

# 発想の転換—アルファ化米を変身させる

奥田和子



使用したアルファ化米は「安心米」白飯：アルファー食品株式会社（島根県出雲市）

「アルファ化米」という食品をご存じだろうか。みなさんは災害に備えてどんな食べ物や飲み物を手元に備蓄しておられますか。ネットで備蓄食品を検索すると、まずは腹の足しになる主食が目につく。たとえば、米の加工品であるアルファ化米、それに缶入りパン、乾パン、即席カップ麺などです。行政が最も多く備蓄している主食はなんとといっても「アルファ化米」です。これは保存性を高めるために生米を蒸してご飯にし、そのご飯の水気を一気に抜いて乾燥させた「乾燥ご飯」です。カラカラになるまで水気を抜きます。水分含有率 5.5%。だから室温で 5 年間保存できます。ラミネートの袋入りです。

さて、災害が起きるとまず腹が減る。そこでこれをご飯に戻したい。そのためには真っ先に水が必要です。しかし、残念ながら水道が止まっている。肝心の水の備蓄がないために食べることができないという憂き目にあうのです。東日本大震災でも往生しました。水の備蓄がおろそかにされているせいです。そもそも「水」でないとアルファ化米に戻せないのでしょうか。発想の転換が必要です。「水気」なら身近にいろいろあります。いつも飲んでいる「飲み物」です。私の場合、酒、ビール、野菜ジュース、オレンジジュース、烏龍茶、炭酸飲料などなど。

これらを使って戻せるはずです。やってみました。できました。食べてみました。おいしい。写真の通りです。なんと香りがいい。お茶のかおり、オレンジの香り、トマトや野原の香り……。味はかすかに甘みをおび、なかには甘酸っぱい果物の装い。まさに楽園の風情である。オシャレなご飯が勢ぞろいだ。

「1 日水 3 リットル必要」というガンジガラメの政府情報。この空虚な情報から解き放たれて、ほんの少し発想を変えるだけで食べ物が有効利用できるのです。南海トラフ巨大地震の想定（内閣府）では 3 日間で 3,000 万食を上回る食料不足となる。食べ物の有効利用の方法が切実に問われている今日です。

(2015 年 7 月)