

## 論文番号 200

担当

国税庁 醸造研究所

題名 (原題/訳)

清酒の健康と美容効果 (その3)

執筆者

今安聰、川戸章嗣

掲載誌 (番号又は発行年月日)

醸協 94 (4) 274-280, 1999

キーワード

清酒 美容 肌 肥満

要旨

清酒は百薬の長と呼ばれているが、清酒に存在する生理活性物質、作用について、著者が発見した以外のことを含め以下のとおり紹介した。

### ・保温、保湿効果

日本酒にはグリセロールやアミノ酸など他の酒類に比べ多くの保湿成分が含まれており、例えば酒風呂でその効果を見いだしている。著者らも、酒風呂を調整し皮膚温度、皮膚角質層の水分量を測定したところ、保温保湿効果があったことを確認した。

### ・美白効果

皮膚の色を決めるのはメラニンという色素量である。その生成酵素はチロシナーゼであり、この酵素を阻害すれば美白作用の保持等がなされる。日本酒、麴、酒粕の中にもこの酵素を阻害する作用を有し、中でも麴中に多く含まれる遊離リノール酸はメラニン合成量を低下させる効果がある。

### ・あれ肌予防

あれ肌を誘発させたマウスに日本酒濃縮液を塗布し経皮水分蒸散量を測定したところ、有意に蒸散を抑制しその物質が $\alpha$ -エチルグルコシドであった。

### ・アトピー性皮膚炎の予防

アトピー性皮膚炎の患部に米発酵エキスを塗布すると保湿性が向上し、皮膚炎が改善された報告がある。また、アレルギー症状を起こす原因としてカテプシン B という酵素が影響していることが報告されているが、それを特異的に阻害する物質である物質 (エポキシコハク酸誘導体) が日本酒や麴に含まれている。

### ・老化防止

日本酒中にはフェルラ酸という抗酸化性物質が含まれている。

### ・肥満防止

アルコールは同じエネルギーの炭水化物、蛋白、脂肪より体重増加作用が低い。また、日本酒や酒粕にはでんぷんの吸収を阻害しタンパク質の吸収を促進する作用がある。