

2004年10月22日 NEWS RELEASE 19

## しょうゆの持つ「医学・生理学的作用」をクローズアップ

### しょうゆ情報センターが「しょうゆを科学する」を発行

### 「食育の推進」ひいては「しょうゆの価値」の再認識に期待！

しょうゆにはこんな作用もあったのか！？

しょうゆの持つ「医学・生理学的作用」について、過去13年間に国内外で発表された研究論文を収集し、効果・効能を機能別に分類、一般にもわかりやすくまとめたレポート「しょうゆを科学する」(A4版、48頁、平成16年10月1日初版発行)が、しょうゆ情報センターから発行された。研究論文や学会発表などの科学的データを基にした内容で、この一冊でしょうゆの医学・生理学的作用が理解できる「しょうゆの効用集」となっている。

全国の公立図書館、国立大学・短大・高専の図書館など3,000館に寄贈するとともに、大学の講義(醸造学、栄養学、家政学など)や、しょうゆセミナーなどでのテキストとしての使用など、今後幅広い活用を目指す。

しょうゆは色・味・香り、3つの要素から成り立つ醸造調味料である。食欲をそそる美しい「色」、甘味・酸味・苦味・塩味・旨味の「五原味」、また、リンゴやバラなど現在発見されているだけでも300種類以上といわれる香りの成分が熟成する中で作用し合い絶妙な調和をとっている。こうした機能に加えて、意外に見過ごされているのがしょうゆの持つ機能である「医学・生理学的作用」。これまでの国内外の研究者による発表で、しょうゆには殺菌作用、抗酸化作用、血圧降下作用、抗アレルギー作用など多くの生体調節機能があることが立証されている。しかし、こうした貴重な研究発表も多くが学会発表であったり、専門書での発表であり、しかも英文によるものが大半であるため一般には情報の入手や内容の理解もしづらいものであった。

内外の研究論文の検索・収集だけでも大変な作業であった。今回、1989年から2001年の13年間に発表された研究論文の検索・収集は、東京農業大学短期大学部醸造学科・農学博士

の館博教授に依頼した。集められた膨大な研究論文の中から、さらに39の研究論文を厳選した。これらの論文をもとに、財団法人日本醤油研究所・農学博士中台忠信主任研究員が解説及びまとめを担当、キッコーマン総合病院院長の久保田芳郎院長に監修をお願いした。

「しょうゆを科学する」は以下の10の大項目に分類し、さらに個々の作用ごとに解説を行っている。

#### 1. 各種病原菌の増殖に対する作用

しょうゆには、食物の腐敗や食中毒、さらには病気を起こす細菌類の増殖を抑える働きがある。実際に実験で確かめられた結果から、「病気の原因となる細菌の増殖を抑える作用」など4つの作用について解説。

#### 2. ガンに対する作用

急増中のガン発生を抑える抗酸化物質がしょうゆには含まれている。しょうゆのガン発生抑制作用について、しょうゆの香気成分フラノン類の作用を中心に解説。

#### 3. 血圧に対する作用

しょうゆは高血圧の元凶と思われていたが、逆にしょうゆには血圧を下げる働きがあることが、各種の実験で確かめられている。その代表例を解説。

#### 4. 動脈硬化に対する作用

しょうゆは動脈硬化を悪化させる危険因子である血中のコレステロール値を改善する働きがあることが各種の実験で確かめられている。その代表例を解説。

#### 5. 糖尿病に対する作用

しょうゆの褐色色素成分であるメラノイジンは、血糖値の急激な変動を抑制する作用のあることが実験で確かめられている。しょうゆは血糖値の上昇をゆるやかにし、ゆったりとした食生活を送るスローフードにぴったりの調味料である。

#### 6. 白内障に対する作用

抗酸化作用を持っているしょうゆの香気成分フラノン類には抗白内障作用のあることが確かめられている。

#### 7. 免疫・アレルギーに対する作用

しょうゆの主原料である大豆・大麦に対するアレルギーがある人でも、しょうゆは安心して使用できる。また、しょうゆにはアレルギーの症状を改善する働きがあることをデータをもとに解説。

## 8. 消化吸収に対する作用

しょうゆの胃液分泌促進作用やミネラルの吸収促進作用などを解説。

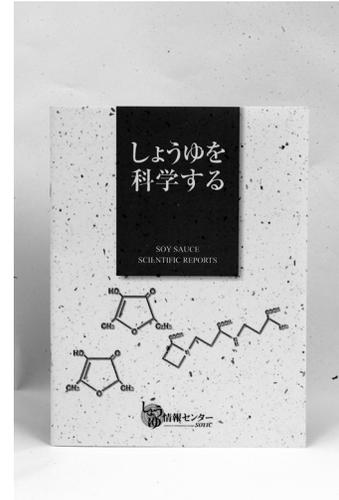
## 9. その他期待される作用

しょうゆに含まれるメラノイジンによる便秘改善作用、ショウユフラボンによる抗潰瘍作用などについて解説。

## 10. しょうゆと食物の相乗効果

しょうゆに含まれる有効成分と他の食物が持つ有効成分を組み合わせて摂取することで、しょうゆの持つ種々の作用がさらに増大し、相乗効果となって発揮されることを解説。

ライフスタイルの変化、とりわけ「食生活」の変化にともないガン、心臓病、脳卒中などの生活習慣病が急激に増加している。そんな中、伝統的な日本食の良さが見直され、その日本食を支えている「しょうゆの価値」も再認識されつつある。「しょうゆを科学する」は、しょうゆに「味覚機能」「栄養機能」に加えて、各種の「医学・生理学的作用」のあることを啓発する「食育」推進に貢献する一冊である。



また、一般の希望者は、しょうゆ情報センターに申し込めば、頒布価格 1,200 円（税込）郵送料実費で入手できる。

以上の件に関する取材のお問合せは

しょうゆ情報センター（醤油 PR 協議会）  
小倉 克彦（事務局長） 下田 鈴子  
住所 東京都中央区日本橋小網町 3 番 11 号（〒103-0016）  
電話 03-3666-3286 FAX 03-3667-2216  
URL : <http://www.soysauce.or.jp>  
E-mail [soyic@soysauce.or.jp](mailto:soyic@soysauce.or.jp)