



NPO法人

# 昆虫食普及ネットワーク



## コンフネット ニュースレター 第10号

Vol.10 2023.4.01

### 昨今のコオロギ食論争を巡って (1)

内山 昭一 (理事長)

#### 1、コオロギは食べても安全なのでしょうか

欧州食品安全機関 (EFSA) は 2022 年、コオロギはアレルギー反応を誘発する可能性以外、ヒトの消費に対して安全であると結論づけています。それを受けて欧州委員会は、ミールワーム、バッタに続きコオロギを 3 番目の「新規食品 (Novel Food)」として正式に承認しました。甲殻類アレルギーを引き起こすアレルゲンのトロポミオシンというタンパク質を持っています。エビやカニでアレルギーを発症する人はコオロギなどの昆虫類は食べないほうがいいでしょう。

ボツリヌス菌や寄生虫はコオロギに限らず他の食品にも含まれています。しっかり加熱すれば安全に食べることができます。コオロギは日本でもかつては食べられていましたし、タイやラオスではいまでも日常食で食べられている普通の食材です。体に害があれば食べられていないはずですよ。

コオロギに含まれるキチンに発がん性があるという意見には根拠がありません。キチンはエビやカニ等にも多く含まれており、これらが発がん性の高い食品であり危険だとは認識されていません。

コオロギが酸化グラフェンを大量に含んでいるという報告はありませんし、酸化グラフェンには自己複製機能はなく少量を吸い込んだ場合でも数週間で代謝して排出されます。

『医学大辞典』に「コオロギは微毒であり、とくに妊婦には禁忌」との記述がありますが、元となった明の時代に書かれた「本草項目」ではそうした記述はありません。最新の研究「コオロギの経口毒性の研究と皮膚感作試験」でも毒性がないことが立証されています。

プリン体は鶏レバーとほぼ同程度なので、一般的には多い部類に入ると言っても良いと思われます。大量に食べれば痛風等につながるかもしれませんが。ただコオロギをステーキのようにして大量に食べることはないのでは？

また市販の食品に香料、添加物として入っている場合でも、成分表示が義務づけられているので、知らずにコオロギを食べてしまうことはありません。

#### 2、コオロギを食べる時代になるのでしょうか

徳島の高校の「給食」ですが、これは食物科の生徒からの提案がきっかけと聞いています。コオロギの粉末が入っていることや、甲殻類アレルギーの有無を確

認したうえで、食べたい生徒が試食したもので、全員一律に食べさせたものではありません。

現在の世界人口 80 億人が 2050 年には 90 億人と予測されています。人口が増えている東南アジア、アフリカ、南アメリカを中心に約 2000 種の昆虫が食べられています。国連食糧農業機関 (FAO) は東南アジアやアフリカなど人口が増えて食料が不足する地域で昆虫を養殖してもっと食べたらどうかと提案しています。

昆虫食だけで食料危機を救うことは無理です。食品ロス 522 万トン (令和 2 年度推計) の利用促進が急務です。食品残渣、規格外野菜 (形がふぞろい、キズがある等)、未利用魚 (市場に出回らない) など、食べられるのに捨てられている有機物がたくさんあります。

おからや牛乳の廃棄は重大な問題で対処しなければなりません。ただほかに対処しなければならない問題があるからといって、昆虫食に関心を持ってはいけないという理由にはならないと思います。(以下次号)

2027 年開催の国際園芸博覧会 (花博) のプレイベントが 3 月 19 日に横浜の旧瀬谷通信施設基地の原っぱで開かれ、キッチンカーやブースが多数参加しました。昆虫食も米とサーカス、フエゴインターナショナル、オールコセイ、陸えび JAPAN の 4 社がブースを並べました。

オールコセイ

米とサーカス



フエゴインター  
ナショナル

陸えび JAPAN

## 【お勧めの一品】



### タランチュラ寿司

今回試食と検討を受けてかなり削ったレシピになりますが、タランチュラの寿司（完全版）になります。本来日本に生息しておらず、ネズミみたいな農作物を食べる動物を懲らしめる為、あり得ない組み合わせです。

#### 【材料】

- ・タランチュラの腹と胸 1貫に対して1つづつ
- ・ごはん 一握り
- ・海苔 1枚
- ・スシノコ

1. タランチュラを茹でて胸と腹を取る。
2. スシノコとご飯を混ぜ、シャリサイズに握る
3. 海苔を切り、軍艦の要領でシャリに巻く。
4. 3にタランチュラの胸と腹を置く。
5. 醤油やポン酢につけて食べる。

シンプルな使用に仕上がっております。カニ味噌に近い味を生かして茹でただけのものを使うのがおススメ。独特の香りがあるのでその場合は薬味を添えるのもありますが、日本酒にも合う一品に仕上がっています。脚は揚げ物にして別の料理にするといいです。ただ香りが苦手な方以外は、この使用の寿司を食べて、あり得ない組み合わせを楽しむのがいいでしょう。（遠山 翔太）

## 【活動報告】

3月11日(土)  
米とサーカスで昆虫食を楽しむ会 67

2022年度の最終回は、年度末特別企画とでもいえるでしょう、貴重な食材「タランチュラ」（「昆虫」ではありませんが、広い意味での「虫」ということで・・）が登場しました。今回はスタッフを含めると参加者約

30人と大盛況。参加者の皆様にもタランチュラの解体など体験していただきました。脚の素揚げ、腹を使った軍艦巻きなどに姿を変えたタランチュラを皆で堪能。そのほかコオロギやツムギアリなどを使った料理も添えられ、いつもの会より「パーティー気分」が色濃く漂う、年度末の締めにあつさわしい会でした。

(小貫 浩一)

## 【活動予定】

4月8日(土)  
米とサーカスで昆虫食を楽しむ会 68

2023年度第一弾は、「昆 Tuber かずき」こと清水和輝氏とのコラボ企画「シルクパン完成イベント」として行います。清水氏開発の次世代パン・シルク配合の天然酵母パンと、これまたシルク配合のソーセージを食べて「食の歴史の新たな1ページ」の証人となることのできる貴重な機会です。そのほか、ゴキブリやゾウムシ、ザザ虫などバラエティーに富んだ食材を使った「これぞ昆虫食！」と言えるようなメニューも用意しております。盛大な会となりそうです。

(小貫 浩一)

※ ※ ※

ギャラリー・ボンブラ 吉祥寺ショーウインドー展

### 昆虫食のふるさと伊那谷

会期：4月16日(日)～5月5日(金)

虫屋台：5月5日(金) 13時～16時

東京都武蔵野市吉祥寺北町1-2-11

<https://bonbra.com>

ショーウインドー展示のため開廊日はありません。

ショーウインドーは24時間いつでもご覧いただけます。



## 編集後記

最近メディアで昆虫食に関するニュースが良きにつけ悪きにつけ話題になっています。何事も、世の中に浸透していくには、多くのバッシングがつきものです。昆虫食もその段階に入ったのでしょうか。

(須賀 亮二)