

瓜子

ヒマワリの種

のことなど

タイトルに、「ヒマワリの種」という日本語を付けましたが、“瓜子”は実はヒマワリに限らずカボチャ、スイカなどウリ類の種全般を指します。厳密には、ヒマワリの種は“葵瓜子”、“香瓜子”、カボチャの種は“白瓜子”、“南瓜子”、スイカの種は“黒瓜子”、“西瓜子”などと呼ばれています。中国ではこれらの種を殻ごと煎って、塩や調味料で味をつけ、お茶請けのスナックとして好んで食べます。つまり、これが“瓜子”です。カリウム・カルシウム・マグネシウム・ビタミン等を多く含み栄養価も高く、最近は海外でも密かにファンを増やしているようです。

さて、1972年湖南省長沙で紀元前2世紀の墳墓、「馬王堆漢墓」が発掘され、盗掘を免れたため副葬品が豊かだったこと、女性の遺体が生前に近い保存状態だったことが話題になりました。その遺体は内臓、筋肉、血管の保存状態も良く、解剖の結果、胃から“甜瓜（マクワウリ、メロンの一様）”の種が多数出てきました。このことから、当時すでに瓜の種が食べられていたのが分かりました。中国人が“瓜子”を食べてきた歴史の長さには驚かされます。

現在でも、おしゃべりしながら、テレビを見ながら、読書をしなが、ネットサーフィンしながら、たくさんの方が“瓜子”を食べています。特にお正月には欠かせません。各家庭で必ず用意してお客さんに出すのですが、自分たちも家事が一段落すると知らず知らずのうちに手が“瓜子”の方に伸びてしまいます。ある中国人の友人は、大学時代（90年代）、停電の時にろうそくの下でルームメイトと“瓜子”を食べながらおしゃべりしたのが懐かしい思い出だそうです（中国の大学はほとんどが全寮制です）。それから、瓜子を食べすぎると口内炎になりやすいので、水分をたくさん取るよう注意が必要です。

中国人は“瓜子”を食べるとき、殻を手で剥いたりしません。殻を前歯で噛んで割って、舌の先で器用に中身だけ口の中に入れ、殻はぶっとはき出します。この何気ない動作は外国人の目を引くようです。中国人と同じように食べてみたい！と思う人も少なくありません。「中国人みたい〜」と言われるとちょっぴり嬉しかったりして……。特に日本人にはそういう傾向が強いかもしれません。こっそりと練習をしていた留学生を何人も知っています。

さて、外国人が中国人の“瓜子”の食べ方に対して感じたようなことを、中国人も感じるのかということ、そういう発想はあまりないようです。その国にあこがれる部分、例えばファッションやメイクをまねしたいということはあるし、同じ社会の中で共存していきたいと思うでしょうが、日本人と同じような行動ができるようになりたい、そっくりまねしてみたいという気持ちは希薄のようです。中国の人はマイペースですから。

今回紹介する話を読んでちょっと驚きました。中国人でも“瓜子”をかじらずに剥くのが好きな人もいますね！

我喜欢把瓜子全部嗑¹了再吃。

鬼使神差²地，全部嗑好后，

把盘子里的瓜子仁一股脑³倒进了垃圾桶，

看着另一盘瓜子壳发呆⁴发呆⁵。

1 嗑 kè：（前歯で）かむ。かじる

2 鬼使神差 guǐshǐshénchāi：何かにとりつかれたかのように

3 一股脑（儿） yīgǔnǎo(r)：一斉に。残らず。全部ひっくるめて

4 壳 ké：殻

5 发呆 fādāi：ぼんやりする。ぼかんとする



ヒマワリの種を食べるとき、
最初に全部殻をむいてしまい、後から一度に食べるのが好きな私。
脇目も振らずひたすら殻をむいて、
なぜか中身の載っているお盆の方をザーッとゴミ箱に空けてしまい、
殻が載っている手元のお盆を見て呆然とする。