

2. 酪農と牛乳の歴史

■牛の家畜化の起源

いくつかの遺跡から推定すると、人間が最初に乳をとるために飼った動物は、性格がおとなしく頭数も多くて、乳が多くとれる山羊や羊だったようです。

新石器時代（紀元前 6000～7000 年）にオーロックという牛の原種を飼いならしたのが家畜としての牛の起源だといわれており、紀元前 4000 年頃にはすでにメソポタミアで牛乳を利用していたことが当時の石板に描かれています。



牛乳を飲む習慣は、アーリア人と共に中東からインドへ向かうルートと、ゲルマン人と共に中東から中央ヨーロッパを通じて北ヨーロッパに広がる 2 つのルートで伝わったと考えられています。

■日本の酪農の起源

日本では、紀元前 400 年、弥生時代の遺跡から家畜牛の骨が出土しました。日本で飼われていた牛は、主に中国などアジア大陸で家畜化されたものが、渡来人により持ち込まれたものと考えられています。

日本に牛乳が伝えられたのは飛鳥時代。平安初期の記録に、百濟（くだら：現在の韓国）からの帰化人である福常（ふくじょう）が、孝徳天皇（644～654 年）に牛乳を加工した「蘇（そ）」を献上したところ天皇は大変喜び、和薬使主（やまとのかくすりのおみ）という姓と乳長上（ちちおさのかみ）という職を受けられたという話が記されています。その後、都に乳牛院がおかれて、乳を搾って朝廷に献上するようになります。

深い味わいや本当の楽しみなどを「醍醐味（だいごみ）」といいますが、「醍醐」とは古代の最高級の乳製品の名前で、仏教でいう五味の最上のものをいいます。平安時代の字引には「牛乳を煮て作るのが酪で、その酪が蘇となり、蘇が醍醐や乳餅となった」とあります。蘇は練乳、醍醐や乳餅はチーズと考えられています。この頃に牛乳や乳製品を食べていたのは主に貴族でしたが、この風習は、仏教の影響により家畜の食用が禁じられることで廃れていきます。

近代酪農は、江戸時代に徳川 8 代将軍徳川吉宗が 1727 年（享保 12 年）に白牛 3 頭を輸入し、安房の郷（現在の千葉県）嶺岡の牧場で飼育を始めたのが発祥とされています。



ここで搾った牛乳に、砂糖を加えて煮詰め乾燥させて作った「白牛酪」は、薬や栄養食品として珍重されました。しかし、牛乳はこの時代でもまだ、身分の高い人たちのものでした。

■牛乳の普及と食生活の移り変わり

牛乳が庶民の飲み物となったのは明治時代、文明開化後のことです。1863年に千葉県出身の前田留吉という人が、オランダ人ペローから搾乳や処理の技術を学び、横浜で日本初の牛乳製造販売を行いました。また、明治政府も北海道の開拓に酪農を取り入れていたことから牛乳の栄養価値を宣伝しました。

牛乳の普及が急速に加速したのは日清・日露戦争の時で、兵隊が傷病兵の栄養剤として牛乳を飲むようになつたことで一般に広まりました。

牛乳は最初、木の桶に入れて、ひしやくなどで計り売りをしていましたが、やがてブリキ缶からガラス瓶へと変わり普及していきました。

戦後の食糧難の時代は、芋や野菜中心の食生活を中心でした。しかし、少しずつそのウェイトが変わって牛乳製品、卵、肉といった動物性食品や豆類の摂取が増加しました。これにより食品構成や栄養バランスも良くなり、エネルギーも満たされていきます。小学校で給食が始まったのもこの時期。ミルクにコッペパン、マーガリン、そしておかず1、2品という給食は、食生活の洋風化の第一歩ともいえます。

1955年（昭和30年）から20年近く続いた高度成長時期には、牛乳やバター、チーズ、肉、卵といった欧米型食品の摂取が急速に伸び、輸入食品も増えるにつれて、市場では食品の多様化や国際化が見られるようになり、食生活は一気に成熟化へと進みました。

量的にも質的にも満たされてきた1970年（昭和45年）頃からは、いわゆる飽食の時代を迎え、牛乳乳製品、肉類の消費量は急激な上昇カーブを描いて伸びていきます。

また、この時期は食のスタイルにも変化があらわれ、ファミリーレストランやハンバーガーショップなどの欧米型の外食産業も全国的規模で拡大しました。いつでも、どこでも、好きなものが食べられるようになりますが、それに伴って、肥満や高血圧などの健康障害や成人病の低年齢化などが問題視されるようになってきています。