

---

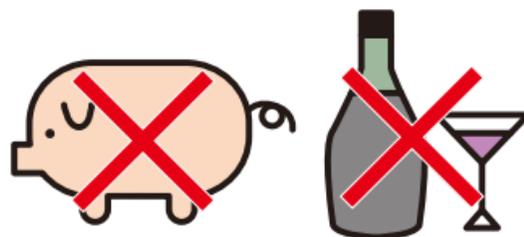
# ムスリムの食の禁忌 ベジタリアン、ビーガンの食の制限・主義

# ムスリムの食に関する禁忌

## 食 事

### 豚肉を食べない、アルコールを摂取しない

ムスリムは、豚肉等の不浄とされるものおよび酩酊するものの摂食が禁じられています。飲酒をしないのは当然ですが、保存料としてアルコールが添加された醤油やみりんについては、摂食により酩酊する事がないことから、個人により解釈が分かります。



豚とアルコールはNG

### イスラーム法に則って認められたと畜をしたものでなければ摂取しない

豚肉以外の食肉、例えば牛肉、鶏肉、羊肉等に関しては、個人により解釈が分かりますが、イスラーム法に則ったと畜がなされていない食肉を避けるムスリムは多い傾向にあります。

出典：中部運輸局「ムスリム旅行者受入の心得」

<https://www.tb.mlit.go.jp/chubu/kikaku/syoryudo/muslim/muslim-info.pdf>

「いずれも、個人差がある」ということを認識しておくことが重要

# ベジタリアン・ビーガンの食の制限

## ■ ベジタリアン・ヴィーガンの分類

大分類	小分類	食事上の制限						その他制限、特筆事項など
		赤身肉	白身肉	魚介類	乳製品	卵	その他	
ベジタリアン・ヴィーガン (「ベジタリアン等」) (※)	ヴィーガン	×	×	×	×	×	蜂蜜、ゼラチンなど、動物由来成分全般、昆虫	・ シルク、毛皮、ウールなど、動物由来のものを非着用
	ラクト・ベジタリアン	×	×	×	○	×	-	・ インドなど、一部地域で最も一般的なベジタリアン
	オボ・ベジタリアン	×	×	×	×	○	-	・ -
	ラクト・オボ・ベジタリアン	×	×	×	○	○	-	・ 欧米などで最も一般的なベジタリアン
セミ・ベジタリアン	ペスカタリアン	×	×	○	○	○	-	・ 健康維持・増進を目的とする場合が多い
	ポロタリアン	×	○	△	△	△	-	・ 同上、魚や乳製品、卵を食する場合も有り

※ 台湾に多いオリエンタル・ヴィーガン、オリエンタル・ベジタリアンは、仏教の思想に基づき、匂いの強い五葷(ニンニク、ニラ、ラッキョウ、ネギ、アサツキ)も食べないベジタリアン等の一種

出典：観光庁「飲食事業者等におけるベジタリアン・ヴィーガン対応ガイド」  
<https://www.mlit.go.jp/kankocho/content/001335459.pdf>

### 【食の制限】

- 肉全般、魚介類全般、卵、乳製品、地中の野菜（根菜、球根類）、
- 植物でも五葷（ごくん：ニンニク、ニラ、ラッキョウ、玉ねぎ、アサツキ）を避ける（オリエンタルベジタリアン）

### 【その他】

- 肉を調理した調理器具を好まない人もいる
- 魚介類を使った出汁を使わない
- ブイヨン、ゼラチン、豚骨を使わない
- 動物性油脂（ラード、バター等）を使わない

「いずれも、個人差がある」ということを認識しておくことが重要



## 訪日外国人旅行者への「食」の多様性対応

### ■ 「特別」から「標準」「共通化」を見据えた食の対応

特定の宗教に限らず、ベジタリアン、ヴィーガンなど食に制約がある方々への対応も意識。  
食材の使い方を工夫すれば、多様な食への対応が可能となる。

	豚肉	牛肉	鶏肉	魚	エビ カニ	イカ タコ	乳製 品	卵	酒類
イスラーム	×	△	△	○	○	○	○	○	×
ベジタリアン	×	×	×	×	×	×	△	△	○
ビーガン	×	×	×	×	×	×	×	×	○
ユダヤ	×	△	△	△	×	×	△	○	○
ヒンズー	○	×	○	△	△	△	○	△	○

「いずれも、個人差がある」ということを認識しておくことが重要

# 訪日外国人のタビマエの意識（イスラム圏の不安要素）

- イスラム圏（インドネシア、マレーシア）で訪日経験がない人の、日本に行きたくないと思う要因として、「販売されている飲食物、物品の原材料表記などの情報が乏しい」の値が高い傾向にある。

図表 イスラム圏の訪日旅行への不安要素

インドネシア（訪日経験無し）



マレーシア（訪日経験無し）



出典：三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社「現地ムスリムに対する訪日旅行に関する意向調査」

