
ラオス都市部の食生活における油物の受容に関する考察

海老澤 圭（早稲田大学文化構想学部非常勤講師）

A Study on the Acceptance Situation of Cooking with Oil in the Dietary Habits of Urban Laos.

Kei Ebisawa

School of Culture, Media and Society, Waseda University

ABSTRACT

This paper aims to elucidate the recent situation of the use of edible oil in Laos. First, the previous studies about edible oil are put together in order to clarify the nature of edible oil. Second, by utilizing the previous studies and the experience from my fieldwork, the sorts of stir-frying and deep-frying in Laos, and the use of edible oil there in the past 30 years or so are explained. Third, the research field of this paper, Laos, and its capital city, Vientiane, are introduced. Fourth, the information about my informants for this paper and the data of their everyday lunch are exhibited. Finally, the data is analyzed from the perspective of (1) age, (2) economic resources, and (3) occupation and/or workplace, then the position of the dishes using edible oil in recent Lao food culture is also analyzed.

はじめに

「油物」と聞くと、日本の人々の中には肯定的であり否定的であるというアンビバレントな感情を持っている人も少なくないだろう。一般的には「美味しい」という肯定的な評価を下す人もいれば、「食べ過ぎると太る」ことや、特に中高年の人々からは「胃がもたれる」という否定的な意見もよく耳にする。

筆者は2020年の論文内で、先行研究におけるラオス人民民主共和国（以下ラオス）の従来の（伝統的¹⁾な食文化の特徴を明らかにした上で、ラオスの飲み屋における食事と比較をした。そこで最も乖離があった点として、ラオスの従来の食文化の特徴の一つである「油の使用は限定的（豚肉の油のみである）」と相反して、飲み屋においては炒め物と揚げ物が非常に高い割合で注文される傾向にあることが判明した。その上で、炒め物や揚げ物を含む飲み屋で注文される料理の多くが普段はあまり食されないもの、すなわち非日常性を孕んだものであることを明らかにした〔海老澤2020〕。

その一方で、油脂を用いた料理（以下、油物）に関する近年のデータが存在しないことと、油の使用／不使用に関して言及している先行研究が最も新しいものでも2009年〔岩佐2009〕であることから、実際に近年のラオスにおいて油物の摂取が日常的か非日常的かを調べる必要があると考えた。

本論文では、まず第1節で油脂に関する先行研究をまとめた上で、油脂そのものの性質を明らかにする。次に、先行研究とフィールドデータを織り交ぜた上でラオスにおける炒め物・揚げ物の種類を詳らかにする。最後に、ここ30年ほどのラオスにおける食用油の状況を紹介する。第2節では、フィールドであるラオスという国と、首都ビエンチャンについて簡潔にまとめる。第3節では、はじめに各インフォーマントの過去の背景や状況を概説した後、2014年～2019年のフィールドワークで入手をしたインフォーマントの日常の食事データを提示する。次に、提示されたデータを参照した上で、各インフォーマントの食生活における油物の在り方についてまとめる。第4節では、前節でまとめたデータをふまえて、第1に、(1)年齢、(2)経済力、(3)職業・職場の3点と油物の摂取の多寡について分析をする。最後に、先行研究をふまえた上で、現代ラオスの食文化における油物の位置付けについて分析をする。

1. 油脂に関する先行研究及びラオスにおける油脂を用いた調理法

油脂に関する先行研究は決して多くは存在しないため、本節ではまず油脂について、イギリスの食文化研究の大家であるアラン・デヴィッドソンが編纂をした食文化事典である *The Oxford Companion to Food* (2006) を頼りにその特徴を明らかにする。

また、先行研究とフィールドワークで得た知見を織り交ぜて、ラオスに存在する2種類の「炒める」方法と2種類の「揚げる」方法及びそれぞれの相違点について言及する。

1-1. 贅沢品とサプリメントとしての食用油

デヴィッドソンは、食べ物を美味しくする油脂は、料理と食事の両方の観点から見るとある程度贅沢であると説明をする。また、油脂は消化するための時間が長いと、油脂を含む食物は胃に長時間残る可能性があるという。しかし、体が必要とする脂肪は実は他の食品から得ることができるため、栄養の側面から見ると油脂はほとんど必要ない。デヴィッドソンは、「油脂がほとんど必要ない」事例として、伝統的な日本の食事は西洋の食事に比べて油脂をあまり含んでいないにもかかわらず、日本人は健康を維持していると指摘している [Davidson 2006: 291]。

上記の事実をまとめてみると、油脂は (1) 料理としても食事としても贅沢である、(2) 食べ物を美味しくする効果が期待できる、(3) 胃の中に長時間留まる、(4) 栄養の側面からはほとんど必要ない、という4つの特徴にまとめることができる。換言すれば、油脂の特徴は、栄養の観点からは決して食事に必要な要素ではなく、人体にとって重要な素材ではない一方、料理を美味しくしたり腹持ちを良くしたりといった「贅沢かつ補助的」な特性を持っていることであると言える。

1-2. 2種類の炒め方と、2種類の揚げ方：「クア」「パッド」、 「ジューン」「トート」

本節では、表題で示した通りラオスにおける2種類の「炒める」と2種類の「揚げる」について説明をする。

「クア」はラオスで最もシンプルな「炒める」方法である。その理由として、多くの場合は油脂を使用せず、使用したとしても少量しか用いないため [Önmanisön 2008: 112; Davidson 2013: 19]、油脂の使用が限定されている地

域でも利用可能な調理法である点が挙げられる。「クア」の一例として、生の米を、油を敷かずフライパンで炒めた後に、すりこ木とすり鉢で粉々になるまで搗いた材料であり、ラオス料理を代表するラープに欠かせない「カオクア」を提示しておく (写真1)。

比較的多くの油を使用して炒める「パッド」は、後述するようにつけて油脂の使用が極めて限定的であったラオスにおいては比較的新しい調理法である。カオパッド (写真2) と呼ばれる炒飯や、パット・ガバオ (写真3) と称されるいわゆるガバオライス、知り得る限りではピエンチャン、バンビエン、ルアンパバーン、サムヌア、ウドムサイ、ボーケーオ等のラオス各地の都市部に普及しており、現在のラオス都市部の食文化の中では一定の立ち位置を占めている。「パット」のもう一つの特徴は、一般的に伝統的なラオス料理は調理に長い時間がかかる [René 1959: 226] のとは対照的に、短い時間で調理されるということである。「パット」と名の付く料理のほとんどが、レストランでは5分以内に調理される。



(写真1. フライパンで調理したカオクア)

「ジューン」はラオスで古くから存在する「揚げる」調理法である。後述する「トート」と比較すると、「ジューン」は油の使用量が少ないのが特徴である。一例として、インフォーマントの一人が、発酵させた魚を揚げたジューンソムパー（写真4）を調理した際には、大匙3～4程度の油しか使用されていなかった。「少量の油で揚げる」ことを意味する英語の *shallow-fry* という単語がこれに当たると考えられる。

「トート」は、日本における揚げ物と同様、多量の油を用いて揚げる調理法である。日本でもなじみ深い軟骨のから揚げ・トートエンガイ（写真5）や、トートマンファランと呼ばれるフライドポテト、牛や水牛の口蓋を揚げたトートファック（写真6）等の料理を例示しておく。



(写真2. カオパッド、チャーハン)



(写真3. パットガバオ、ガバオライス)



(写真4. ジューンソムパー、発酵魚の揚げ物)



(写真5. トートエンガイ、とり軟骨のから揚げ)



(写真6. トートファック、牛の口蓋のから揚げ)

1-3. ラオスにおける食用油の使用に関する略史

最後に、ここ30年ほどのラオスの食用油に関する状況を概観する。

インフォーマントの一人であるビエンチャン在住のE氏によると、1990年代中頃～後半に植物油が市場に出回るようになった。しかし、当時の植物油はその価格の高さがゆえに現在のように誰でも購入できるわけではなく、決して広く用いられてはいなかった。その当時は未だ、植物油の代わりに食用の豚の油が使用されることが多かった(2018年8月23日のインタビュー)。また、ルアンパバーン出身のD氏によると、彼が中学生であった2004年以前は、やはり使用される油は、屠殺工場で作られていた豚の油だったという。しかし2004年以降は外国から製品化された植物油の入手が容易になり多くの人々が植物油を好むようになった結果、豚の油を使用する人の数は減少し、工場でも豚の油を作ることは無くなったという(2023年8月18日のインタビュー)。ゲイヌーは、彼の著書[Gouineau 1959: 226]の中で、当時ラオスで使用されていた食用油脂は「ベーコン(豚のバラ肉)の脂」だけであったと述べている。また小坂はラオス農村部を調査中に、食用油を使った調理方法は観察されなかったと報告している[落合ほか2008: 221]。

以上をまとめると、ラオスの料理における油脂の使用は、1950年代頃から存在していた一方、使用されていたのは豚の油であった。1990年代末頃まではそもそも食用油が手に入りやすく、ラオス人の間では「炒める」と「揚げる」調理法が一般的ではなかったが、2000年代前半頃から製品化した植物油が輸入されるようになり、2000年代半ば～2010年代前半以降は植物油の使用が一般的になったと推測できる。その一方で、農村部の中にはそもそも油脂を用いた調理方法が存在しない地域もある。

歴史的に見ると、タイとラオスを繋ぐ友好橋は1994年に開通し、その結果タイの製品がラオスに輸入されるようになった。少なくともフィールドワークを開始した2014年から現在に至るまで、植物油はその多くが外国、特にタイから輸入された製品であるが、価格は植物油1,000mlあたり30,000キープ～40,000キープ(約205円～273円)であり、その他の調味料と比べて若干値は張るものの、決して高価ではない²⁾。E氏が言及したように植物油は輸入が開始された当時比較的高価であったが、現在に至るまでの過程において、総輸入量の増加等による価格の廉価化やラオス国内の経済発展、それに伴う経済中間層の台頭を理由の一部として、特に都市部では一般家庭にしばしば置いてある調味料として存在するほどには普及している。

一方、食堂やレストランで提供される炒め物は一般的に屋台で販売されているラオス料理などの料理と比較する



(写真7. ビエンチャンのスーパーマーケットで販売されていた食用油)

と高価格である。炒め物の価格はたいてい、1人前が30,000キープ～40,000キープ(約205円～273円)程度であるが、屋台のラオス料理でもち米及び2人が満腹になるおかずを2種類購入した時の価格は通常30,000キープ(約205円)未満である。

以上を今一度まとめると、まず、約30年前に輸入が開始された植物油は、近年では廉価化が進んだものの、その相対的な価格の高さから、他の調味料と比較するとやや奢侈な印象もある。また、ラオスにおける食用油の使用の歴史を振り返ると比較的浅いことがわかる。したがって、食用油や、炒め物・揚げ物などの食用油を使用する料理は、農村部を主とする多くの中高年齢層にとっては馴染みの浅い調味料だとも考えられる。

2. フィールドについて

2-1. ラオス人民民主共和国

本節では、筆者が2014年からフィールドワークを行っているラオスについて紹介する。インドシナ半島で唯一の内陸国であるラオスは、周辺国（タイ、ベトナム、カンボジア、中国、ミャンマー）に比較すると人口は少なく、2020年の人口は7,447,396人である。国土面積は236,800 km²であり、その地形はほとんどが険しい山々であり、また国土の森林率は67.9%である。人口密度は東南アジアで最も低い部類に入るとされている³⁾。

以上の情報から、読者はこの国が自然豊かで田園的な風景から構成されていると想像するかもしれない。旅行代理店の広告では、森林、山、川、特に東南アジア最長のメコン川やその付近から見える夕日などをその魅力として強調している。実際に、ラオス国内のいたるところにこのような自然風景が存在していることは事実である。

しかし、筆者のフィールドであるラオスの首都ビエンチャンは必ずしも上述した印象と合致しない点が少なくない。



(地図 1⁴⁾．ラオス全土の地図)

2-2. 首都・ビエンチャン

ビエンチャンはラオス国内で最も人口密度の高い都市で、面積は3,920 km²、人口は665,000人である。筆者がフィールドとしている市街地は、ゲストハウス、レストラン、屋台、飲み屋、土産物店、企業、デパート、市場、政府関連機関などが連なって存在している。

朝晩は、主に自宅から通学をしたり、通勤移動したりするために、他の東南アジア諸国の首都でも見られるようなバイクや車が渋滞を起こす程に混雑する。その一方で日中の人出は少なく、時間帯によってはゴーストタウンのような様相を呈していることさえある。

ビエンチャンは首都であり、経済の中心地の一つであり、日中はオフィスやレストラン、市場などで多くの人々が働いているため、上記のような昼間の雰囲気醸成されている。また、ラオスの気候は熱帯モンスーンであるため、多くの人々は日中の外の暑さから逃れようと太陽の当たらない室内に留まる傾向にある。

その一方で、人々は夜になると活動的になる。夜の過ごし方は個人の状況によって異なる。たとえば特にビエンチャンで生まれ育った人々は、家族と過ごす時間を好む人が多い。他県から上京した学生や若い労働者たちは、金銭的な余裕があれば友人と外でビールを飲むことが多いが、経済的な理由から、ただ街を練り歩いたり、夜市の存在する広場で座って友達と話したりといった姿も散見される。

中心部では夜になるとメコン川沿いに多くの人々が集まり、上記のように時間を過ごす人もいれば、ナイトマーケットで買い物を楽しんだり、公園や小さな遊園地などでレクリエーションを楽しむ人の姿も見られる。都市部の夜の雰囲気はさながら永遠に終わることのない祭りのような様相を呈している。



(写真 8. ビエンチャンのメインストリートの一つ)

3. 日常生活における炒め物と揚げ物に関するデータ

本節では、まずインフォーマントの生活の背景を紹介する。次に、インフォーマントの日々の食事の量的データを提示するが、紙幅の事情により、昼食のデータにのみ焦点を当てることとする。

3-1. インフォーマントの描写

(1) Aさんおよびその家族

A氏は、ビエンチャンにおける主要なインフォーマントの一人である。東欧の大学に留学をして卒業をした後に、ラオスとタイの国境警備に従事していた。詳細はプライバシーの観点から省略をするが、複雑な事情から仕事を辞めざるを得なくなり、退職後は2008年から2020年頃までビエンチャンの市街地でレストランを運営していた。また、ビエンチャン市内に土地を所有しており、その一部を工場として賃貸することによる収入もあり、経済的には相当な余裕がある様子が見える。

かつて経営していたレストランでは、A氏とその妻はチャーハン、ガバオライス、炒め麺、スープ麺などのタイ料理を主に提供していたため、本論文で取り扱っている油物を含む様々な種類の料理を作る能力も備えている。

パーソナルな側面を見てみると、A氏は50代である現在でもなおいつも何か新しいものを食べることを好み、10歳ほど若いA氏の妻にも同様の傾向が見られる。A氏の妻は、食べた経験のある珍奇な料理（中国粥、インドカレー、日本の豚の生姜焼き等）を、レシピを参照することなく真似て作ることが得意である。

昼食は、食堂が経営されていた時には、平日は食堂のキッチンで、うるち米、スープ、肉、魚介類、野菜などの残り物を使って、主にタイ料理の特徴を持つような炒め物と揚げ物が調理されていた。

その一方で、週末はラオス料理を好むことが多い。週末になると、A氏らは食堂から車で20分程の場所に位置するA氏の妻の村で、A氏の妻の母や、その友人が調理したラオス料理をもち米とともに食べることを好む傾向にある。彼らはラオス料理を、忙しい平日の昼食と対照的な存在として、のんびりと過ごすための料理と見なしているようである。

(2) B氏, C氏

B氏とC氏は、2015年に行った2ヶ月間のフィールドワーク中に筆者が住んでいたアパートでハウスキーパーとして働いていた。B氏はラオス北部出身の（当時）20代半ばの独身男性で、C氏はビエンチャン出身の（当時）40代後半の独身女性である。ビエンチャンで生まれ育ったC氏は比較的裕福であるようで、毎日異なる色とりどりの洋服を着て、化粧品にも非常にお金をかけている様子がうかがえた。

B氏とC氏は日中にアパートの入り口のソファに座っていることが多く、筆者も一緒に話をしたり、テレビを見たりして交流を図っていた。筆者が外出先から帰ってくると「一緒に食事をしよう」と誘われることもしばしばあった。

B氏とC氏は、日中ハウスキーパーとしてアパートに常駐する義務があるため、近隣の屋台で購入したものを共有する食事スタイルが散見された。後述のデータが示しているように、主食は常にもち米が選択され、おかずはラオス料理を頻繁に選ぶ傾向も見られた。

(3) D氏

30代前半の独身男性であるD氏は2015年に初めて出会ったとき、私立大学で法律を学ぶために北部の一都市であるルアンパバーンの米農家からビエンチャンに上京をしていた。2016年にはルアンパバーン都市部でホテルの従業員として働き始めた。2018年にホテルの従業員から旅行代理店のスタッフに転職をしたが、2020年、COVID-19の影響で働いていた旅行代理店が無期限閉店となったため、職を失った。就職活動の結果、同年内にラオス北部の小都市・サムヌアで政府関連の環境開発系企業で務めることとなり、2022年には同企業のルアンパバーン支局に異動となった。なお、この企業の給料は日本円で約7万円相当であり、2023年5月に引き上げられた最低賃金が130万キープ（約8,888円）である〔山田2023〕ことを鑑みると、約7.9倍の金額である。また、2016年～2020年まではルアンパバーン都市部で、2020年から2022年まではサムヌア県で、それ以降は再びルアンパバーン都市部で一人暮らしをしていたため、特に電気鍋と炊飯器を購入した2021年以降は外食よりも自炊をする機会が多い傾向にある。

(4) E氏

40代前半男性であるE氏は、ビエンチャンで生まれ育った。40代女性である妻は大使館勤務であり、一人娘は私立の学校に通っている。

外国人観光客向けのバーのウェイター、ホテルの事務員、小学校の先生など、幾度に渡る転職を重ねた結果、ビエンチャンの中心部でレンタルバイクの店をオープンし、現在もその店の売り上げで生計を立てている。レンタルバイク屋の来客は観光シーズンを除いては決して多くはなく、特に雨の降りやすい雨期の客足は非常に少ない。

彼の経営する店の付近が観光地であり、ビジネス街でもあることから、近隣には様々なラオス料理を提供する屋台が存在する。そのため、一緒に食事をするときは、炭火で焼いた魚や肉、ラップ、パパイヤサラダ、もち米などの伝統的なラオス料理を選ぶ傾向にある。

その一方で、A氏夫妻と同様に、E氏夫妻も特に日本食を主とする珍奇な料理に興味があり、例年数回は、家族で日本食のビュッフェに行ったという話を聞く。その主因として、E氏の店の主な顧客の多くが外国人観光客であり、異文化に触れることが極めて日常的な経験であるという点が挙げられる。

3-2. 情報提供者の日常の食事データ

表1は、上記の各インフォーマントと共食をした際にとった昼食のデータである。大元のデータである料理は、まず調理方法別に分類され、次に調理方法別の摂取数と、その全体中での割合を降順に表したのが表1である。英語に翻訳できる調理方法は英単語に置き換え、翻訳できないものについては現地語のアルファベット表記をした上で、付録で解説をすることとする。

(表1. インフォーマントの昼食摂取に関するデータ)

A (2014-2019)		
Method	Times	Percentage
Soup	14	15
Fry (Phad)	13	14
non-glutinous rice	10	11
Deep-fry (Thod)	10	11
Tam	9	10
Others	9	10
glutinous rice	6	7
Jeaw	5	6
Fruits	4	5
Grill	4	4
Noodles	4	4
Boil	2	2
Hot pot	1	1
計	91	100

B and C (2015)		
Method	Times	Percentage
Glutinous rice	8	18
Grill	6	14
Fruits	5	11
Others	5	11
Deep-fry (Thod)	4	9
Dried	3	7
Fry (Phad)	3	7
fermented	2	5
Raw	2	5
Jeaw	2	5
Mok	2	4
Bread	1	2
Tam	1	2
計	44	100

D (2016-2019)		
Method	Times	Percentage
Soup	4	17
Fry (Phad)	3	13
Deep-fry (Thod)	3	13
Glutinous rice	3	13
Others	2	8
Grill	2	8
Lap	2	8
Simmer	1	4
Tam	1	4
Non-glutinous rice	1	4
Dress	1	4
Jeaw	1	4
計	24	100

E (2015-2016)		
Method	Times	Percentage
Noodles	3	30
Grill	2	20
fermented	1	10
Tam	1	10
Rice Porridge	1	10
Fry	1	10
Non-glutinous rice	1	10
計	10	100

3-3. 各インフォーマントの油物の受容の度合いについて

A氏とその家族

A氏と彼の家族の昼食は、全ての食事のうち25%が炒め物と揚げ物で構成されていることが示されており、また炒め物の方は3%割合が高い。

この数字は他のインフォーマントと比較すると値が高く、A氏とその家族が比較的炒め物と揚げ物を肯定的に受容している様子が伺える。その一方で、彼らの日常的な食時の中心を油物が占めている論拠とするのには不十分な

数字だと言える。

なお、他のインフォーマントよりも高い割合となっている背景には、上述したように彼らの家族がビエンチャンで多くの土地を所有している富裕層であること、彼らの経営するレストランで提供されている料理が炒め物を中心としているため炒め物を作る技術と設備を持っていること、また昼食はレストランの設備を用いて作られた炒め物・揚げ物が多いといった理由が挙げられる。もう一つ「炒め物」の割合が特に高い理由として、彼ら自身が昼～午後時間帯は多くの来客に対して食事を提供しなければならず、彼ら自身もまた自分たちの食事を調理するために時間を割けないため、前述したように調理時間の短い炒め物を、一種のファストフードとして利用している点も着目に値する。

D 氏

D 氏の昼食は、26%が炒め物と揚げ物で構成されていることが明らかになった。D 氏は決して油物が嫌いなわけではなく、自炊・外食を問わず油物をしばしば口にする。その一方で、一事例として2024年8～9月のフィールドデータを提示するが、D 氏は昼食に関しては、炒め物と揚げ物よりもラオス料理を食べたがる傾向が見られた（表2）。幼少期から大学進学までルアンパバーン農村部の米農家で育ったD 氏は、炒め物や揚げ物よりもラオス料理を志向する傾向がある。

2021年にオンラインで行ったインタビューによると、彼は「仕事がある日はいつも昼休みが限られているため、炒め物を主とするファストフードを選ぶことが多い」という（2021年4月のインタビュー）。彼が油物を選択する背景には、上述したような仕事の多忙さに伴う短時間で昼食を済ませる必要性という理由も含まれることは見逃せない事実である。

（表2. ジャンル別に分類したD 氏の昼食）

D (2024/8/6~9/18)		
Genre	Times	Percentage
Laotian	25	50
Deep-fry, Fry	15	30
Others	10	20
Total	50	100

B 氏, C 氏,

B 氏・C 氏の共食では、炒め物と揚げ物の割合は全体の16%であり、A 氏とD 氏の割合よりも低いことは明白である。

まず、本節冒頭で述べたように、B 氏はラオス北部の農村部から首都ビエンチャンに上京をしたという経緯がある。D 氏と同様に、地方から都会への移住者たちは、地元で普段食べていたラオス料理を好む傾向が強い。C 氏については、第2節で書かれているように、1990年代末頃まで食用油の入手が困難だったことと彼女の年齢を鑑みると、やはり炒め物や揚げ物を選ぶ傾向は少ないと推測できる。

E 氏

E 氏の昼食における炒め物と揚げ物の割合は全体の10%であった。E 氏の場合、日中は一人で仕事をしており、朝から夕方までの営業時間中はいつ顧客が来るかわからないことと、顧客から保証のために預かっているパスポートやその日の売上金、そして彼の重要な商売道具であるバイクを盗まれる可能性があるというセキュリティ上の理由から長時間外出することできないため、昼食は家から持ち運んでくるか、あるいは近所で購入する必要がある。また、外食（およびテイクアウト）の場合、彼の昼食の選択肢は店の近くにあるラオス料理の屋台に限定されるため、炒め物や揚げ物をほとんど食べることがないという結果が出たと考えられる。

4. 分析

第3節では、インフォーマントの日々の食生活について昼食のデータを提示し、彼らの食生活に油脂を用いた炒め物・揚げ物がどれほど含まれているのかを明らかにした。しかし、最も多い割合を占めたA氏とその家族およびD氏についてもその割合は25%程度に過ぎず、その他のインフォーマントは総じて20%以下の割合であった。

本節では、第3節でまとめた内容をベースに、インフォーマントの食生活における油物の在り方とその背景について分析を進める。

4-1. 油物に関するインフォーマントの日々の食生活の分析

前節で提示した表1及びインフォーマントごとの状況を鑑みると、多くのインフォーマントが油物のある程度は摂取していたが、彼らの食生活における油物の存在は、個人の状況にもよる一方、日々の食生活に欠かせないほど重要な要素ではないことがわかる。

また、油物を食べる頻度に関連する要素として、(1) 年齢、(2) 経済力、(3) 職業・職場、の3点が複雑に絡まり合っていることが推察される。

まず、年齢に関して言及をすると、第1節で述べたようにラオスでは1990年代までは食用油が手に入りづらく、製品化された食用油の使用が一般的になったのは2000年代半ば～2010年代前半以降と考えられる。すなわち、今回紹介をしたインフォーマント全員にとって、植物油の普及は人生の途中で突然現れた状況であり、そもそも植物油そのものがラオス国内でそれなりに普及はしたものの必ずしも浸透しきっていないという状況であるがために、上述したような結果になったと考えられる。なお、A氏に関しては高年齢に反して油物を頻繁に食しているが、これは彼がビエンチャン都市部の出身である上に、経済的にかなり豊かな層に属していること、留学や海外旅行の経験もある国際的な感覚を持ち合わせていること、またかつてタイで働いていたこと等の特殊な背景によるものであると考えられる。

次に、経済力については、A氏とD氏の結果に顕著に表れている。アパートのハウスキーパーという低賃金の職業に就いていたB氏とC氏や、収入が不安定なE氏と比べると、A氏とD氏の経済状況が相対的に高いことはこれまで彼らについて書いてきたことを鑑みれば明らかである。今回使用したデータには反映されていないものの、特筆すべきは、第3節で書いたように、D氏がラオス北部のサムヌア県で働き始めた2021年に一人暮らしを始めて以降、食生活が変わってきたことである。コロナ禍でもD氏とはオンラインでやりとりをしていたが、2021年までD氏が食べる料理のほとんどがラオス料理であった。その一方で、同年、電気鍋と炊飯器を購入したD氏は、それ以降自分自身で炒め物を調理する機会が増えた。ここにも、電気鍋と炊飯器が購入できる経済力と油物を摂取する頻度の高さとの相関関係が見てとれる。

最後に職業・職場について考察をすると、油物を食べる頻度を高めている相関性が最も高い職業・職場を有しているのは、食堂で炒め物を提供しているA氏とその家族であると言える。第3節で描写をしたように、彼らの昼食は主に食堂で余っている具材を用いて調理される上に、職業柄彼ら自身にその具材を炒めたり揚げたりする能力がある。そして職場の中には当然調理器具も調味料も揃っており、必然的に日々の昼食に油物が頻繁に出るようになるというわけである。またD氏は第3節で書いたように「仕事が忙しい時は炒め物を主とするファストフードを食べることが多い」し、A氏も同様の理由で炒め物の割合が多いことは第3節で述べたとおりである。その一方で、ハウスキーパーのB氏とC氏は、筆者に「一緒にご飯を食べよう」と誘い、テレビを見ながら雑談ができるほど暇を持って余っていた。またE氏のレンタルバイクの店も、昼時に筆者と共食をしていますが、せいぜい1～2名ほどの接客をするのみであり、昼時に忙しい姿を見ることは非常に稀である。以上のように、職業や職場や、仕事の忙しさといった要素と油物を摂取する頻度にもまた相関関係がある程度見られる。



（写真9. A氏が自炊したガパオライスと鶏肉のスープ）

以上、全体の傾向として、油物を摂取する頻度と相関関係が高い3つの要素、すなわち年齢、経済力、職業・職場について具体的に分析してきた。

いずれにせよ、多くのインフォーマントの食生活における油脂の存在は、必需品としてではなくむしろサプリメント的な材料として取り入れられたことが伺える。したがって、次項では、第1節のトピック、すなわち油脂の特徴として挙げられた、(1) 料理とっても食事にとっても贅沢である、(2) 食べ物を美味しくする効果が期待できる、(3) 胃の中に長時間留まる、(4) 栄養の側面からはほとんど必要ない、以上の4点について検証をしてゆく。

4-2. ラオスにおける油脂の特徴：ちょっとした贅沢で美味しいものだが、日常からほど近い非日常的な存在

前節で強調したように、ラオスにおいて油物を相対的に高い頻度で食べていたインフォーマントは経済的に豊かであるという点を述べたし、第1節でも油物は高価であることを確認した。ラオスにおいて油物がいくぶん贅沢であることは確かであるが、贅沢の多寡を考えた時に、決して都市部に居住する一般の大衆にとって手の届かない程度の贅沢ではなく、最低賃金を得ていれば月に1～2度程度は享受できるくらいの贅沢だと言えよう。たとえば、前述したようにラオスでは2023年5月に最低賃金が130万キープ（約8,888円）に引き上げられたが、同年8月のフィールドのデータを見てみると、炒飯やガパオライスといった炒め物は30,000 kip～40,000 kip（約205円～273円）程度であった。以上を鑑みると、ラオスにおける油物というのは「ちょっとした贅沢」程度のものであるべきではないか。すなわち、油物は多くのラオス人にとってのラオス料理のように、日常に組み込まれている存在ではないが、金銭的に余裕がある時／人にとって、食事の選択肢の一つとなりうる。言い換えれば、炒め物と揚げ物を主とする油物というのは、日常からそこまで離れていない非日常的な立ち位置の中で、「ちょっとした美味しい贅沢」としてラオス都市部の食文化の一部を形成していると言えよう。

おわりに

本論文では、ラオス都市部の食文化における油物の位置づけについて、インフォーマントの食事に関するデータを用いて検討をした。まず、インフォーマントの性質と油物の摂取状況を鑑みたところ、(1) 年齢、(2) 経済力、(3) 職業・職場、という3つの要素と油物の摂取の多寡との間に相関関係にある点に言及をした。そして、デヴィッドソンが言及したように、油物は確かに奢侈で贅沢という性質を含んでいるものの、ラオスの最低賃金と油物の価格を鑑みると、油物の摂取は決して「大きな贅沢」というわけではなく、むしろ日常からあまり離れていない非日常的な立ち位置の中で、「ちょっとした美味しい贅沢」としてラオス都市部の食文化の一部を形成していることを明らかにした。

筆者がフィールドワークを始めた当時、A氏とその家族が主なインフォーマントだったために、共食の際には食

堂で調理された油物を食することが多く、油物はラオス都市部の食文化にとって当然存在するものだという印象を受けていた。しかし、今回データをまとめたことで、やはり油物は決してラオス都市部の食文化の中で一般的な要素と考えられるとは言えない、ということがわかった。

その一方で、第4節で述べたような、植物油は「ラオス国内でそれなりに普及はしたものの必ずしも浸透しきっていない」という状況や、A氏やD氏の油物摂取の割合を考慮に入れれば、今回のデータをもって「現在ラオス都市部における油物はその存在が浸透しつつある過渡期にある」と考えても良いかもしれない。

今後もデータの収集を進める中で、ラオス都市部における油物の存在感の変化に着目していきたいと考えている。

註

- 1) 本論文では、「伝統的」という語彙を何度か使用しているが、この語を使用しているのはあくまで「昔から存在する」とか「農村的な」と言った意味を示すために便宜的に使用しているに過ぎない。なお、インフォーマントのほとんどがラオ族であるため、本論文内における「伝統的」は「ラオ族にとって伝統的」という意味を含み、他の民族については言及していない点を強調する必要があるだろう。また、D氏はラオ族ではなくルー族であるが、D氏いわく「ルーとラオはほとんど違いがない」そうであり、実際に食に関して言えば、D氏の実家での食事は一般的なラオ族の食事とほとんど同じであった。
- 2) ただし、インフォーマントの経済事情によっては、食用油が高価であるために購入を控えるケースもあり、「どの家庭にも必ずある」というほどには浸透していない。
- 3) <https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/laos/> (2024年12月12日最終閲覧)。
- 4) 同上

参考文献

Central Intelligence Agency

2024 'The World Fact Book Laos.' Central Intelligence Agency, <https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/laos/>, 最終確認日: 2024年12月2日。

Davidson, Alan

2013 *Traditional Recipes of Laos*, Alan and Jennifer Davidson (eds.) London: Prospect Books.

2006 *The Oxford Companion to Food*, New York. Oxford University Press.

海老澤圭

2020 「ラオス人民民主共和国都市部における食文化に関する考察—「総合的な飲み屋」における食事の事例—」『早稲田大学大学院文学研究科紀要』65, 597-620.

岩佐光広

2009 「生の型、死の構え：ラオス低地農村部における終末期の民族誌からのバイオエシックス再考」, 博士論文, 千葉大学大学院社会文化科学研究科.

落合雪野, 小坂康之, 齋藤暖生, 野中健一, 村山伸子

2008 「第11章 五感の食生活 生き物から食べ物へ」『論集 モンスーンアジアの生態史—地域と地球をつなぐ—第1巻 生業の生態史』, 河野泰之編, 203-224, 東京: 弘文堂.

Ōnmanīsōn, Thōngkham

2008 *Vadchanānukom phāsālālo*, Vientiane.

Gouineau, Andrée-Yvonne

1959 "Laotian Cookery." In *Kingdom of Laos the Land of the Million Elephants and of the White Parasol*, René de Berval (eds.), 221-234. France: A. Bontemps.

山田健一郎

2003 「ラオス政府、最低賃金を130万キープとすることを確認」ジェトロ, <https://www.jetro.go.jp/biznews/2023/04/713b680f955b2fb0.html>, 最終確認日: 2024年12月2日.

付録 1（調理法に関する説明）

チェオ (chew)：もち米や肉や野菜につけるタレの一種。最も基本的なチェオは、にんにく、唐辛子、パデーク（魚醬）、そしてパクチーを搗いたものである [Davidson 2013: 48]

ラープ、コーイ (Lap, Koi)：肉や魚等を細かく刻み、搗き碎いたもの。肉は往々にして生であるが、部分的に調理されたものもラープを作る際に使用できる [同上: 15]。現在では衛生の観点から完全に火が通ったラープも少なくない。コーイに関して文献は存在しないが、インフォーマントによれば「ラープとコーイ」は似ているが、調理方法が異なるという。

モック (Mok)：何かを直接火がついている残り火や炭火の熱い灰の中に置くことで調理をすること。入れられる材料はバナナの葉で包まれることで守られることもあるが、そうでないこともある [同上: 18]。

タム (Tam)：すりこ木とすり鉢で材料を搗くこと [同上: 15]。調理方法は以下のとおりである。まず、唐辛子とにんにくをすり鉢に入れて搗く。さらにパデーク（魚醬）、砂糖、うま味調味料をすり鉢の中に入れ、再び搗く。青パパイヤの千切りやキュウリの細切り等の材料をすり鉢に入れ、もう一度搗き、最後にライムを絞る。



(写真 10. チェオナムブ (サワガニの発酵ペーストのチェオ))



(写真 11. 牛のピア (大腸の未消化物) 入りラープ)



(写真 12. タムマークテン (きゅうりのタム))