

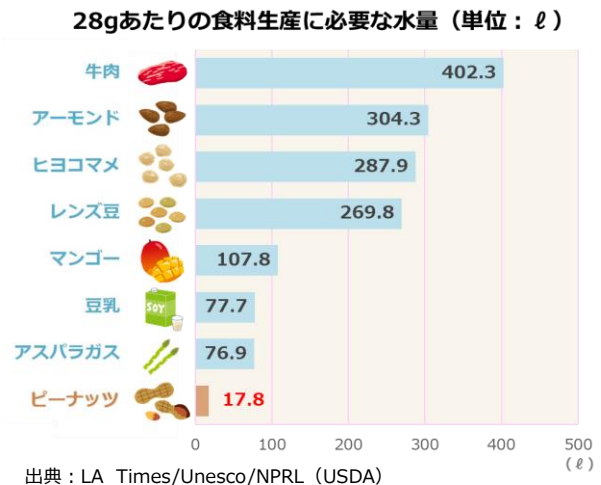
6月5日は世界環境デー！

いつも食べてるピーナッツは環境にやさしいって知ってた？

ピーナッツは人にも環境にも優しいエシカルフード！

6月5日は、国連が定めた「世界環境デー」。また、6月は環境省が定めた「環境月間」でもあります。この期間は、世界中で持続可能な社会の実現について考えるイベントや、専門家による情報発信が盛んに行われています。WWF（世界自然保護基金）が発表している、人間が自然資源に対してもつ需要と環境への圧力を示す指標「エコロジカル・フットプリント」によると、全ての人類が1年間、平均的な日本人と同様の生活をすると、地球2.8個分の資源生産力が必要となります。しかし、平均的なインド人と同じ生活であれば、必要な資源生産力は地球0.7個分で足りるそうです。持続可能な社会のために、私達にはどのようなことができるか、考える必要がありますね。今回はピーナッツに関するエシカルな側面をご紹介します。

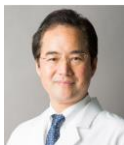
実はピーナッツは、他の豆やナッツ類と比べて、栽培時に使用する水の量が少なく、とても環境にやさしい食べ物であることをご存知でしたか？ピーナッツを約28g（1オンス）育てるために必要な水の量は約17.8ℓ。アーモンドは、28g生産するのに300ℓ、ヒヨコマメは287ℓ以上も水を使用するので、その差は歴然です。そのため、水資源が少ない国や地域でも育てることのできるため、最近ではインドや東南アジアでも生産が伸びているそうです。



「ピーナッツは少ない水で育ち、CO₂ 排出量も少ないエシカルな食べ物。」

上記でも述べられている通り、ピーナッツは他の食物に比べ少量の水で十分に育ちます。ピーナッツは少ない量でも、しっかりカロリーを摂取することができて、栄養バランスにも優れているため、発展途上国では、栄養失調の治療食の材料としても使われています。また、この治療食は治療食が必要とされる、エチオピア国内で生産され、雇用の創出にも役立っています。

他にも、ピーナッツは生産過程や農場出荷後に排出される二酸化炭素排出量も、かなり少ないことが分かっています。ピーナッツは環境負荷が少なく、栄養価も高い、エシカルな食べ物と言えるのではないのでしょうか。



ピーナッツ博士 慶応義塾大学医学部 教授 井上浩義先生

医学博士、理学博士。九州大学理学部化学科卒業。同大学院理学研究科博士課程修了。専門は薬理学、原子力学、高分子化学。食と健康についての造詣が深く、企業や一般人向けのセミナーの講師を数多く務める。著書に「ハーバード大の研究でわかった ピーナッツで長生き! (文藝春秋)」、「やせる! 健康! 血管しなやか! 1日20粒のピーナッツパワー (主婦の友社)」など多数。





◆アメリカンピーナッツ協会(APC)について

アメリカンピーナッツ協会は、米国のピーナッツ産業の長期的成長を支援するため設立されました。米国産ピーナッツの品質管理や国際的な消費促進、生産・加工に関する研究促進を使命として、国内外でのマーケティング、PR 活動、顧客サービス、研究を主な活動としています。

Web サイト : <https://peanutsusa.jp/>

Facebook : <https://www.facebook.com/peanutusajapan/>

Instagram : @american_peanut_japan