

マンゴーといえば、人気のある南国の高級果物だが、最近、日本の大手食品会社が「アフリカン・マンゴー」という果実の成分を利用したダイエットサプリを販売して人気を高めつつある。濃厚な甘みのあるマンゴーにダイエット効果があるなんてと疑問を抱いた人もいるのではないだろうか。私たちがよく知っているマンゴーはウルシ科の栽培作物だが、実はこのアフリカン・マンゴーは全く別種の、イルヴィンギア科の樹木になる野生東実なのだ。

アフリカン・マンゴー（以下「野生マンゴー」）が自生するのは、アフリカ大陸中央のコンゴ盆地に広がる熱帯雨林である。アマ

みんなく 食の民族誌

考える舌

37

ゾンに続いて2番目の面積を誇るこの熱帯雨林には、ゴリラやチンパンジー、ボノボなどの希少動物が生息している。そしてこの地域には約6千人が、狩猟採集や農耕といった生業をどおりで森林と深くかかわり、森林資源に依存しながら暮らしている。とりわけ、野生マンゴーは彼らにとって自家消費と現金獲得の両方で重要な植物資源となっ

アフリカン・マンゴー

戸田 美佳子



野生マンゴーの実を山刀で二つに割り、仁（ナツツ）をひとつずつ取り出すカメリーン（狩猟採集民）（筆者撮影）

森林と生活守る野生の資源

ている。

森の民として知られる狩猟採集民は、野生マンゴーの結実期になると、普段暮らす村を離れ、森のなかで

採集活動に従事する。爽やかな甘みとほのかな苦みのある果肉は、完熟したマンゴーとは違ったおいしさがある。ただし彼らの一番のお目当ては、種子の内部にある仁（ナツツ）である。

脂肪分が多く含むナツツは油脂調味料として利用される。調理すると、独特的の風味とろみのあるソースになり、ジビエ（獣肉）によく合う。実はこのナツツの

先進国がナツツに注目

なかに食欲を抑える成分があるといわれており、先進国に注目を浴びているのだ。今では野生マンゴーのナツツは交易品として広く知られるようになってい

る。例えば私が調査しているカメリーン奥地の村には、千ヶ以上も離れたナイジエリアから毎年ナツツの買い付けに商人がやってくる。このナツツが生み出される市場価格は、カメリーン中南部地域だけで約7億円に達するといわれている。

こうした非木材森林産物（果実や葉樹皮、野生動物）が近年、森林保全の文脈で注目を集めている。「樹を刈らずに森を利用する」とことで、国家の経済的利益を保つつ、地球規模の課題

である森林保護とそこに暮らす人びとの生活向上を両立できるのではと期待が高い。そこで、アフリカの森

が野生マンゴーである。

ところが、アフリカの森に暮らす人びとは野生マンゴーのナツツがダイエット

食品としてアメリカや日本まで流通しているとは知らない。彼らが手に入れれるお金は限られているのも事実だ。私たちも、森の恵みから生まれる彼らのおいしい食事を、ダイエット食

品としてしか理解できずにいる。野生マンゴーをどうして見えてくる、矛盾した二つの世界。マンゴーを楽しんでいるのはどちらの世界だろうか。（国立民族学博物館機関研究員）