

中央アジアの馬乳酒クムスが作り出す文化 ～カザフスタン共和国を事例として～

カザフスタン共和国 (以下、カザフ) は中央アジアに位置し、人口は約1580万人 (IMF, 2011) , 面積は約271万km²と日本の約7倍の広さを誇る。1930年代にソビエト連邦に組み込まれ、定住化政策が行われるまで、長い間遊牧生活を続けていたカザフ人の食事の中心は馬、羊、ヤギなどの家畜の肉であった。その食事の相伴として、また、家族・親戚・友人・隣人との団欒の際に、馬乳酒である「クムス」が親しまれてきた。カザフ人が集まる場では必ずクムスが飲まれることによってお互いの信頼関係が強化され、不安定で厳しい生活環境の中、カザフの広大な草原での遊牧生活が可能となった。クムスのアルコール成分はいずれも1%から3%であり、酒というよりは乳酸を含む水替わりの飲料として認識され、子どもから大人まで毎日大量に飲用されてきた。クムスはビタミンCを多く含む飲料であり、牧畜生活のため野菜摂取が極めて限られていたカザフ人の重要な栄養源でもあった。

[1] . 研究目的

本研究ではまず、アルマティ市郊外の牧場におけるフィールド調査を行った。目的は、現在、どのようにクムスが製造・販売され、飲用されているか明らかにすることであった。クムスは工場で大量に生産される製品が食料品店などに売られている。しかし、住民の多くはそのような工場製品ではなく、牧場において手作りされるクムスを購入する。したがって、クムスを製造販売する牧場を観察することによって、現在のクムスを取り巻く状況を明らかにすることができる。

[2] . 対象・方法

アルマティ市から東に70km (車で1時間30分) の場所に位置するイシツクの牧場でインタビュー調査と参与観察を行った。調査期間は2013年9月27日、28日の2日間であった。対象者の選定は機縁法によって行った。その結果、バザールに馬乳酒を販売している牧場経営者：Aさん (40代男性) に協力を頂いた。調査項目は1. 馬乳酒製造過程, 2. 馬乳酒の販売量と飲用量, 3. これからのクムスについての3項目であった。

[3] . 結果・考察

1. 馬乳酒製造過程

同牧場は120ha (東京ドーム約26個分) の草原に、馬約100頭を飼育しており、そのうち、約30頭の牝馬から搾乳していた。作業を行うのは牧場主とその家族・親戚・友人が中心である。2013年9月28日の早朝は4時から作業が始まった。まず、小屋に入れている牝馬を外へ出し、運動をさせる。そして、小屋の掃除を行う。まだ太陽が上らないうちの薄暗い中での作業である。搾乳は一日に5回である。8時、10時、12時、14時、16時と約2時間ごとに乳を絞る。1頭で1回1リットルほどの乳しかしばれないために、一日に平均5回から6回程度搾乳を行うということであった。搾乳直後の馬乳はスット (家畜の乳全般を指すこともある) といい、特有の酸味はなく甘く飲みやすい。人間の乳と似たような味であるという。このスットにスターター (発酵させるための原料) として、以前に作った古く強く発酵したクムス (乳酸が多い) を混ぜ、2-3時間連続して攪拌する。



写真1：牧場スタッフが飲用するクムス
(筆者撮影)



写真2：搾乳の様子
(筆者撮影)

その後、1晩寝かせることで酵母が発酵し、クムスが完成する。クムスは冷蔵保存で2週間ほど美味しく飲むことができる。作りたては酸味が弱く、日にちを重ねるごとに酸味が強くなる。飲む人は自分の好みに応じて、酸味を調整する。バザールでクムスが一番売れる時期は搾りはじめの5月、6月である。冬の間に体に溜まった悪いものをすべて出し、綺麗にするという意味で、この時期に大量にクムスを飲む人が集中する。この時期は、毎日、市内のバザールまでクムスを売りに行く。一日に230リットル、1リットル400テングで販売するが、すぐに売り切れてしまうという。冬の間我慢したクムスをおなか一杯飲むことができるこの5、6月は、カザフ人にとって大変幸せな季節であるという。逆に、7月、8月の夏の時期は春に比べ飲む量が少なくなる。馬乳酒は乳酸菌を多く含むため、飲用するとすぐに腸に効き始めお腹がゴロゴロ鳴り出し、排便が促される。したがって、毎日大量のクムスを飲み続けることは困難であるという。

2. 馬乳酒の販売量と飲用量

クムスは現在ではトイ（祝祭行事）などのイベントの際に多く飲まれる。トイでは大量の肉料理や脂分の多い料理が出されるため、食事の後にクムスを飲むことで体の調子を整えることができる。

牧場主の家族では、夏場の一番多いときで、牧場主3-4ℓ、妻・子・父親がそれぞれ1-2ℓのクムスを飲んでいて、子どももクムスを飲むが、その味や匂いが苦手な子どもが多いという。

クムスを飲み続けている日中は、ほとんど他に食べ物を口にしない。摂取カロリーを算出すると、一日の必要摂取量の半分程度を馬乳酒で補っていたことが明らかとなった。

3. 将来のクムスについて

近年、クムスの持つ健康影響への注目の高まりから、再び飲用を広める動きがある。しかし、クムス単体だけを広めるのではなく、人が集まる仕掛けを作ることが重要である。家族がいるから、話しながら、食事しながらクムスを飲み、その中で笑い、ストレス発散、悩みの解消、互いの関係強化などの効果が生まれる。そうした要素を踏まえ、クムスを飲む環境を整えることが重要である。

[4] . 今後の研究

現在、クムスの摂取量、摂取頻度やクムスがつくる人のつながりを明らかにするために、アルマトイ市に居住する住民1,000人にアンケート調査を実施している。本調査の結果を今後報告していく。