

# 多様化する台湾の素食文化

国立成功大学歴史学研究科博士課程 黒羽夏彦

## 1. はじめに

「<sup>スーシー</sup>素食」とは一般的に動物性食品を摂取しない食習慣を指す。日本では「ベジタリアン」(vegetarian) もしくは「精進料理」と訳されることが多いが、台湾における素食概念とは必ずしも一対一で対応した表現とは言えない。

ベジタリアンという英語由来の表現を用いると、欧米における菜食主義が前提となる。ところが、台湾の伝統的な素食の場合、単に肉食の禁止というばかりでなく、いわゆる「五葷」(ネギ、タマネギ、ニンニク、ニラ、ラッキョウなど) を口にすることも禁じられている。国際線航空機では事前に機内食の種類を指定することができるが、欧米的なベジタリアンとは別に「オリエンタル・ベジタリアン」(oriental vegetarian) というカテゴリーも用意されており、これが台湾の素食に相当する。また、欧米のベジタリアンでは魚食が許容されるケースもあるが、これは台湾における素食概念からは明らかに外れる。

日本の精進料理は五葷の禁忌も含めて仏教の戒律が踏まえられており、その点では台湾の伝統的な素食と共通の基盤を持っていると言ってもよい。ただし、素食と日常生活との距離感が日本と台湾とでは異なる。台湾ではどのような街でも必ず素食専門店があり、庶民的な自助餐(ビュッフェ形式の食堂や弁当屋)から高級店までバラエティーに富んでいる。日本の精進料理は、現在では寺町に特有な食文化という印象があり、ランクとしてもどちらかと言えば高級店に属する。また、日本では明治時代以降、仏教の世俗化が進む中、戒律上の食物禁忌への感度が鈍っている。例え

ば、精進料理を標榜する店舗であっても、食材として肉や魚は使わないにせよ、味付けにカツオだしやネギ類が用いられるケースも見られる。台湾の厳格な素食者が日本で精進料理の饗応を受ける場合、事前に食材や調味料について確認しないと安心して食事ができないという話も聞く。

台湾では素食の実践者は全人口のうち1割前後を占めると言われる。素食という食習慣はそれだけ一般の人々にとっても身近であり、素食者が困らないように配慮されている場面をよく見かける。例えば、会食によく使われるレストランではたいてい素食のメニューも用意されている。何らかのイベントで弁当が配られる場合、参加者には事前に素食か葷食(非素食)かが確認される。婚礼の席では素食者用のテーブルも用意される。

近年、日本と台湾との人的交流が活発となりつつあるが、その中には素食者も一定数含まれている。実際の交流の場面では、例えばお土産や食事の接待など、食べ物の問題は重要であるし、インバウンド観光の面でも素食者に注意を払う必要が



素食の自助餐

あるだろう。他方で、素食であっても豊かな食生活と両立させたいという願望も強い。そのため、味付けを工夫し、肉や魚をたくみに模した料理まで考案され、素食の独特な食文化が形成されている。本稿では台湾における素食の歴史的背景や現在の状況を整理して紹介し、素食という切り口から台湾理解に資する観点を提供したい。

## 2. 台湾素食の歴史的背景

台湾の伝統的な素食はもともと宗教的な戒律に基づいていた。まずは仏教、齋教、一貫道という三つの宗教に注目しながら、素食の歴史的背景を整理しておきたい。なお、道教的民間信仰でも祭儀などで身を浄めるために素食を実践する場合もあるが、この三つの宗教ほどの強制力はないのでここでは詳述しない。

### ① 仏教

仏教では不殺生の慈悲心によって肉食が戒められていることは周知の通りである。ところが、肉食が絶対的な禁忌とされているのは中国仏教の特色であって、インド仏教の段階では肉食禁忌はそれほど厳しいものではなかった。もちろん、肉食を厳禁したジャイナ教のような例もあるが、東南アジアへ伝わったいわゆる南伝仏教では肉食はある程度まで許容されている。現代日本の仏教も同様である。

中国に仏教が伝来したのは後漢の時代とみられるが、肉食禁忌が厳格化されたのは南北朝時代の梁（南朝）の武帝（蕭衍、502～549）の治世で

ある。武帝は敬虔な仏教の信者であったが、仏教僧団の改革を志して「断酒肉文」を公布し、政治権力によって素食の徹底化が図られた。これ以降、素食は中国仏教において信仰の敬虔さを示す重要な指標とみなされている。台湾へは漢族系住民の渡来と共に仏教が広まったほか、戦後も中国から仏教教団が逃れてきた。いずれにせよ、仏教は台湾における素食の大きな柱となっている。

### ② 齋教

齋教の「齋」とは本来的には身を浄めることを示すが、素食の意味も持つ。齋教は肉食、飲酒、阿片、賭博などを禁じる厳格な教義を持ち、外見的には素食が特徴的であったことから「食菜人」とも呼ばれた。中国では明代中期以降、多数の民間宗教結社が現われたが、そうした中の一つである羅教に齋教の源流は求められる。羅教は儒仏道の三教を融合した教義を持ち、万物の根源を神格化した「無生老母」を最高神としつつ、民間信仰の神々も祀った。羅教からは様々な宗派が分立したが、しばしば民衆反乱にも関わったので清朝政府からは邪教視され、秘密結社的な性格を帯びるようになったと言われる。

羅教系宗派のうち龍華、金幢、先天の三派が清代に台湾へ流入し、日本時代になるとこの三派をまとめて「齋教」と総称された。齋教は日本側から「在家仏教」とみなされ、植民地期に來台した日本仏教各宗派に取り込まれた。戦後、齋教の勢力は衰微したが、戦後に來台した一貫道は齋教と性質が似ており、人類学者の宋光宇は、齋教が衰



結婚披露宴での素食料理



マグロを模した素食寿司（高雄の「五郎時食」）

微した空白を埋める形で一貫道に取って代わられたのではないかと指摘している。

### ③一貫道

一貫道も齋教と同様、羅教に源流を持つ。儒仏道三教のほか、さらにキリスト教やイスラム教も融合させる形で教義が形成されているが、戒律の基本に素食がある点は変わらない。一貫道は戦後の1946年から台湾で布教活動を始め、勢力をのばした。ところが、国民党政権から邪教視されて1953年には取締対象となり、マスメディアでも一貫道批判の報道がしばしばなされ、そのため信者は社会的な偏見に悩まされたようである。その後、民主化の動向に伴って復権が図られ、1987年には正式に禁制が解かれた。なお、台湾の素食レストランでは一貫道の信者が経営する店が多いと言われている。

## 3. 素食の種類

台湾の素食はその厳格さの度合いに応じて幅が広い。衛生福利部は消費者の便を図るため素食製品について次の五つに分類し、食品メーカーに対して製品パッケージに表示するよう求めている（「包装食品宣稱為素食之標示規定」）。レストランでもこの分類に準拠してメニューに明記されていることもある。

- ①全素（或は純素）：乳製品、卵、五葷のすべてを含まない植物性食品。
- ②蛋素：基本的に全素だが、卵が含まれる。
- ③奶素：基本的に全素だが、乳製品が含まれる。
- ④蛋奶素：基本的に全素だが、乳製品や卵が含まれる。
- ⑤植物五辛素：植物性食品だが、五葷（五辛）が含まれる。

伝統的な素食は主に仏教、齋教、一貫道など宗教的戒律に基づくので、肉・魚など動物性食品だけでなく、五葷（五辛）も避けることが基本である。五葷とは前述したように具体的にはネギ、タマネギ、ニンニク、ニラ、ラッキョウなどを指す。これらが禁忌とされた理由は、第一に清浄を重んずるため匂いのきつい野菜は避けること、第二にこれらの野菜を食べると情欲が刺激されると考え

られていること、以上の二点が挙げられる。

宗教的戒律に基づく素食では、不殺生が基本原則である。ただし、卵（蛋）に関しては教義をどのように解釈するかによって見解が分かれる。卵をまだ生命が生まれる以前の段階と捉えるならば、卵を食べても殺生には当たらないとみなされる。この立場によるのが「蛋素」である。例えば、一貫道では栄養源として卵を食べることが許容される場合もあり、かつて信徒たちは比較的廉価なアヒルの卵を食用に供したので一貫道は「鴨蛋教」と呼ばれたことがあるという。

仏教徒でも「蛋素」が比較的多いが、教義解釈の厳格な人々は卵も生命を有するものとみなして食べない。このように厳格な考え方から動物性食品のすべてを拒否する立場が「全素」である。市販されているパン、ケーキ、お菓子などではたいてい卵が使われているので、卵の食用を許容するか否かは食生活の質を大きく左右する。なお、「全素」は英語で「ビーガン」(vegan) と訳されることもある。ただし、一切の動物性食品を拒否する点で両者は共通するにしても、台湾の「全素」ではさらに五葷の禁忌が加わる点で異なる。従って、「ビーガン」と言う場合は「全素」だけでなく、「植物五辛素」の場合もあり得る。

乳製品を許容するのが「奶素」であり、卵と乳製品の両方を許容するのであれば「蛋奶素」と呼ばれる。牛の乳をしぼるだけであれば、殺すわけではないので、本来的には戒律上の問題には抵触しない。ただし、牛乳の生産工程がシステム化されると、例えば乳が出なくなった（＝不要な）牛を食用にまわすなど、効率化を図るがゆえの殺処理も生産工程に含まれるようになった。戒律を厳格に適用する教派では、こうした現代的生産工程に内在する問題も含めて不殺生の原則から判断し、「奶素」であっても許容しない場合がある。これは乳製品に限らず、例えば蜂蜜でも同様の問題があり、そうした厳格な立場による場合には、衛生福利部の表示分類にかかわらず、個別に成分表示を確認してから購入されている。

「植物五辛素」は五葷（五辛）が含まれるため、信仰を理由とする素食者は購入しない。台湾の素食は伝統的には宗教的戒律に基づくが、ライフス

スタイルの変化に伴って人道主義、健康への配慮、環境保護など様々な考え方から肉食を避ける人々も増えてきている。こうした人々にとっては五葷もただの野菜であり、禁忌の対象とはならない。「植物五辛素」のカテゴリーは比較的ゆるく、「蛋素」や「奶素」も含まれることもあるので、厳格な立場の人はやはり成分表示を確認してから購入している。スーパー、コンビニの商品やレストランのメニューを見ていると、最近はこの「植物五辛素」も増えてきており、台湾の素食文化が多文化しつつある傾向が見て取れる。

台湾の全人口に占める素食人口の割合は1割前後と言われているが、食品工業発展研究所の調査（「台湾食品消費調査統計年鑑 2017」）によると「全素」は1.2%であり、かなり少ない。その他は「蛋素」4.2%、「肉邊素」1.0%、「特定の時間のみ素食」7.4%となっている。このうち、「肉邊素」（「鍋邊素」「方便素」とも言う）とは、基本的に肉類は食べないが、何らかの事情で動物的成分が混入してもあまり気にかけないというゆるやかな態度をとる人々である。例えば、①調理場や調理器具が葷食（非素食）と共用のケース、②工場の生産工程で動物的成分が混入する可能性、③会食で非素食者と一緒に鍋料理を食べる際に肉や魚が同じ鍋で煮込まれるケースなどが考えられる。「特定の時間のみ素食」とは不定期で素食を励行する人々を指す。例えば、仏教や道教的民間信仰の信徒の中には朝ごはんのみ素食にする、あるいは農曆初一・十五のみ素食にするという習慣を持つ人々がいる。また、近年はこうした伝統宗教に由来する習慣に限らず、健康志向や環境保護の観点から「週一無肉日」（ミートフリーマンデー）というキャンペーンも行われている。

このように台湾の素食は厳格さの度合いに応じてゆるやかなグラデーションをなしているほか、欧米由来のベジタリアン思想の流入によって多文化も進んでいる。こうした状況の中、素食レストランの選択肢も増え、中にはおいしいという評判から一般の非素食者にも人気の店もある。つまり、素食習慣のグラデーションは非素食者の日常的な食生活にも連結していると言える。

日本では一般的に台湾の素食が理解されている

とは限らないので、素食者へ渡す土産物や会食場所の選定にあたっては注意を要する。例えば、蕎麦は大丈夫だが、蕎麦つゆにはカツオだしが含まれている。サラダにかかっているマヨネーズはもちろん、ケーキやパンでも卵が使われていることが多い。チョコレート、ガム、アイスなどの菓子類では動物性のゼラチンが用いられていることもあり、素食者は成分を確認する必要がある。欧米風のビーガン・レストランでは味付けによくタマネギが用いられるので、これも注意しなければならない。日本人からすると面倒に感じられるかもしれないが、異なる文化を持つ人との交流ではこうした食習慣上の相違も尊重する必要があるだろう。

#### 4. 素食を選ぶ理由

現在の台湾における素食は多文化しており、その理由も個人的事情に応じて様々である。おおまかに言うならば、次の五種類に分けられる。

##### ①宗教的信仰

台湾の場合は仏教、齋教、一貫道、道教的民間信仰など伝統的宗教の戒律に基づく素食がもともとは一般的であった。不殺生の観念から動物性食品を拒否する点では欧米由来のベジタリアンとも共通するが、伝統的宗教の戒律に基づく素食の場合は五葷の禁忌も重視される点が大きく異なり、前述したように欧米のベジタリアンとは区別してオリエンタル・ベジタリアンと呼ばれる。なお、個人経営の素食店はたいてい敬虔な信者によるもので、慈悲の実践という立場から生活困窮者には無料で食事を提供するという趣旨の貼り紙が店内にあるのを見かけることもある。

##### ②人道主義・道徳主義

欧米由来のベジタリアン思想では主にこの立場が取られている。不殺生という博愛的心情を重視する点では宗教的信仰とも共通するが、こちらは宗教的禁忌よりもむしろ個人的な倫理・道徳的価値意識に基づいている。

##### ③健康志向

台湾社会では経済水準が向上するに従って食生

活も豊かになったが、その反面、乱脈な食習慣によって健康を害する人々もいる。食生活のあり方を見直そうとする動きの中、健康志向の観点から素食が注目されるようになった。とりわけ美容やダイエットの手段として素食を実践する人々も増えている。

ただし、素食と健康・美容とを短絡的に結び付けてしまうのは問題がある。例えば、素食を実践すると食事内容の選択肢が限定されてしまうので空腹になりやすい。そのため、米などのデンプン質を多量に摂取して、かえって太ってしまったという話も聞く。また、蛋素や奶素ならばともかく、全素の場合は栄養バランスをしっかりと計算しないとタンパク質など生存に必要な栄養素が不足がちになってしまう。そこで、衛生福利部国民健康署では素食者のために必要な栄養成分の基準を公表している（「素食飲食指南手冊」）。

#### ④社会的な問題意識

かつての農耕社会において肉類は贅沢品であり、一般的な庶民ではむしろ素食に近い食生活を送る人々の方が多かったが、生活水準の向上に伴って現在では肉食が一般化している。肉類の大量消費をまかなうため畜産業が大規模化・効率化されてきたが、それに対して近年は環境保護や持続可能な社会などの観点から様々な問題が提起されている。例えば、先進国では肉類が大量消費される一方、飢餓に苦しむ国々も依然として存在する。家畜の飼育には大量の飼料が必要となるが、そこに投入されるだけの穀物を使えばより多くの人々を飢餓から救えるはずである。牧場地や飼料を栽培する耕作地の獲得のため森林が伐採される。また、牧畜業で垂れ流される糞尿や化学物質は環境破壊をもたらし、家畜から排出されるメタンガスは温室効果を持つため気候変動にも影響する。こうした現代における社会的問題意識からベジタリアンを選ぶ人々も増えてきている。

#### ⑤体質上の理由

身体的なアレルギーがあるため素食を選ぶ人々もいる。ただし、穀物など動物性食品以外でもアレルギーの原因となり得るので、アレルギーの問

題と素食を選ぶ理由とが直結するわけではない。

以上に挙げた理由のうち、①は伝統的な宗教の戒律に基づくが、②～④は現代的な考え方から素食のライフスタイルが選択されており、欧米由来のベジタリアン思想に基づく場合も多い（なお、⑤体質上の理由は思想的選択とは次元が異なる）。ただし、伝統的な信仰に基づく場合と現代的な考え方に基づく場合とが画然と分けられるのではなく、現在の台湾における素食ではむしろ双方が混ざり合っている点に注目したい。

社会全体が世俗化する傾向にあり、また高学歴化しつつある中、伝統的な宗教団体が戒律に基づいて素食の正当性を主張したとしても、若い層の支持は得られない。そこで、こうした団体は素食の美德を強調するにあたり、健康志向や環境保護など現代的な考え方とつなげて語りかけることによって接点をつくろうとしている。また、厳格な教義解釈をする教派では、前述した牛乳や蜂蜜の生産工程に内在する効率至上主義がもたらしている非道徳性について、欧米における動物権の議論を援用して説得力を持たせようとするケースも見られる。台湾の素食はもともと伝統的宗教の戒律から始まっているが、社会の近代化や西洋化によるライフスタイルの変化に適応する形で、素食の内実も変容しつつある状況として捉えることができる。

### 5. 素食の多様な展開

以上に述べてきたように、台湾社会における素食は伝統的には仏教、齋教、一貫道などの宗教的な戒律に基づいていた。ところが、近年、ライフスタイルの変化に応じて、台湾における素食の内実も多様化しつつある。第一に、欧米的なベジタリアン思想の流入が挙げられる。伝統的な素食では五葷の禁忌が重視されるが、植物五辛素の普及は伝統的戒律とは異なる素食者の増加を示している。第二に、伝統的な宗派も環境保護や持続可能な社会といった現代的課題に呼応する形で自らの戒律を再解釈し、素食のアピールに努めている。第三に、素食の目的やスタイルが多様化すると、それに依って選択肢も広がった。非宗教的な素食

者（とりわけ美容やダイエット）が増加すると、経済水準の向上とも相俟って洗練された素食メニューも提供されるようになり、一般の非素食者の消費活動の対象ともなり得る。

こうした素食の多様化をビジネスチャンスと捉える動向も現われている。例えば、近年、コンビニ大手のセブン・イレブンは「天素地蔬」ブランドで素食対応の品揃えを進め、全家（ファミリー・マート）でも蔬食（野菜料理）商品に力を入れている。また、チェーン展開する業態で「未来肉」（植物性の人工肉）を利用したメニューも相次いで開発されている。例えば、餃子チェーンの八方雲集では未来肉の鍋貼（焼き餃子）や水餃を販売している。また、コーヒーショップ・チェーンの路易莎咖啡（ルイーザ・コーヒー）も今年から未来肉のサンドイッチ類を展開している。こうしたメニューには五辛素や肉邊素が含まれる場合もあるので伝統的素食の人たちは一つ一つ確認が必要だが、以前は個人経営の素食店に頼らざるを得なかった点を考えると、外食でも素食の選択肢が増えつつあるのは画期的な変化である。

素食は特殊なライフスタイルであるが、台湾の政府や企業は素食者の存在を前提とした措置を取っている。また、会食の場面で非素食者は素食者にも自然に配慮している。ライフスタイルの相違を認め合い、伝統的戒律や現代的問題意識も絡まり合いながら素食概念そのものが変容しつつある点も含め、素食という観点から台湾社会の多元的展開を垣間見ることができるだろう。

#### 【主要参考文献】

（日本語）

篠原壽雄『台湾における一貫道の思想と儀礼』（平河出版社、1993年）

松金公正「現代台湾仏教と日本——「素食」と「精進料理」のもつ距離」（『アジア遊学』第48号、2003年5月）

浅井紀「無生老母への誘い——齋教／青蓮教／一貫道」（野口鐵郎編『結社の世界史2 結社が描く中国近現代』山川出版社、2005年）

胎中千鶴「植民地台湾と齋教」（武内房司編『越境する近代東アジアの民衆宗教——中国・台湾・香港・ベトナム、そして日本』明石書店、2011年）

赤松美和子・若松大祐編著『台湾を知るための72章』（明石書店、2022年）

（中国語）

宋光宇『天道鈞沈——一貫道調査報告』（元祐出版社、1984年）

康樂『佛教與素食』（三民書局、2001年）

野萍『新素食主義——城市貴族的營養哲學』（悦智文化館、2004年）

林榮澤『臺灣民間宗教的持齋戒殺』（蘭臺出版社、2009年）

衛生福利部國民健康署「素食飲食指南手冊」（2018年10月）

經濟部研究發展委員會「國內外經濟情勢分析」（2020年3月）

翁佳音・曹銘宗『吃的台灣史——荷蘭傳教士的麵包、清人的鮭魚罐頭、日治的牛肉吃法、尋找台灣的飲食文化史』（貓頭鷹出版、2021年）