〝SAKE女〟友田のアルコヲルの悦び

酒と経済はこうなる

今後「ビールで乾杯」というシーンは少なくなりそうだ（写真はイメージ）

本日は、令和時代以降のお酒の飲み方、造り方がどう変わるのかを見ていきましょう。

すでに平成時代にその流れができ始めていましたが、昭和からあったお酒の場の慣習である「とりあえずビールで乾杯」はいよいよ、なくなりそうです。

一つには、ハイボールなどソーダ系カクテルの人気拡大により、乾杯の際に求める〝ノド越しの良いアルコール飲料〟というポジションが奪われつつあること。さらに、最近は職場の飲み会などでも、「差しつ差されつ」といった、杯のやりとりは敬遠される傾向にあります。何かといえばハラスメントとされ、「飲みニケーション」自体が減る中、乾杯の飲み物はそれぞれで楽しめるハイボールをはじめ、レモンサワー、スパークリングワインも含め多種多用な飲み物へと変化していきそうです。

そしてお酒の造り手側に目を向けると、令和時代以降は日本酒、ウイスキー、ワイン、焼酎などすべての分野において、個人でこだわりを持った造り手さんがさらに増えていくでしょう。

AI導入によって、「造り手側がコンピューター管理する時代もくるのでは？」という声もありますが、やはり造りの要の部分は人の手が関わっていくと思います。気候や風土など、原料の状態によって醸造方法は異なります。そこはクリエーティブな分野として人が担っていくべき。一方、悲しいかな、私の職業であるソムリエのような仕事こそ、今後の人工知能の発達により、その日の個人データを打ち込んだだけで人を介さずとも好みのお酒がサーブされる…そんな時代は間もなくやってくるのではないでしょうか。

明るい話題もあります。日本国内では、お酒の消費量は減っていますが、お酒の輸出は絶好調。2017年度は545億円と、10年前と比べて3・5倍に増え、6年連続で過去最高を記録しています。清酒の輸出が伸びていることに加え、「ジャパニーズ・ウイスキー」の人気が高まったことで、ウイスキーにおいては17年度が136億円と、10年前と比べ、約11倍に増えています。

そんな中、今後世界で注目を集めそうなのは日本独自の食材を使ったお酒です。例えば4月にフランスで開催された「フェミナリーズ世界ワインコンクール」で、福井の久保田酒造が造った「一筆啓上 梅の酒」などが金賞に輝きました。

梅やゆず、抹茶といった日本独自の食材を使ったお酒が注目を集めている背景には、13年に和食が世界無形文化遺産に登録されたことと関係しています。海外で和食が脚光を集めていることで、お酒とのマリアージュの観点から、日本酒および日本独自の食材を使ったお酒の需要が増えているわけです。もちろん、今後も伸びるでしょう。

紆余曲折はあれど、令和以降もお酒を楽しむ一定の人々は存在し続けると思います。酒は百薬の長」。飲みすぎに注意しつつ、健康的に楽しく付き合っていきましょう。

久保田酒造の「一筆啓上 梅の酒」。日本独自の食材を使ったお酒が世界から注目を集めている

ともだ・あきこ　ソムリエ。日本酒きき酒師。焼酎きき酒師。業界30年のキャリアと女性らしい感性を生かし、幅広く活躍している。一般社団法人「日本のSAKEとWINEを愛する女性の会」（SAKE女の会）主宰。著書に「ツウになる！日本酒の教本」（同シリーズでビール、ワイン編も＝秀和システム）など多数。お酒に関しての幅広い知識を学ぶ「料飲おもてなしセミナー」も定期的に開講している。

健康コーナー

読んで長生き お役立ち

◆石原結實（いしはら・ゆうみ）1948年、長崎市生まれ。医学博士。イシハラクリニック院長として漢方薬と自然療法によるユニークな治療法を実践するかたわら、静岡・伊豆でニンジンジュース断食施設の運営を行う。著書は300冊超でベストセラー多数。近著に「血糖を下げるすぐ効く食べ方食べ物」（三笠書房）。

カリスマ医師・石原結實が総括

平成医療の光と影

最終回

これまで「平成の医療は進歩し、医師数も増加し、彼らは長時間労働に耐えて懸命な治療をしているのに、病気・病人は増える一方である」ということを3回にわたって述べてきた。その大きな要因が「食べ過ぎ」にあるという自論も展開してきた。

私が伊豆高原に「人参・リンゴジュース」や「生姜湯」だけを飲んで数日過ごすという「断食による健康増進施設」を創って35年目になる。この間、元厚相はじめ、大臣経験者約20名、国会議員約50名、財界、スポーツ界、芸能界の著名人から会社員、主婦、学生さんまで、約3万人の方々が「ジュース断食」に来られ、「断食による健康増進効果」を体験された。

飽食によるガン、心臓病、糖尿病…等々の生活習慣病で苦しんでいる人が多い現代だからこそ、「断食道場」の運営が成り立っているのだろう。

当施設に年に2～3回、「ジュース断食」に来て下さる作曲家の三枝成彰先生は、今年、77歳になられるが、立居振舞は柔らかく、機敏で、髪はフサフサ、顔のお艶もよくお声も朗々として、とても若々しく、50歳代にしか見えない。

3年前に上梓された「無敵の『1日1食』」（SB新書）をご執筆中、「なぜ1日1食がよいのか、医学的根拠を教えてくれ…」ということで、六本木の事務所に〝対談〟に出向いた。

「断食道場」常連の三枝成彰氏に学ぶ

1日2食以下で「病なしの腹八分」

2017年には旭日小綬章も受章した三枝成彰氏

先生は「健康のため」や「宗教のため」に1食にされているのではなく、2食以上食べると体がだるくなり、執筆や講演ができなくなるから…とのこと。

ご高著の内容を抜粋すると

①食べるからお腹が空く。食べなければお腹は空かない

②食べると体力が消耗し、食べないと体力が高まる

③1日1食だけ制限を設けずに食事を満喫する

④好きなものを好きなだけ食べても太らない

⑤仕事の効率が3倍以上になる

⑥1日1食なら年寄りにならない

元米大統領、プーチン・ロシア大統領、日本ではタモリさん、ビートたけしさん、千葉真一さん、南雲吉則医師、ドクター中松…ら錚々たる方々がおられる。

食べ過ぎで発症する「メタボ」、メタボによって惹起されやすいガン、心筋梗塞、脳梗塞、糖尿病、痛風…等々、ありとあらゆる文明病の予防のためには、1日1食は無理だとしても、1日2食以下にされ、1日のうちで「空腹の時間」を長く作るとよいだろう。

「腹十二分に医者足らず」から四分（1食分）引くと「病なしの腹八分」になるのだから。

人生はこれからよ 人間讃歌

見て、読んで元気になる写真コラム

耳が遠いんじゃない。昭和、平成と生き抜いて令和の新時代を今日迎えた。「私たちの人生はこれからよ」とでも言って激励しているのだろう。新時代到来の祝福と激励は、あえて耳元でささやく。これが「昭和女」の奥ゆかしさなのだ。

（文・向谷匡史、写真・齊藤文護、協力・一般社団法人日本マスターズ水泳協会）

時間を作り 食べ過ぎによる文明病を防ぐ