

鈴木梅太郎博士がビタミン B1 の抽出に成功!!

1910 年（明治 43 年）3 月 16 日、医学研究者・鈴木梅太郎博士が新しい栄養素『**オリザニン**』を発見しました。



鈴木博士



フンク博士

鈴木梅太郎（1874 年 4 月 7 日～1943 年 9 月 20 日）は、静岡県の生れ。1896 年東大卒，大学院で植物生理化学を専攻し、ヨーロッパに留学（1901 年～1906 年）、1907 年東大教授となり、1910 年米ぬかからオリザニン（ビタミン B₁）を抽出，ビタミン学説の基礎を築きました。

主にビタミン B1 の欠乏による神経障害疾患の^{かけ}脚気は、江戸時代より「死を呼ぶ伝染病」、「中毒性がある危険な病気」などと囁かれており、当時は原因の特定が出来ておらず、治療が非常に困難な難病とされていました。

1910 年（明治 43 年）6 月 14 日、東京化学会で「**白米の食品としての価値並に動物の脚気疾病に関する研究**」を報告します。

この報告では、ニワトリとハトを白米で飼育すると脚気同様の症状が出て死ぬこと、糖と麦と玄米には脚気を予防して快復させる成分があること、白米はいろいろな成分が欠乏していることを認めました。

『米ぬかや玄米などに脚気を予防して快復させる成分がある』ことを発見した鈴木博士は、**栄養欠乏説**を発表。

その成分をもとに『**チアミン**』の抽出に成功し、難病とされていた脚気の症状を快復可能なものへと導きました。



鈴木梅太郎博士は、米ぬかから抽出したチアミンを含む新しい栄養成分に『**オリザニン**』と命名。命名したのは抽出成功から約2年後となる1912(明治45)年のことでした。

時をほぼ同じくして、ヨーロッパでも1911(明治44)年にポーランドの化学者カシミール・フンク博士が鈴木梅太郎博士と同じ栄養素を発見。

カシミール・フンク博士は、^{ビタ}vita: 生命と^{アミン}amin: 必須有機化合物の単語を組み合わせ**ビタミン**(ヴァイタミン)と命名し、1911(明治44)年に学会へ発表しました。

「オリザニン」と「ビタミン」は同じ栄養素であり、**発見・抽出自体は鈴木博士の方が早かったものの、国際学会での発表はカシミール・フンク博士の方が早かったため、ビタミンの名称が定着した**とされております。

ビタミンB1は、水溶性の**ビタミンB群**の一種で、疲労回復の**ビタミン**とも呼ばれています。炭水化物(糖質)の代謝を促すため、白米を主食にしている日本人にとって必要な栄養素です。また、エネルギーをつくる手助けをすることで、神経や筋肉の機能を正常に保つ効果があります。

糖質および分岐**脂肪酸**の代謝に用いられ、不足すると**脚気**や**神経炎**などの症状を生じます。

ビタミンB1が不足すると糖質を摂取してもエネルギーに変えられず、エネルギー不足になってだるさや疲労を感じるようになります。

ビタミンB1は、**酵母**、**豚肉**、**胚芽**、**豆類**に多く含有されています。

2022年3月16日

福岡ワンヘルス協議会・事務局