

## はじめに

ヒトを含めた霊長類は“雑食”といわれるが、それはラットなどが示す雑食性とは大きく異なる。つまり、霊長類は「多様なものを食べようとする欲求」があるだけでなく、「美味しいものを食べようとする欲求」を進化させてきた。

前者は、“諸食 (= 雑食)”であり、多種多様なものを食べる試みである。つまり、ヒトは味覚という情報をえることで、食への欲求を制限しなくなった。オオカミからイヌ (家犬) への進化・分化は、ヒトの残飯を食べるようになったのがキッカケで (学術誌 *Nature*, 2013 年)、オオカミは食性の変化によってイヌへの進化を遂げたのである。ヒトも、イヌも、食性がより“諸食 (= 雑食)”になったことで誕生した生物種のようなのである。

後者は、食を“味わう”行為であり、舌触り、喉ごし、色、形、匂い、味などの多くの感覚を複雑に組み合わせることで会得した。すなわち、食べ合わせや付け合わせを工夫することで“新たな味”を生み出し、多様で美味しいものを食べたいという欲求を満たしてきた。それは、美味しいレストランの需要を生み、新たな調理法が生み出され、より良い食材の追求にはいとまがなくなり、昨今ではそれらの欲求に対し“グルメ”という言葉が使われている。

進化的に身につけた諸食と味わいへの欲求により、ヒトは、もう 1 つ、食品からの重要な恩恵を受けることになった。それが、本書で学ぶ「身体のはたらきを整える作用」すなわち「食品の生体調節作用」であり、摂取された食品成分と生体との間のダイナミックな相互作用によって発揮される。そして、このような食品のはたらきをよりの確に表現するために、日本は、世界に先駆けて“機能性食品 (functional foods)”のコンセプトを世界に発信した。ガス・クロマトグラフを直結した質量分析装置 (GC/MS)、核磁気共鳴装置 (NMR) や次世代シーケンサーの発達により、以前では解析できなかった知見が得られるようになり、また、免疫学や微生物学など他の研究分野との融合が進み、食品機能学は飛躍的に進歩した。“単に何となく身体に良い食品”ということではなく、この食品がどのような疾病の予防に繋がるか、この食品の作用の分子メカニズムはなんであるのか、という点が詳細に解析されるようになった。人々が自身の意思に基づいて、科学的エビデンスが得られた食品や食材を選択できる時代になった。

本書では、実際にその分野を研究し、実際にその関連の研究に従事している方々に分担執筆していただいた。限られたページの中ではありますが、日々、進歩している本分野に、新しい知見を加味したかたちでまとめてくださった先生方に、感謝いたします。また、執筆にあたり多くの論文、著作物を参考にさせていただき、これらの著者の方々に御礼を申し上げます。最後に、本書の出版にご尽力いただいた三共出版株式会社 秀島 功氏に厚くお礼を申し上げます。

平成 26 年春

森田英利・田辺創一

## 第2版にあたって

2014年の春に本書が発行されて3年が経過した中で、機能性表示食品は、2015年4月1日に施行された食品表示法に基づく食品表示基準により新たに規定され、2015年6月12日に機能性表示食品制度の商品がはじめて販売された。機能性を表示できる保健機能食品は、国の審査が必要な「特定保健用食品(トクホ)」と国の規格基準に適合した「栄養機能食品」のみであったが、事業者の責任において食品ごとに内閣府消費者庁の審査を受けて販売を許可される「機能性表示食品」の制度があらたに加わった。研究の進展により新たな情報も蓄積しているところに関しても、今回の改定に反映するかたちで第2版を発行した。

幼児・学童期の人間形成や健康な食生活と食習慣の確立に役立てようとする教育運動、すなわち「食育」の考え方が浸透し、食育基本法が2006年から施行された。食育のなかに含まれる食料の安全性、食生活の改善と健康増進を理解する上で、本書は少なからず情報提供できることを期待している。

2017年7月

森田英利・田辺創一