

食について考える - あなたは何を選びますか? ~食にこだわる業界人のインタビュー満載~

オーガニックへの想い

以前は一部の人のだけのものという印象だったオーガニック食品も、健康志向の高まりや環境への配慮から世界中で見直されています。パースでオーガニックに力を入れているスーパーやカフェ、ショップを経営する方々に、その人気の背景を伺いました。



オーガニック食品とは

人工的な肥料や殺虫剤のほか、ホルモンや抗生物質などの成長促進剤を一切使わずに自然に近い形で生産された食品。よく知られている野菜や果物のほか、肉や乳製品などの動物性食品もある。日本では「有機栽培」、ヨーロッパでは「BIO (ビオ、またはバイオ)」などと呼ばれている。オーガニックの認定基準は各機関によって異なるが、オーストラリアでは現在、その基準を統一しようとする動きが進んでいる。また、オーガニック食品には右のような認定機関のロゴ、または認証番号が表示されている。



オーガニック&バイオダイナミック
ホールフーズ
「Mt Lawley Whole Foods」
経営者
Allen Robinson さん

——— オーガニックの農場を維持するためには一般の農場の何倍ものコストと労力がかかっているから、生産者は商品に見合うフェアな値段を提示する権利がある。安い値段で売り続けてしまつて最終的に経営を続けられなくなった農場を知っているが、すごく残念だよ。影響力をもった大きな企業というのは目先の利益に捉われがちで、効率的な生産のために動物を狭い小屋に閉じ込めたり、成長ホルモンで太らせたり、可哀想なことをしているところもある。だから、オーガニック商品を買うということは自然の恵みに感謝する気持ちを持って、5世代先までも持続可能な環境を残していくということにつながっているんじゃないかな。



日本人にお馴染みのそうめんにもオーガニックが。
【Mt Lawley Whole Foods】



化学飼料などを与えることなく育てられた牛から採った牛乳とヨーグルト。
【The Earth Market】



オーガニックの野菜はオーガニックの種から。
【Mt Lawley Whole Foods】



認定オーガニックのバナナに付けられたラベル。認証番号からは生産者までわかるようになっている。
【Mt Lawley Whole Foods】



オーガニック食材にこだわったカフェやレストランも増えている。
【The Earth Market】

——— 加工食品にはビタミンやミネラルといった栄養分が少ないため、それを補うために使用されている添加物もたくさんありますが、私は食品にはどんな人工的な成分も加えるべきではないと思っています。加工食品は、その工程で私たちに必要である大切な成分を奪ってしまいます。これは微妙なバランスで成り立っている体内システムを少しずつ変えてしまい、数年経ってから深刻な症状となって出てくることもあります。一方、オーガニック農法で育った食品は身体の細胞レベルで正しく消化・吸収されると言われているので、私たちは極端に加工された食品は避け、できるだけ余計な手を加えられていない自然なものを食べるようにするのが理想的ではないでしょうか。



オーガニック・フードマーケット&カフェ
「The Earth Market」
オーナー
Vicky Houghton さん