

今回のテーマ

消費者卓上生活に関するインタビュー

(レポートは2023年1月 1元=19.3円)

中国には「一方水土養一方人（地域によってその土地ならではの人が育つ）」という言葉があります。国や民族の食文化の形成は、テロワールや気候、民俗などの要因によって、長い時間をかけてゆっくりと形成される歴史的・人文的沈殿の過程であると言えるでしょう。ですから、その国の食文化を見ることで、その国の文化や性格、歴史、風土などが見えてくるのです。

食の大国である中国の食文化には、長く深い歴史があります。中国では古来より、食は人生の中で最も重要なものであるという一貫した統一概念が形成されており、いわゆる「民は食をもって天となす」ということです。経済の発展と社会の進歩に伴い、現代中国人の生活の質は年々向上し、食の概念も自給自足の段階を脱して、高度な儀礼的文化を形成して久しく、人々はより健康でモダンな食、さらには食の楽しみを追求するようになったのです。

一方、中国の門戸開放に伴い、中国人の外出が増え、中国市場に海外の味や食材が入ってくることも多くなっています。これらの外国の食文化は、中国人の食卓の選択肢を広げると同時に、中国固有の食文化に影響を与えています。

今回は上海と蘇州の2つの家族の食卓から、現代の中国の食の概念やライフスタイルを垣間見ることができればと思います、取材しました。

石さん一家

お住まい：上海浦東新区で183㎡の戸建を購入

家庭年収：投資収益も含む100万元（約1,930万円）以上

食に対する毎月の予算制限はありません。食費を計算したことはありません。

家庭構成：

石さん（60-65歳、男性、企業経営者）

奥様（55-60歳、女性、専業主婦）

家庭プロフィール：

石氏の個人的な趣味は中国配給券のコレクションです。中国最大クラスの配給券画像サイトを立ち上げ、6年をかけて上海紡績博物館と「新中国紡織配給券コレクション」を共同出版し、「上海復旦大学創立100周年記念中国配給券展示会」の企画に参加しました。



（石氏の配給券コレクション。中でも中国の計画経済時期に発行された布生地配給券は中国でも非常に有名です）
写真の出所：石氏のご提供

ご夫婦とも日本での生活が長いので、日本に対する印象がよく、日本食に対する理解も深い。お二人とも、日本料理や日本の食材は安全で高品質であるという好印象をお持ちです。

平日：

ランチは職場や職場付近のレストランでとっています。石さんの夕食は2/3が外食、1/3は夫婦そろって外食をしたり家で食べたりしています。奥様はよくお友達と一緒に様々なお店でランチをします。料理や業態にこだわらず、有名店や流行のレストランを中心に毎回違う店に行くのだといいます。夫婦ともに外食の予算は設定していません。家で夕食をとる際は、奥様ご自身で調理しますが、主に上海料理です。

休日・祝日：

休みの日はご夫婦で外食をしたり、親戚や友人を招いて一緒に食事をしたりすることもあります。レストランは主に中華料理で、時には日本料理を中心とした外国の料理も選びます。

<石さんがよく利用するレストラン>



森ビル86階に位置する上海を一望できる「金茂君悦・クラブ」。
(写真出所：中国大手グルメサイト「大衆点評」)



浦東のウォーターフロントに位置する「江景順筵・世大広場店」。
パンタンの夜景は絶景。
(写真出所：中国大手グルメサイト「大衆点評」)



太刀魚の揚げ物：浦東陸家嘴にある黒真珠一つ星レストラン「東方融宴・1862船場店」
(写真出所：中国大手グルメサイト「大衆点評」)



石さん家の近くにあるレストラン「黔香閣・碧云店」
(写真出所：中国大手グルメサイト「大衆点評」)

中国の旧正月と休暇中に、親戚や友人を自宅に招き、奥様はご自身で料理を振る舞います。上海料理がメインです。



平日ご自宅で食事する場合の食卓
(写真出所：石氏のご提供)



2022年春節で親戚との会食する際に奥様が作られた料理
(写真出所：石氏のご提供)



皿の組み合わせは、円満を意味する丸い形であり、10皿の上海料理に囲まれているのは「佛跳牆※」です。
(写真出所：石氏のご提供)

※佛跳牆（ぶつちょうしょう、フォーティアオチアン）は、乾物を主体とする様々な高級食材を数日かけて調理する福建料理の伝統的な高級スープです。名前の由来は「あまりの美味しそうな香りに修行僧ですらお寺の塀を飛び越えて来る」という詩にあるとされます。

食材の購入と料理の準備について：

食材の購入など奥様がほぼ担当していて、インターネットを利用し、「盒马生鮮」「叮咚买菜」等のネット生鮮プラットフォームで毎日新鮮な食材を購入しています。

奥様は、インターネットを通じて友人や親戚と良質な食材を共有したり、地域のグループ購入やオンラインプラットフォーム、友人や家族を通じて直接食材や調味料を購入することもあります。

奥様のメニューとレシピは、主に家族から受け継いだもので、時には小红书（SNS）やTikTokなどのソーシャルメディアを通じて、創作料理の方法を学び、勉強しています。家庭で不便なく料理ができ、衛生面、健康面、栄養面などのバランスも良いそうです。石さんも同意見で、奥様の作る食事は味が安定しているだけでなく、自分の好みにぴったりと合っていると感じているようです。



(写真出所：石氏のご提供)

任さん一家

お住まい：江蘇省蘇州工業園區に位置する170㎡のマンションを購入。

世帯年収：42万元（約810万円）以上

一家の月々の食費総額は4,000元（約77,200円）

家庭構成：

外祖父（65-70歳，男性，退職）

外祖母（65-70歳，女性，退職）

主人（40-45歳，男性，企業管理職）

奥様（40-45歳，女性，会社員）

長男（10-15歳，男性，小学生）

長女（5-10歳，女性，小学生）



家族で日本に旅行された時の写真（写真出所：任氏のご提供）

家庭プロフィール：

ご夫妻とも長年日本に暮らした経験を持ち、長男は日本生まれで、他の家族も何度も日本を訪れたことがあります。家族全員が日本に対する印象が良く、日本食への理解度も深いです。ご夫妻は、日本料理や日本の食材が、洗練され、健康的で、量が適度であり、高価なもの、といった良い印象を持っているようです。

平日：

ランチはそれぞれ別々に食べます。おじい様とおばあ様は自宅で、お子様は学校の給食で、ご夫婦は会社近くのレストランで昼食をとります。予算は1人あたり約30元（約580円）前後となります。

夕食は基本、家族皆でご自宅にて食事をされます。夕食はおじい様、おばあ様が作る事が多く、中華の家庭料理が中心ですが、カレーライス、オムライス、鍋物、インスタントラーメンなど日本式の簡単にできる料理を奥様が作られることもあります。ご主人は野菜サラダが大好きとのことです。ただ中国の一般の野菜は残留農薬などの心配があるため、ご家庭の水耕栽培機にてレタスや水菜などを栽培し、サラダを作られています。



左上・左下：祖母・祖父が作った、栄養バランスの取れた夕食です
下：ご主人の家庭用水耕栽培機で栽培したレタス、サラダ朝食
（写真出所：全て任氏のご提供）



休日・祝日：

休日は家族で外食することが多く、とんかつ、お好み焼き、刺身、焼き鳥、ラーメンなど、日本食レストランが家族全員のお気に入りです。時には、中華の火鍋や焼肉など、ご家庭で作れない料理や、洋風のピザ、ハンバーガー、から揚げ等のファーストフードを家族で食べることもあるようです。家族全員での外食にかかる予算はおおよそ300～400円（5,790円～7,720）になります。



左上・左下：蘇州の日本料理店「神宮」が家族みんなのお気に入り

下、右：中華、ピザ、寿司等のファーストフードは外食のいい選択肢です
（写真出所：全て任氏のご提供）



食材の購入と料理の準備について：

平日の食材は、外祖父と外祖母 が自宅近くの地元野菜市場で購入することが多く、任さんご夫妻は、毎週末、蘇州のサムズクラブ（会員制スーパーマーケット）に行き、食材、調味料、日用品を一緒に購入します。

祖母・祖父のメニューやレシピは、主に家族内で受け継がれ、時には小红书やTikTokなどのソーシャルメディアを通じて創作料理を知り、調理することもあります。任さんはソーシャルメディアだけでなく「下厨房」（料理レシピアプリ）などのアプリで手早くできる料理の作り方を学ぶことに慣れているそうです。食材や調理法の制限を除けば、家庭料理の最大の利点は、衛生的で栄養のバランスがとれていることです。

【レポート執筆者】



日本食品海外プロモーションセンター（JFOODO）
海外フィールドマーケター（中国大陸）
劉 昊（リュウ コウ RYU KOU）

北京の大学学部を卒業した後、日本の文部科学省の国費留学生として神戸大学の自然科学研究科に留学、2003年修士課程修了した。その後、日本の最大手医療機器メーカーにて海外事業の経営企画を担当。本社の立場で、北米、欧州、中国などの現地法をサポート。2010年から日本を代表する広告代理店の北京支社で、中国に進出する日本の消費財メーカーに対するコンサルティング業務を行いながら、北京で展開するレストランチェーンの投資及び経営に携わった。

2014年から株式会社ぐるなびの海外業務、及び、ぐるなび上海社のマネジメントも兼務し、特にぐるなび上海社においては、日本の食品、食材、そしてその根底にある日本の素晴らしい文化の伝道師を目指し、日々様々な試行錯誤で経験を積み重ねてきた。

【免責事項】本レポートで提供している情報は、ご利用される方のご判断・責任においてご使用下さい。ジェトロでは、できるだけ正確な情報の提供を心掛けておりますが、本レポートで提供した内容に関連して、ご利用される方が不利益等を被る事態が生じたとしても、ジェトロおよび執筆者は一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。