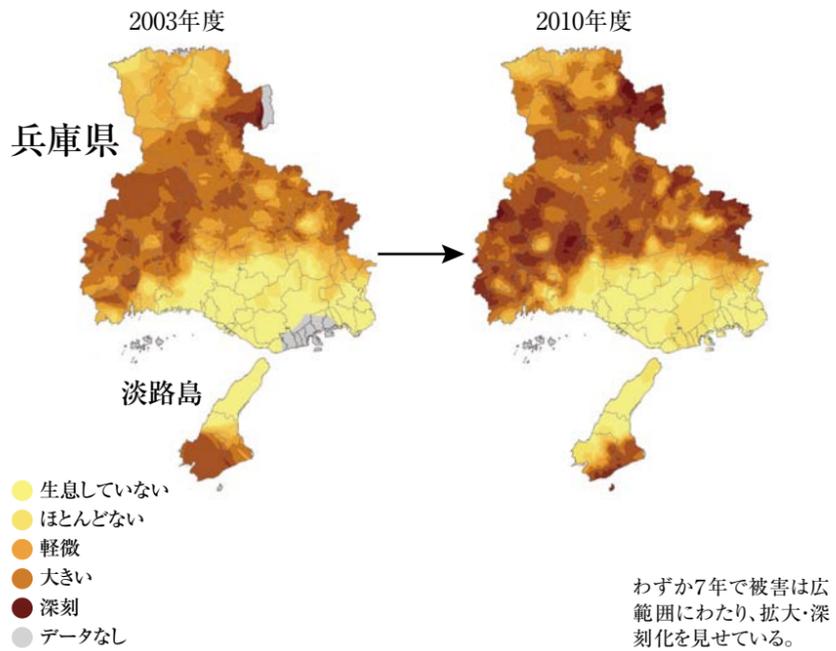
その思いを形にしたのが「愛deer料理教室」。現在、毎月第4火曜日開催の「シカ肉を食べる会」をはじめ、各地で料理教室を開催し、シカを取り巻く現況を伝えつつシカ肉料理を広める活動をしている。

安全、高栄養、何より美味しい

体脂肪率わずか3%以下のシカ肉は低脂肪、高タンパク、鉄分豊富と栄養価が高いのが特徴だ。とはいえ、硬くて臭みが強いのは？ 「新鮮で血抜きがきちんできていれば臭みはありません。ただ脂肪がほとんどないため、ワインに漬け込むなどしてしっとりとして食べられるようにしています」 野山を駆け回る野生のシカには感染症などの心配もほとんどないという。特に「愛deer料理教室」では、兵庫県策定の「ひょうごシカ肉活用ガイドライン」に沿って衛生的に処理された肉だけを推奨している。野菜ソムリエの資格ももつ林さんが考案するレシピは、どれも野菜をたっぷり使い、やわらかい肉の食感と、シカ肉本来の味わいが楽しめるものばかりだ。 「シカ肉は現代の食の課題も浮き彫りにしています。例えば食品偽装などが問題になるなか、正しく処理された野生肉の方が安全ですし、化学調味料や濃い味に慣れた舌に、繊細なシカの味を覚えさせることは大事だと思っています」 「文化」として食へ継ぐ 林さんの活動の目的は、ただも

Data

兵庫県におけるニホンジカの農業被害最新分布図



（資料提供：兵庫県森林動物研究センター <http://www.wmi-hyogo.jp/>）

つたいないから食べよう」というだけのものではない。 古来日本ではシカ肉を「もみじ肉」と呼び食する習慣があった。そうしたシカ肉の価値をいま一度高め、保護政策で途絶えてしまった、多様な食文化を次代に伝えることが何より大切だと考えている。 まだまだ「ゲテモノ食」という見方がある。一方で、アレルギーで家畜肉を受け付けなかったがシ

カ肉は食べられて、「シカに救われた」という人もいる。いろいろな立場の人の話を聞くと「何が本来の自然だろう」と考えてしまうという。それでも、「食文化の多様性を伝えていきたい」という考えはぶれることがない。さまざまに反応を柔軟に受け止めながら、シカ肉のすばらしさを知ってもらいたいと願う林さんの活動は着実に広がっている。

Case Study 3

愛deer料理教室

野菜もたっぷり
林真理さん考案の
シカ肉レシピ



自家製シカハムのラップロール



シカ肉とキノコのトマト仕立て

ラップロールはシカ肉の繊細かつ奥行きのある滋味を、トマト仕立てはワインに漬けたシカ肉のしっとりしたやわらかい食感を堪能できる。



手軽につくれて美味しい

身近なものばかりでつくられるのに味わいはシカならではのレシピに、参加者からは「食べても腹にもたれない」「臭みがなくて驚きました」と驚きの声。（料理教室は兵庫県主催・大阪ガス共催）