

## 最近の中国と日本のナマコ消費の特徴

誌名	弘前大学農学生命科学部学術報告
ISSN	13448897
著者名	渋谷,長生 吉田,渉
発行元	弘前大学農学生命科学部
巻/号	20号
掲載ページ	p. 51-60
発行年月	2018年2月

農林水産省 農林水産技術会議事務局筑波産学連携支援センター  
Tsukuba Business-Academia Cooperation Support Center, Agriculture, Forestry and Fisheries Research Council  
Secretariat



# 最近の中国と日本のナマコ消費の特徴

—日本にはナマコキャラクターがいっぱいある—

渋谷 長生・吉田 渉

弘前大学農学生命科学部

(2017年11月17日受付)

## 1. 日本と中国のナマコキャラクター

(1) 日本にはナマコ関連のグッズやキャラクターがある  
日本には以下の写真に示したようなナマコステッ

カー、ナマコ着ぐるみ、ナマコ陶器、ナマコストラップ、ナマコせっけん、ナマコTシャツ、ナマコタンブラーなど、ナマコのグッズやシール、ナマコをイメージしたキャラクターがある。

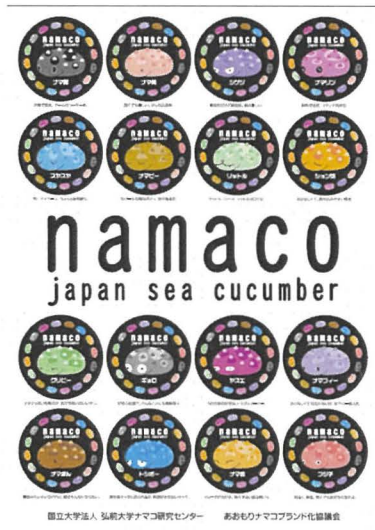


写真1 ナマコステッカー



写真2 ナマコ着ぐるみ



写真3 ナマコ陶器



写真4 ナマコストラップ

## ナマコグッズ



写真5 せっけん



写真6 Tシャツ



写真7 タンブラー

しかもナマコステッカーのシールには様々な名前まで付いている。例えばナマ男、ナマ実、シゲジ、ナマリ、スヤスヤ、ナマビー、リットル、シオン坊、グリピー、ギョロ、ヤスエ、ナマフィー、ナマまん、トシポー、ナマ吉、フジ子などである。それらのキャラクターを使用したせっけんやTシャツもある。これだけ見ると日本ではナマコが多くの人に親しみを持たれている様に思われるかもしれない。

## (2) 中国にはナマコキャラクターが少ない

しかし世界中のナマコを消費している上に、ナマコ養殖も盛んであり、そして乾燥ナマコやナマコカプセルなど多様な商品を展開している中国では私が知っている限りでは下の写真のようなナマコぬいぐるみはあるが、ナマコに関するキャラクターはほとんど存在していない。しかし脚注に示したように中国では古くから健康食品として珍重されてきた。

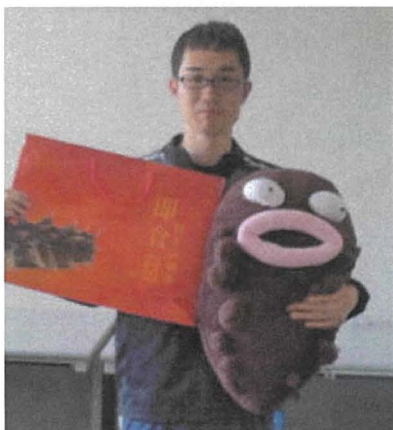


写真8 中国のナマコグッズ

## 2. 中国と日本でのナマコ消費

## (1) 中国でのナマコ消費の特徴

下の写真に示したものは中国国内におけるインターネット上のナマコの効用を謳ったものである。例えば写真9は免疫力の向上と健康、若さを保つとしています。また写真10は精力の増強を、写真11は美容・美肌や体質改善と智力向上に役立つとしている。

高級食材として、特に健康（療養、高齢者、女性、精力増強）のために食べられています。またナマコを食べること自体がと食べる人のステータス（レストラン、ホ

何故ナマコが喜ばれる？ 中国の効用説明例

海参的营养成分 (每100克)	
能量 262 cal	维生素 C 0mg
水分 59g	维生素 E 0mg
蛋白质 50.2g	膳食纤维 1.3mg
脂肪 4.8g	铁 496.7 mg
纤维 0g	钙 10mg
海参皂苷 4.5g	镁 0mg
维生素 A 1.9mg	维生素 B2 0.2mg
维生素 B1 0.4mg	海参多糖 80mg
维生素 B12 1.3mg	

**送长辈**  
调节身体机能  
海参中的胶原蛋白、糖原、硫酸软骨素、碘、硒、钼、钴等营养成分具有抗肿瘤、减慢机体衰老速度、促进新陈代谢、加速人体器官代谢再生等方面的功效。对高血压、冠心病、肝炎患者及中、老年人、长期服用食用海参，对缓解病情和治疗有良好效果。

免疫力の向上、健康に喜ぶ

写真9

**送健康**  
术后及放、化疗患者—快速恢复  
海参对机体细胞损伤的修复有特效。食用海参止癌、补血、恢复元气、缓解症状、康复时间明显缩短。海参被称为：“补中之王”、“补血之神”。

身体的自保

**送男性**  
海洋伟哥  
海参所含特殊活性物质，是构成男性精细胞的主要成分，能改善男性神经功能传导作用，延缓性腺衰老，抗疲劳，抗衰老，补益精神等。

精力の増強

写真10



写真11

テル、宴会などの場所)を現している。また政・官・財・軍などでの贈答品としても幅広く利用されている。

次に図1に示したのは中国ナマコ産出量の推移である。中国でのナマコ産出量=消費量の増加は単に健康に良いということだけではなくSARS(2005年～)や新インフルエンザ(2009年～)などと密接に関係している。そうした抗ウイルスや抗菌などについても、ナマコ成分の中国国内での関心や評価は高いことがわかる。

(2) 日本でのナマコ消費の特徴

現在日本産ナマコはほとんどが中国へ輸出されている。特に2000年以降そうした傾向が顕著となりました。図2に示したのは我国の水産物の品目別輸出金額であ

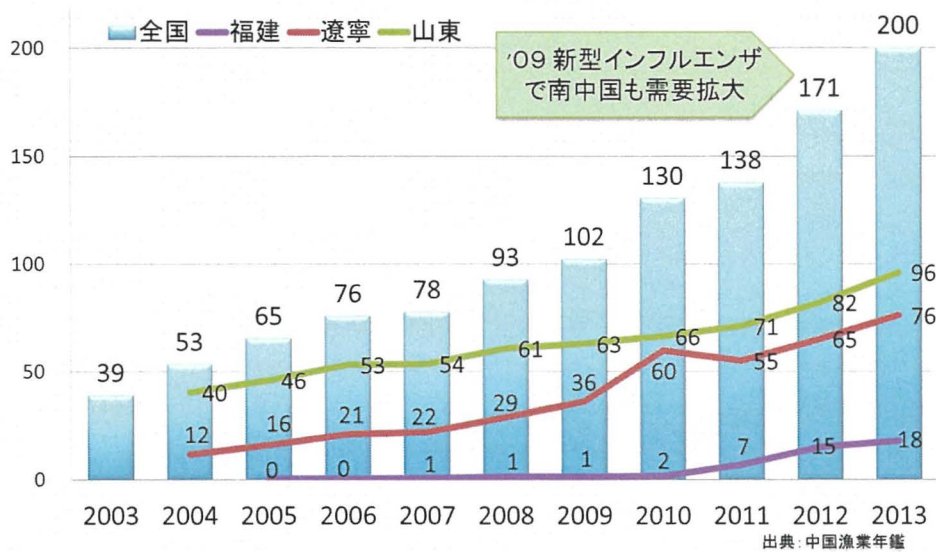


図1 「中国ナマコ産出量推移」

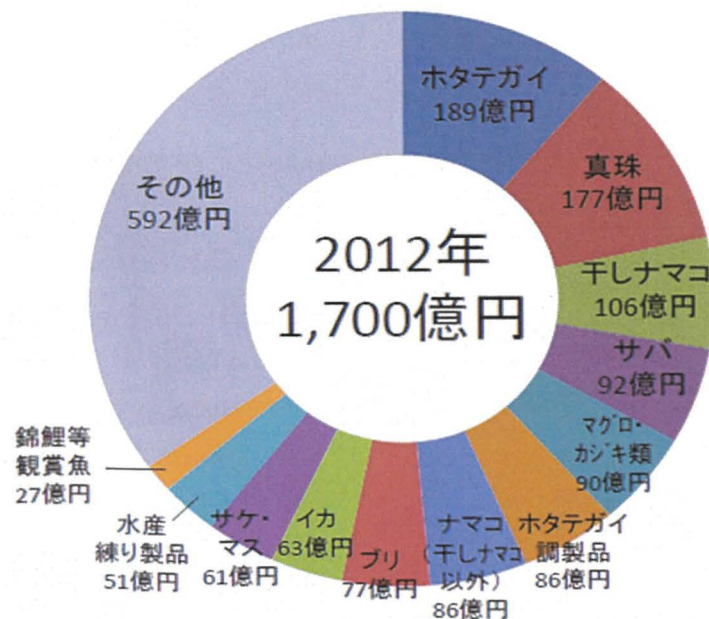


図2 「水産物の品目別輸出割合」

る。淡干ナマコ106億円、塩漬ナマコ86億円の二つを合わせると192億円となりナマコが水産物輸出のトップクラスであることがわかる。

日本でもナマコは昔から食べられていましたが地域ごとに大きな差（例えば青森、北陸、瀬戸内、九州では良く食べられています）がある。

また食べ方も限定されている。通常はナマコ酢としての食べ方が一般的で、地域（北陸、瀬戸内）によってはこの子、このわた等のナマコの腸や卵巣などの内臓加工品が珍味として製造され、販売されている。

### (3) 日本でのナマコの話

このように私たち日本人にとってナマコはあまり食生活に馴染んでいない。どちらかという、「変な食べもの」に属する物として多くの人からは敬遠されています。日本でナマコが良く話題になることは、「ナマコを誰が一番最初に食べたのか、食べた人は偉い」というものである。

また日本語ではナマコのことを海の鼠（海鼠）と書く。このことからしてナマコはおいしい食べ物とのイメージがないことがわかる。

日本人のナマコ消費は量的には大分少ない。食べるのはごくわずかな人、あるいは限られた地域でしか食べられていない。またナマコが健康に良いことを知っている人もごくわずかしかいない。

ナマコが持つ健康に役立つ効能をいかに日本人に認知させるか、それをどのようにアピールするかは大変難しいところである。

以上の諸事情を反映して日本では消費者にナマコを認

知してもらうために主に二つの方法がとられてきました。

日本人消費者にナマコをアピールする方法の一つとしてナマコのキャラクター化でした。

日本人にナマコはラブリーなもの、親しみやすいものなどのイメージを持ってもらうことを狙っているのである。これが日本でナマコのキャラクターが多く存在していることの理由である。

二つには日本ではナマコは一般的な食材ではありませんし、料理は単純なものである。多くの場合歯ごたえが良いのが好まれている程度である。したがってナマコの消費を料理の面から増やすのは容易ではない。そこでナマコを食材としてのみ利用するのではなく、健康や美容などナマコの成分を利用した製品化を目指そうとしているのである。例えばこれまでナマコ石鹸、ナマコ美容液、ナマコマスクなどが売り出されてきたことはすでに紹介した通りである。

## 3. 中国でのナマコキャラクターの増加とその要因

### (1) 中国でもナマコキャラクターが生まれつつある

始めに中国にはナマコをイメージしたキャラクターが少ないと述べた。しかし中国でもナマコキャラクターが生まれ始めている。すでに写真に示した様なナマコぬいぐるみの外に、ナマコのアニメ化などを利用した販売方法がある。写真12、13、14を掲げた。特に写真14中国人観光客向上、販売店でのナマコ用ポスターですが、その中にもナマコキャラクターが利用されている。

こうした傾向は中国でのナマコのこれまでの伝統的な



写真12



写真13

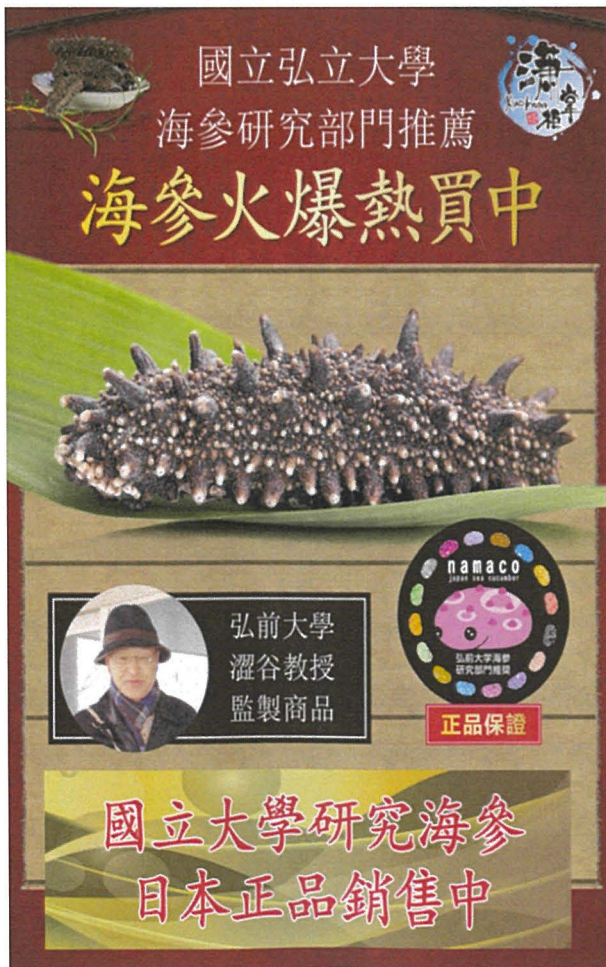


写真14

食べ方、そして購入方法などが変化していることを反映しているためである。

## (2) 中国でのナマコ消費の変化

中国でのナマコ消費の変化は次の様に特徴づけることができる。まずは食べ方の多様化である。レストラン、ホテルに加えて家庭で食べる人も増えている。次はナマコ製品の多様化である。即食ナマコ、カプセルナマコなどいろいろな商品が開発されている。さらには買う人の多様化である。従来のレストラン、ホテルでの食事や、贈答用としての利用から、家庭用としての購入、若い人の購入の増加、さらにはこれまでナマコを食べなかった地域の人でもナマコを購入する傾向が確認できる。

そして購入方法の多様化である。ナマコ市場やナマコ専門店に加え、ネットでの購入が増えている。

図3に中国でのナマコのネット販売についてナマコ検索回数を示した。2011年から2014年に急速に拡大している。また図4ではナマコ購入顧客の年齢割合を示したが、10代、20代の多さがわかる。これまでのナマコ購入年層とは大きく様変わりしている。さらに図5にはナマコ顧客の地域分布を示したが、内陸部でも購入が多いことが確認できる。

図6に示した購入価格帯が比較的安価な傾向にあること、また図7ではインターネットでのナマコショップの急拡大の動きが目される。

これらの変化をそれぞれ簡単に言えばナマコ消費地が海岸部から内陸部へ、ナマコ専売店からネット販売へ、中・高齢者から若年層へ、そして高級品としてのナマコから買いやすい品物へナマコが変化してきていると特

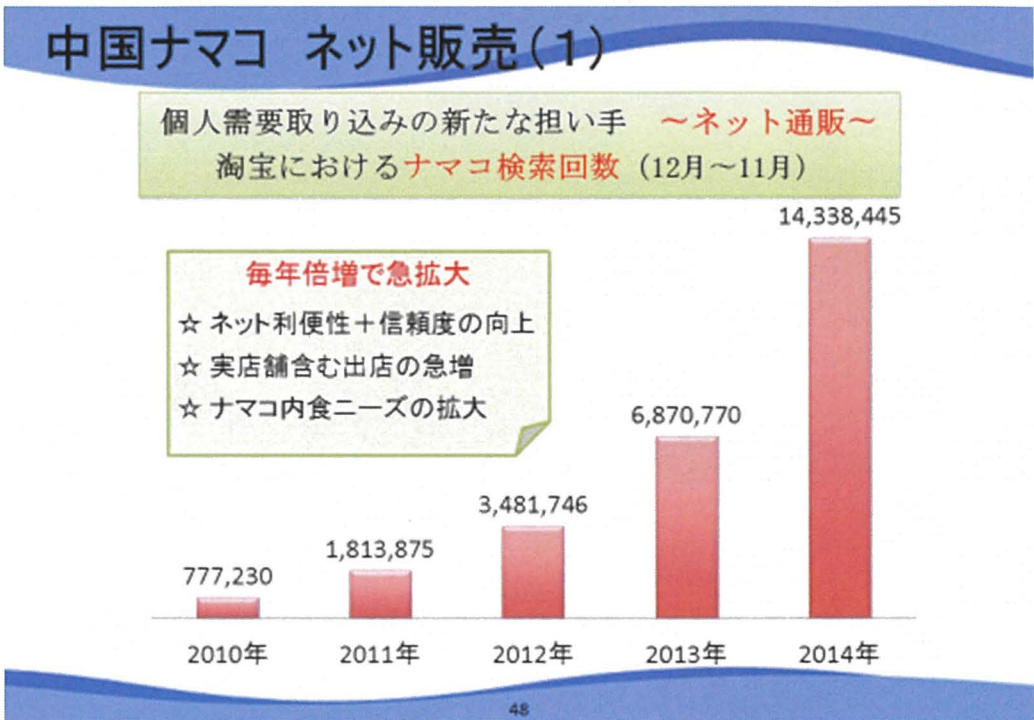


図3

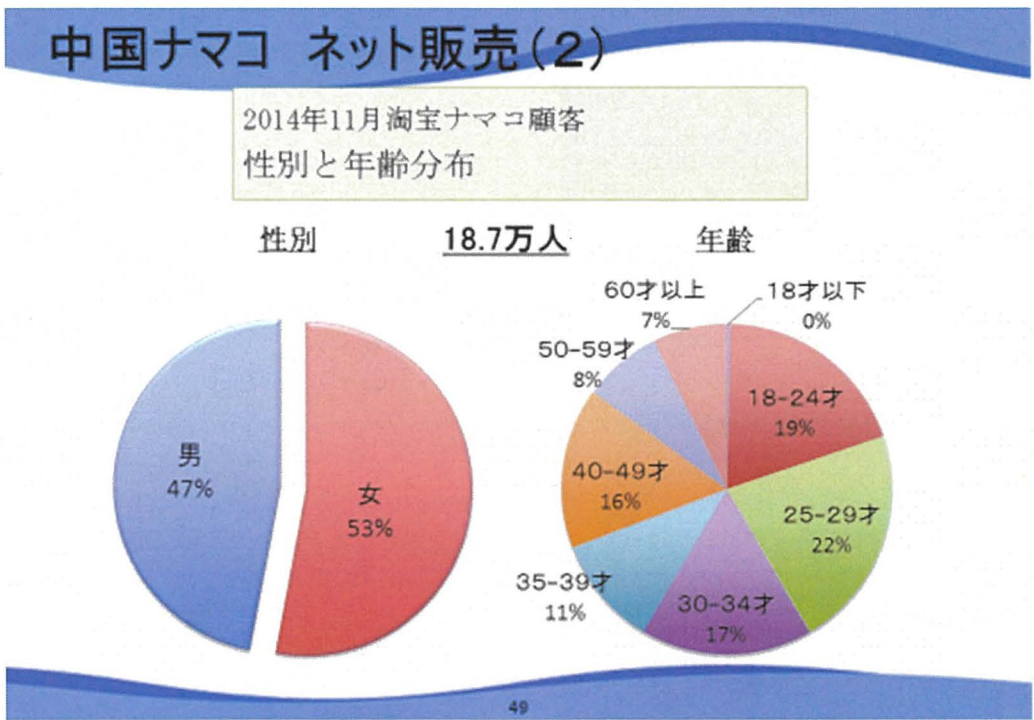


図4

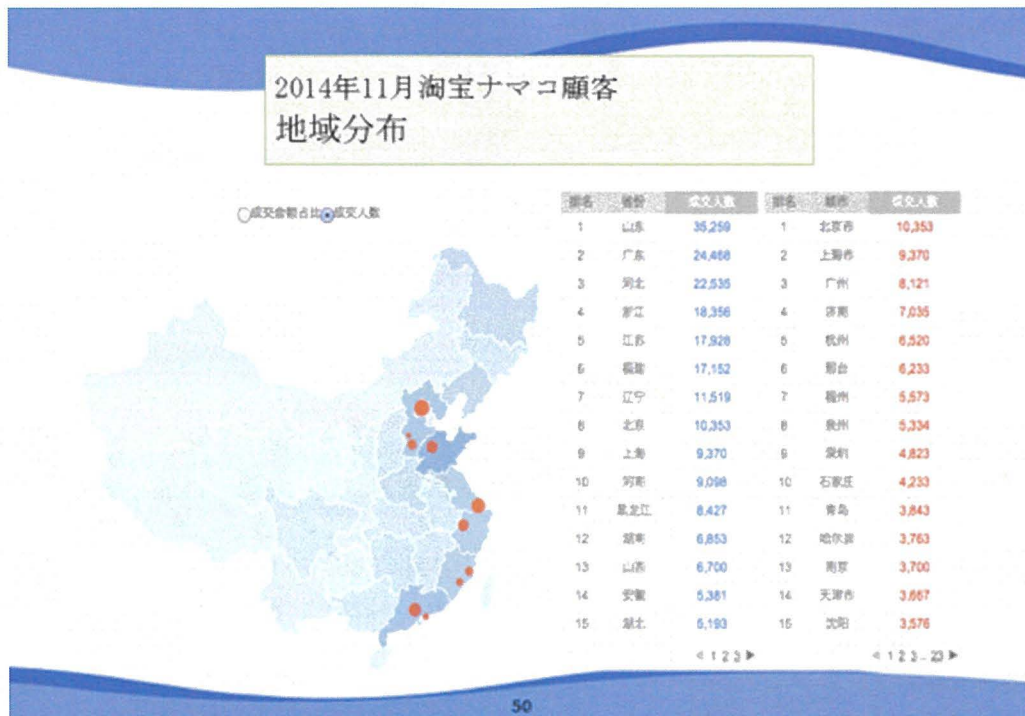


図5



図6



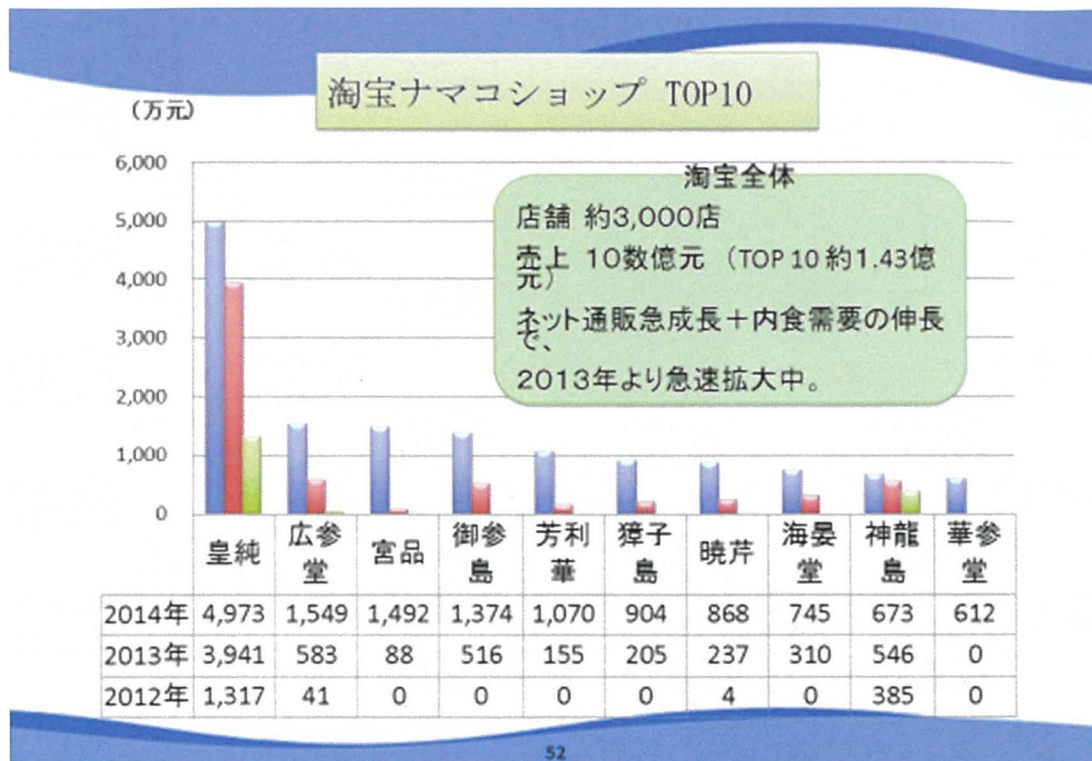


図7

徴付けることができよう。

### まとめ

こうした従来のナマコとは違うナマコ製品の多様化ならびに消費方法、購入方法、購入者の変化は、ナマコについての知識が少ない人やナマコになじみのない人そして若年層に対して、ナマコの認知度を高めるイメージづくりが必要となる。それゆえに中国でもナマコのアニメ化やキャラクター化を通じてあらたな需要者にナマコをアピールしようとしているのである。

こうした中国でのナマコのアニメ化やキャラクター化は、中国国内ではナマコが様々な商品として多様な方法で販売・消費されているようになってきたことの反映と言える。

### 註. 中国でのナマコ評価

#### 1. ナマコはすごい

ナマコは、中国の海岸ではどこでも採取できるがその中でも特に遼寧省や山東省のナマコは優れたものとして中国では評価されている。例えばこれまでの中国での研究や実験結果には以下に示したようなデータがある。これからわかるように健康食品として中国の人たちは「ナマコ」を食しているのである。

#### 2. 中国社会科学院によるナマコの成分分析結果

ナマコの栄養成分を分析した中国社会科学院瀋陽生態所の実験データでは次のようになっている。すなわちナマコは高たんぱく質（55%以上）であり、18種類のアミノ酸（内、8種類は人体が合成できない必須アミノ酸）が含まれており、リン、鉄、ヨード、亜鉛、セレン、バナジウム、マンガン他の多様な元素もあり、さらにはビタミンB1、B2、E、K、PPなど多種類のビタミン類、コンドロイチン、ダルタチオン、マナマコグリコシド、タウリン、ニコチン酸、SODなどの生物活性成分を含む50種以上の天然栄養成分の宝庫とされている。

こうしたナマコに含まれている各種栄養成分の働きは概略すると次の通りと紹介されている。

#### ◎アミノ酸：

ナマコのアルギニンが男性精子細胞の主要成分になり、ホルモンを調節する効果があります。脳疲労回復と記憶力の改善にも効果がある。

#### ◎ナマコ脂肪酸：

ナマコ脂肪酸に含まれるAAおよびEPAは体内の脂質代謝を調節し、脂肪の絶対量と相対量を下げる著しい効果がある。その結果、血糖、血脂、コレステロール値を下げる働きがある。

#### ◎ナマコ粘多糖類：

主に次の効果が認められる。

○腫瘍の成長と転移を阻害

○免疫力を調整し、薬物に起因する免疫力低下を改善

○血粘度を効果的に下げ、血栓の形成を抑える

○コバルト60照射に対する保護作用があり、造血効果を高める

○炎症を抑え関節炎などに高い効果

○肌の水分を保ち、老化防止に作用

◎タウリン：

脳など重要器官の成長発育を促進し、視力保護や小児の脳発育に効果があります。血小板の集合を抑え、高血圧と高血脂に効果の他に胆結石を防ぐ効果がある。

◎コンドロイチン硫酸：

血液の凝固を防ぐ作用がある。冠状動脈の硬化、高血圧、狭心症、心筋梗塞、ストレプトマイシンが起す障害症を改善する。また炎症を抑え、偏頭痛、熟年層の肩こり、腰痛などにも効果。長期使用による副作用もない。

◎ナマコサポニン：

主な効果は次の様なものである。

○腫瘍細胞の成長を抑制する

○組織細胞の老化を抑える

○免疫力の調整能力がある

○骨髄赤細胞の成長を刺激し、再生不良性貧血の改善に明らかな効果がある

○抗疲労作用がある

◎ナマココラーゲン：

主な効果は次の通りである。

○マナマコ蛋白は、グリシン、プロリン、リジンなどで表されるコラーゲンが主体である。これまでの研究でこれらが造血やカルシウムの吸収に役立つ物質である。

○ナマココラーゲンの栄養素はきわめて高い。

○腫瘍や炎症を防ぐ活性効果がある。

○免疫システムを通して動物移植瘤の成長を抑える効果がある。

◎SOD（スーパーオキシドディスムターゼ）：

体内の余分な活性酸素を取り除き免疫力を高めます。老化防止に効果があります。糖尿病に対し明らかな回復作用がある。女性の生理周期を調整し更年期を遅らせることができる。

◎ナマコ腸卵の栄養成分：

ナマコ腸卵には体壁と同じようにたんぱく質、ビタミン、ミネラルなどの活性物質が含まれる。もっとも著しい点は、核酸とバナジウムの含有率が通常の体壁に比べ3倍以上ある。腸卵はその滋養強壮と老化防止効果から中国では「千金に値する」と言われているが、春先の産卵期にほんのわずか、120キロのナマコからわずか1キロ程度しか取れない貴重なものである。

中国語でナマコは「海參」と書きます。意味は海の朝鮮人參ということである。以上示したナマコ成分の状況からもそのことがうなづける。

3. 中国では信じられているナマコの生命力

中国ではナマコは健康の活力源と評価されていますが、それは単に栄養成分が多いということだけではない。なまこの生態そのものからもそうした評価を受けている。例えば「ナマコ」は外部から刺激を受けると、自分の内蔵を全て排出し脱出してしまふ。しかししばらく経つと、また新しい内臓が再生されます。また、体を二つ、三つに刻まれても、その傷を自分で治し、3～7ヵ月後には、それぞれが新しい固体になる。こうした現象だけでもなまこの再生能力と修復能力の強靱さが分かる。

生命力の極めて高いなまこは、酸素のないところや土砂の中に数日もぐっていても、ピンピンしている。ナマコは病気にかからないといわれるが、酸素欠乏に対する能力と病気に対する免疫能力の高さを証明している。

このようにナマコが中国で珍重されるのは、多くの効能、効果があるからだが、このことは「ナマコ」の体内に含まれる「ナマコ多糖類」と密接な関係がある。現代医学でも、「ナマコ多糖類」が極めて優れた抗癌作用や免疫力増強作用を持つことが判明している。

4. 中国の古文書でのナマコ

◎中国古代医学の名著『五雜俎』：

「海參（ナマコ）は遼東の海辺にある。その性は温補で・・・人參に匹敵し、ゆえに、海參という」と記されています。（遼東とは大連周辺を指します）。ナマコは海の珍味八選とされ、なかでも「ナマコ」は最高級品とされていて、その他のナマコとは比べられないとされている。

◎『本草綱目拾遺』：

「腎の精を補し、髓を益す。痰とよだれを取り除き、小便を調整し、血を生成し、人体の陽気を強壯する。潰瘍の表面の虫毒を取る」とされている。

◎『本草從新』：

ナマコは「腎を補い、精を益し、人体の陽気を強壯にし、肢体と筋肉の弛緩、脱力を治療する」と書かれている。

◎清代の『隨息居飲食譜』：

「ナマコは滋陰補血、壯陽、燥証滋潤、月経調節、胎児滋養、生育順調と、産後、病後、衰弱後、勃起不全による不妊の全てに良い。豚肉、羊肉、ハムと煮込んで食するのがよい」とされている。

◎『薬性考』：

「火を降ろし、腎を滋し、腸を通し、燥証を潤す、疲労と疾病を除く」とされている。

◎『本草求原』：

ナマコは「五臓を潤し、精を滋養し、水気を下行させて利尿する」と記されている。

## Features of Japanese Sea Cucumber Consumption in China Today – The many characteristics of sea cucumbers in Japan –

Chosei SHIBUYA, Wataru YOSHIDA

Faculty of Agriculture and Life Science, Hirosaki university

(Received for publication November 17, 2017)

### SUMMARY

Changes in sea cucumber consumption in China are characterized in this study of diversification of how sea cucumbers are purchased, prepared, and eaten. People eating them at home have increasingly joined consumers who enjoy them at restaurants and hotels. Various sea cucumber products such as instant sea cucumbers and capsulated sea cucumbers have been developed to satisfy the diversification in tastes of purchasers. Eating styles have been changing from conventional dishes at restaurants and hotels to use for gift giving, purchases for households, and purchase by younger people. Additionally, results show that many people who had no habit of eating them now tend to purchase sea cucumbers.

Ways of purchasing sea cucumbers have also diversified. Those who purchase them from the internet are increasing in addition to sea cucumber markets and specialized stores. Sales increased rapidly during 2011–2014. Sea cucumber purchasers are mostly in their 10s, 20s, and 30s, which represents a large difference from the conventional age of purchasers. Furthermore, it is characteristic that purchase prices are lower. The number of sea cucumber shops on the internet has increased drastically.

Sea cucumber consumption areas in China are shifting from coastal areas inland, from sea cucumber specialty retail shops to internet vendors, and from middle-aged and older consumers to younger consumers, along with a shift from high-priced goods to affordable articles.