

## 醸造の姿

前回に書いたように、生き物は総て活性酸素の害から身を守るためにあらゆる努力をしています。と言うより、「活性酸素対策の厚さが即その生命の永さである」という説が最近なされています。

例えば、植物は葉緑素で太陽光のエネルギーを受け、水と炭酸ガスと土中の窒素で澱粉と蛋白質を作るという形でエネルギーを蓄えています。少しでも効率よく太陽光を得ようと、背較べをしています。年中日除もなしに日光に晒されているために活性酸素が沢山できます。それを中和するため、ビタミンCやE、直物色素（カロチノイド、フラボン類、アントシアンその他）等を作っています。植物を食べると体によいというのは、直物が活性酸素の害に苦勞して対策を講じている結果を頂くのが大きな要因です。

余談ですが、ライオンが野菜サラダを食べた話は聞きませんが血症にかかりません。実は、猿が木の上で果物をふんだんに食べるという贅沢をしている間にビタミンCを作るDNAを失ってしまったからです。我々が血症にかかるのは猿の失敗に起因します、責任は重大です。動物も相当程度は機能性物質をつくっています。

菌類は、大体は他の生命を頂くということがないので、自分の生命保持のために細胞の内外に身を護るものを一から蓄積しています。そして、より有効に活性酸素からも、外敵からも安全のように集団をつくります。その状況に応じ、自由度と安定度を計りかけて、あるいはある程度分散し、あるいは密集して生活します。

醸造は我々にとって毒素が生じない腐敗の一種です。一般に微生物が繁殖すれば必ず他の微生物が嫌がるものを作ります。その毒を巧く使い分けて薬にもなります。アルコールは私は大好きですが、猿以外の動物は一般に嫌いです。微生物には塩の2倍程の効果があります。だから酒精酵母は一生懸命にアルコールを作ります。気の毒にもそれが大好きな動物がいるのも知らずに。各種の有機酸等もそうです。醸造は腐敗の中から害のない状態を嗅ぎ分けた、先人の偉大な遺産です。

以上見てきた様に醸造では微生物の関与が強ければ強い程、その機能性が強化されるというのが私の考えです。醤油醗酵中には1cc中に千万から億単位の微生物が、それも1年も2年も生きています。まるで都会の雑踏並みです。それ程強い微生物関与の結果、醤油ができます。従って、大豆食品であるのと相俟って、最も機能性に富んだ食品である筈です。醤油が日本人の健康にどれほど役立ってきたか計り知れないものがあると私は思っています。但し、昔どおりに充分時間をかけた醤油はです。旨味ばかりをターゲットにした醤油は少し違います。味を見れば分かるのですが、それがどれ程体に良いか数字で表したいと思っています。然しその前に、我々と微生物は共通点がない程違う筈なのに何故機能性では共通するのでしょうか。