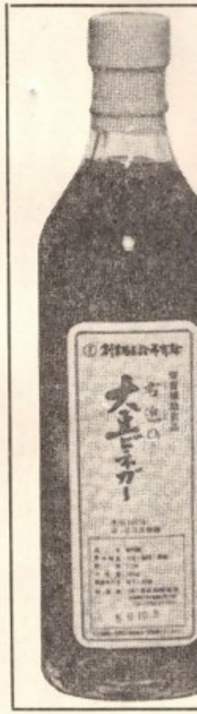
ヘルス・トピック

わが国初の醗酵大豆酢とその効用 PART III

驚異のアミノ酸含有量！右近の大豆ビネガー

レポーター 西条 裕

評判を呼んでいる。それは、味よく、飲みよく、身体によい、という三つの条件を兼ねそなえた〝右近の大豆ビネガー〟である。本誌でも二回にわたって既報の通りだが、その後も驚くべき効用の数々が報告されている。



いまなぜアミノ酸か？

大豆の主な成分は、タンパク質38%、脂肪18%、炭水化物25%ほかとなっている。最も多いタンパク質の良否をきめるのは、アミノ酸の組成いかんによる、といってよい。特に私たちが体の中でつくることができず、必ず食品の形で補給しなければならないアミノ酸、これを必須とか不可欠アミノ酸と呼んでいるが、八種類（トリプトファン、リジン、フェニールアラニン、ロイシン、イソロイシン、バリン、メチオニン、スレオニン、幼児ではヒスチジンを加えて九種類）ある。

佐賀平野に育つ丸大豆100%を原料に生まれた、右近大豆ビネガーには右の必須アミノ酸を含む二十種のアミノ酸、必須脂肪酸をはじめ、カルシウム、鉄、カリウム、リン、さらには、グエン酸などの有機酸がバランスよく、多量に含まれている。とりわけ、必須アミノ酸の含有量はこれまでの玄米酢、米酢に比べて3～5倍という驚くべき数値なのだ。

六〇兆ともいわれる細胞から成り立っているが、その細胞の主要な成分が、ほかならぬアミノ酸なのである。

アミノ酸はタンパク質の形で、つまりアミノ酸のかたまりとして、食べものの中に含まれているから、口に入ると、胃から腸壁を通っていったんアミノ酸にまで分解されて、肝臓へ吸収される。

これを消化、吸収といっているがその仕掛人が酵素という、これまたアミノ酸からできた触媒が活躍している。アミノ酸こそ、細胞に直接的に働きかけ、私たちの生命を与える基礎物質なのである。

大豆ビネガーの成分とその効用

アミノ酸をはじめとする大豆ビネガーの実に豊富な成分をアトランダムに拾ってその効用をみると、次のようになる。

☆**ロイシン・メチオニン・リジン**＝血液中の糖のとりこみを抑制して脂肪の蓄積を防ぐ、抗肥満アミノ酸。つまり、すでについた脂肪を分解するだけでなく、脂肪をつきにくくする。

☆**グルタミン酸**＝脳の神経物質として注目される GABA（ギャバ）の前駆物質。旨みを形成するアミノ酸の一つ。

☆**フェニールアラニン**＝脳の伝達物質であるドーパンの前駆物質。神経を昂揚させるアミノ酸。

☆**トリプトファン**＝不安定な精神状態に悩む中高年のビジネスマンや受験生に特に必要なアミノ酸。鎮静効果で知られる。睡眠効果もあり、臨床的にはトランキライザーを超えるという。

☆**シスチン・アルギニン**＝日本人に最も不足しがちなアミノ酸。神経

大豆ビネガー成分表

一般成分表 100gP		アミノ酸成分表	
項目	mg%	必須アミノ酸	mg
蛋白質	0.9g	イソロイシン	34mg
脂質	0.4g	ロイシン	51mg
灰分	0.5g	リジン	49mg
カルシウム	9. mg	メチオニン	9mg
鉄	0.3mg	シスチン	9mg
カリウム	170.mg	フェニールアラニン	37mg
重曹	18.mg	スレオニン	29mg
比揮発酸	1.056	トリプトファン	10mg
不揮発酸	3.06%	バリン	35mg
エキス	0.47%	リン脂質	16.5mg
全窒素	12.6%	ステアロ、オレオレシチン	
	0.15g	大豆サポニン	含有あり

九州食品環境衛生検査センター
№3099 日本食品分析センター

を正常に保つ。

☆**レシチン**＝細胞膜の主要構成物質。細胞内に必要な養分をとり入れたり不要になった老廃物を排泄したりして細胞を常にイキイキさせるのに役立っている。また血行をよくして心臓の働きを助けたり、余分な脂肪や悪玉コレステロールをとかして、肥満や老化を防ぎ、脳の働きをよくする。天然の乳化剤でもある。

☆**サポニン**＝体中の脂肪に対して特殊に作用する、別名ヤセルエキス。余分な脂肪を分解して洗い流してくれる。さらには新しく入ってくる脂肪の吸収を抑えて肥らない体質をつくる。過酸化脂質による肝臓障害を防ぐだけではなく、腸での脂肪の吸収を抑え、肥満解消に大きな効果がある。

☆**リノール酸**＝別名ビタミンF。コレステロールを減らす。体内では合成できないので食物から摂るしかない。大豆ビネガーは油も酢になっている。

このように、畑の肉・大豆がおよそ十カ月間、静置発酵される過程において生まれる天然のアミノ酸が、私たちの体細胞に直接的に働きかけ栄養を補給し、代謝を促し、細胞を修復すると同時に、お料理の味をおいしく、また減塩料理としても使用することによって、家族の健康維持と美容に役立っているのである。

さまざまな症状に効果

自らの重度の高血圧を克服したのが、大豆ビネガー普及の動機となった佐竹加寿さん（菊菜ハウス会長）は、もう一日たりとも大豆ビネガーなしではいられない毎日という。

「ええ、あらゆるお料理に使います。酢っぱくないし、煮物に使えば化学調味料なんかいらない」それもそのはず、天然のグルタミン酸がずばぬけて多いからだ。「酢っぱくない」酢などないけれども、生のまま飲んで、なめらかに、のどを刺激しない、という意味にちがいない。実際にのんでみると、そのふくいくたるまろやかさとおいしさは格別であり、某雑誌で佐竹会長と対談した女優の小山明子さんも「あら、おいしいわあ！　全然酢っぱくない！」と切れ長の目を丸くして続ける。「お酢って飲みにくいんですよね。ノドにムセちゃうでしょ。飲みながら健康になるんですもの。一石二鳥ね」。

おいしく飲んで健康によい……。これが発売以来わずか二年足らずの内に首都圏の有名デパートをはじめ全国の健康自然食品店に広まったゆえんであろう。口から口へ、手から手へ、愛用者の輪も日毎に大きくなりつつある。おもしろいことに、「そう、お医者さんのファンがとても多いんですよ」とは前出の佐竹会長。ある内科医、外科医、精神科医の先生方が治療に併用して、かなりの効果を上げているという。

東京渋谷で長年、自然療法で患者を診て来られた、みどり会診療所の馬渕通夫先生もその一人で、「特に肝炎の患者に飲んで頂いているが、豊富なアミノ酸、しかもトリプトファンもあって、大変よい結果がでている。とにかく、おいしくてのみやすいので喜ばれている」そうだ。トリプトファンは「生命の魔術師」といわれいま脚光を浴びているアミノ酸で、大豆ビネガーにはあるが、ほかの酢にはない。

この大豆ビネガーシチンに抗ガン効果が確認され」てそれは「ガン細胞だけに作用する」（12／4日経産業新聞）らしい。大豆ビネガーにレシチンが水溶性の吸収されやすい状態にあることは先にみた通りだ。

心筋こうそくの手術が不安になった男性の例、腎炎で顔がむくんでいたのだが、むくみが消えて血色がよくなった例、高・低血圧、衛槽膿漏、胆石、白内症、アレルギー性鼻炎、糖尿病、肝炎、リウマチ、骨折、それに小人病などなどが治ゆ又は改善されたという喜びの体験が、ひきもきらないのである。

☆大豆ビネガー取扱い店は松坂屋上野店、十合千葉有楽町・坂本店、伊勢丹新宿・松戸店、東武池袋店、小田急ハルク、高島屋玉川店、西友津田沼店、丸光そごう、その他有力な自然健康食品店。

※右近の大豆ビネガー総発売元

（右）小山明子さん

は何を食べたらよいか
える食養医学の相談。
の歴史ある
温圧療法実地指導
本健康自然食品協会員の店
民間医學社（元自然食品センター 国電五反田駅前店）
443－2121㈹ 東京都品川区東五反田１－12－15
催物いろいろ
会員特典あり
お問い合わせは
☎ 03(443)2121