

人類の進化と食事

2021 年 5 月馬込第三小学校朝礼にて

皆さん、私たち人間はゴリラ、オランウータン、チンパンジーと祖先は同じと考えられています。今から 200 万年前に彼らと別れて、類人猿が誕生しました。その頃はゴリラたちと姿、形、あまり変わりはありませんでした。でも今の私たちは、動物園でみる彼らとはずいぶん違いますよね。では、彼らと今の人間との違いはどこにあるのでしょうか？

彼らは私たちより毛深いですね。立って歩くこともできますが、四つ足でも歩きますよね。木登りも上手ですね。私たちは立って歩きますが、四つ足では歩きません。木登りも下手ですね。それから言葉を話します。道具も使いますよね。そして、生で食べることもあります。食べ物を料理することが多いですね。火を使って料理しますよね。これが今日の本題です。

類人猿は背の高い人、低い人、あごが大きい人、小さい人などいろいろな人が誕生しては消え、それを繰り返し、20 万年前、ついに私たち人類の祖先が誕生しました。この長い間に 3 つの大きな出来事がありました。

第一番目は動物の肉を食べるようになったことです。私たちは、肉や魚や野菜などいろいろな物を食べています。ゴリラたちは肉も食べますが、大半は生の木の実や葉っぱを食べて生活しています。私たちも生野菜は食べますが、実は消化するのが大変でとっても時間がかかります。カロリーも低く、消化のために使ったエネルギーが大きくとっても効率が悪い食べ物です。先日、チョコちゃんできていました。皆さんコアラって知っていますよね。とっても可愛いですね。一日中好物のゆうかりの木に抱きついて、葉っぱを食べていますよね。1 日に 22 時間眠るそうです。ゆうかりの葉っぱは堅くて消化するのにとっても時間がかかるので、眠ったまま消化しているのです。すごく効率が悪いですね。それに比べると、動物の肉は生でもカロリーがとて高く、エネルギーを消化するため以外に役立てることができました。そのお陰で、体は大きくなり、脳も発達しました。

2 番目は偶然、刃物の様な石を使って肉を切ることを覚えました。道具を使い始めたのです。肉や野菜を切って細かくすると、一生懸命歯でかみ砕く必要が減りました。あごの大きく強い人は必要なくなり、あごの小さな私たちの祖先が生き残りました。消化に必要なエネルギーは少なくなり、脳がさらに大きくなりました

3 番目は火を使うことを覚えました。火は自然に発生した山火事でみることができました。火は生活を一変させました。ゴリラたちと同じように、夜は怖い動物に襲われないように木に登って寝ていましたが、たき火をすることで、動物たちは怖がって襲ってきませんでした。地上でゆっくりと寝ることができるようになりました。その代わり、木登りが下手になりました。火は寒い冬でも体を温めてくれました。もう長い毛は必要なくなりました。毛が少な

いと長い距離を走ることができます。毛の長い動物は走るスピードは早くても、長い距離は走れません。汗がでないので、体温が上がってすぐに動けなくなってしまうのです。私たちの祖先は長い距離を走れることで狩りがしやすくなり、多くの動物を捕まえることができるようになりました。そして、火で焼き、煮たりすることを覚えました。同じ肉でも焼いたほうが消化に必要な時間がずっと短く、沢山のカロリーを得ることができました。そのお陰で沢山のエネルギーが脳に与えられ、脳はさらに発達しました。消化に要する時間が短くなって、狩りや農作物を作る時間が増えました。さらに考え、物を作る時間も増えて、今の社会が生まれたのです。

私たちの先祖はこの 3 つの大きな出来ごとのお陰で、現在の文明をつくることができました。火を使って料理をすることができるようになって、私たち人類が発展することができたのです。これで私の話を終わります。