

维生素之父



炎热的天气持续的话，就想吃宫崎的乡土料理“冷汤”。“冷汤”中不可缺少的是黄瓜。黄瓜的产量，去年（2021年）宫崎是全国第一。另外，青椒的产量也是全国第二。黄瓜和青椒等含有丰富的维生素C。维生素和矿物质一样不能成为能量，但是有助于蛋白质、脂质、糖质的分解和合成的作用，是维持健康和身体管理不可缺少的营养素。本月的《生活在宫崎》，将介绍为此维生素的发现而做出贡献的，被称为“维生素之父”的乡土伟人。

高木兼宽（1849年～1920年）出生于现在的宫崎市高冈町。兼宽年轻时立志医学，在英国学习临床医学，回到日本后开始了有关脚气的调查研究。当时脚气被认为是由细菌引起的传染病，是一种会对末梢神经带来障碍，从而引起下肢麻木和麻痹，严重的话也会死亡。兼宽认为原因不是细菌，而是以白米为中心的日本料理，为了证实其假说而进行了实验。于是，吃了面包、肉、蔬菜的脚气患者好转了。再加上把面包换成了日本人也容易吃的麦饭，使脚气患者锐减。

之后，兼宽的研究与维生素的发现相连，在维生素被广为人知之后，兼宽的预见性得到了很高的评价。因此，高木兼宽被称为了“维生素之父”。另外，兼宽为了让日本的医疗界焕然一新，设立了医学学校、护理学校、为穷人开设了医院，为日本的医疗和护理的发展做出了很大的贡献。



在现在的疫情中，希望在完善的医疗体制下，每个人都有一个健康安全生活的社会环境。要实现这样的社会的兼宽，作为宫崎县出身的伟人，对我们来说是非常值得自豪的人物之一吧。炎热的夏天还在继续，让我们吃着宫崎盛产的黄瓜和青椒，精力充沛地度过这个夏天吧。

※日语译文日后将登载在（公财）宫崎县国际交流协会的主页上。

如果对此专栏有任何疑问，意见或要求，请联系：（公财）宫崎县国际交流协会

TEL: 0985-32-8457 FAX: 0985-32-8512 Email: miyainfo@mif.or.jp

如果在日常生活中有任何疑问或担心之事，请联系：「宫崎外国人支援中心」

TEL: 0985-41-5901 FAX: 0985-41-5902 Email: support@mif.or.jp