

ビタミンの父



暑い日が続くと、宮崎の郷土料理「冷や汁」が食べたくになります。「冷や汁」に欠かせないのはきゅうりですね。そのきゅうりの生産量は去年、宮崎が全国1位(2021年)でした。また、ピーマンの生産量も全国2位でした。これらのきゅうりやピーマンには豊富なビタミンCが含まれています。ビタミンはミネラルと同様にエネルギーにはなりません、タンパク質、脂質、糖質の分解や合成を助ける働きがあり、健康維持や体調管理には欠かせない栄養素です。今月のリビングイン宮崎は、このビタミンの発見に貢献し「ビタミンの父」と呼ばれる郷土の偉人を紹介します。

高木兼寛(たかきかねひろ)(1849年~1920年)は現在の宮崎市高岡町で生まれました。兼寛(かねひろ)は若くして医学を志し、イギリスで臨床医学を学びました。そして日本に帰り、脚気^{かっけ}について調査を始めました。当時脚気^{かっけ}は、細菌が原因の伝染病だと考えられてい

て、末梢神経に障害を与え、下肢のしびれや麻痺を引き起こし、ひどくなると死亡することもある病気でした。兼寛は、原因は細菌ではなく白米中心の日本食ではないかと考え、その仮説を実証すべく実験を実施しました。するとパンや肉・野菜を食べた脚気患者^{かっけ}は快方に向かいました。さらにパンを日本



人にも食べやすい麦飯にして、脚気患者^{かっけ}を激減させました。

のちに兼寛の研究はビタミンの発見につながり、ビタミンが広く知られた後には、兼寛の先見性が高く評価されました。このことから高木兼寛は「ビタミンの父」と呼ばれるようになりました。一方兼寛は日本の医療界を新しいものにしようと医学校や看護学校、貧しい人々のための病院を作り、日本の医療や看護の発展に大いに寄与することになりました。

現在のコロナ禍の中、充実した医療体制のもとで誰もが健康で安全に過ごせる社会を望んでいます。そのような社会を実現しようとした兼寛は、宮崎県出身の偉人として、私たちにとってたいへん誇らしい人物の一人ではないでしょうか。

まだまだ、暑い夏が続きます。宮崎でたくさん取れるきゅうりやピーマンを食べてこの夏を元気に過ごしませんか。

このコーナーへのご質問、ご意見、ご要望は：(公財)宮崎県国際交流協会まで

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

毎日の生活に関してご質問、ご心配事などありましたら：みやざき外国人サポートセンターまで

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

※日本語訳は後日、(公財)宮崎県国際交流協会のホームページに掲載されます。