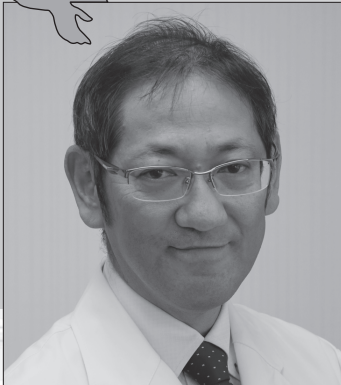


# 乳酸菌は死菌？ 生菌？



## 【死菌】



嶋田 貴志 Takashi Shimada

ニチニチ製薬株式会社中央研究所取締役部長

E-mail : lab@nichinichi-phar.co.jp

1986年 三重大学水産学部卒業。ニチニチ製薬株式会社（当時、ニチニチ食品）に入社、中央研究所に配属。  
2001年 博士（学術）三重大学。自らも実験を行いつつ、各大学との共同研究のバイブ役として活動。  
主な研究テーマ：乳酸菌の機能性（免疫・アレルギー）



## 【生菌】



鈴木 重徳 Shigenori Suzuki

カゴメ株式会社イノベーション本部

E-mail : Shigenori\_Suzuki@kagome.co.jp

2001年 信州大学大学院農学研究科修了、旧雪印ラビオ（現、カゴメ）株式会社入社。2014年 東北大学にて学位取得（博士（農学））。独立行政法人食品総合研究所依頼研究員を経て、2017年より現職。  
日本酪農科学会評議員。主な研究テーマは発酵植物食品由来の乳酸菌機能性、腸内菌叢、野菜の機能性など。

今回の誌上ディベートは乳酸菌がテーマです。乳酸菌は古くから種々の発酵食品に利用されており、食品の加工、調味、貯蔵に重要な役割を果たしてきました。また、ロシアのノーベル賞学者 Mechnikov は20世紀初頭に、長寿者が多いブルガリア旅行中の見聞からヨーグルトに含まれる乳酸菌が長寿に有用であるとするヨーグルト不老長寿説を唱えましたが、ヨーグルト中の乳酸菌が生きて腸に届かないことが分かり、この不老長寿説は下火になったとされています。しかしながら、近年の研究から、生菌のみならず死菌や代謝産物も含めた乳酸菌による生体調節機能が明らかとなりつつあります。一方で、消化液耐性のある乳酸菌種が「宿主に有益な影響を与える生きた微生物」Probioticsとして、「生きて腸に届く」生菌にこだわった開発・応用もなされています。

そこで今回は、「乳酸菌摂取には生菌がいいのか？ それとも死菌がいいのか？」という課題を用意させていただき、乳酸菌研究を精力的に推進されている、ニチニチ製薬の嶋田貴志氏とカゴメ株式会社の鈴木重徳氏を招いてディベートを行っていただきました。両氏とも実際の研究では、生菌・死菌両者を扱い、その特徴を熟知されていますが、無理を申し上げて敢えて偏った立場で意見をいただきました。読者の皆さんも両氏の発信する興味深い内容を是非楽しんでください。

（京都市立医科大学消化器内科准教授）高木 智久