



日本酒

おさらい講座

●その4

お酒の雑学…III



「酒は百薬の長」。有名な格言です。酒を程よくたしなめば、どんな薬にも勝って効くものだ。という、中国古代の史書「漢書」に記された言葉です。

先人はお酒を楽しみながら名言、格言をいっぱい残してくれました。

お酒を飲むというのには「文化」でもあったんです。数あるなかから少しご紹介します。

●お酒の名言、格言

- ・酒は人間の性質を写す鏡である
- ・酒は愛いの玉筥たまごかき
- ・酩酊は一時的な自殺である
- ・酒と朝寝は貧乏の近道
- ・酒に別腹あり
- ・酒は幸せなる者にのみ甘い
- ・酒三杯は身の薬
- ・酒とお産は懲りた者がいない
- ・親の意見と冷酒は後から効く
- ・酒が酒を飲む
- ・酒飲み本性違わず
- ・酒は飲んでも飲まれるな
- ・酒に十徳あり

●酒の十徳

「酒の十徳」というお酒の効用を述べた言葉があります。

二通りありまして、ひとつは室町時代の狂言「餅酒」に由来するもので、江戸時代に、狂言を土台にして餅が好きな人の餅組と、酒が好きな人の酒組に分かれて議論をして、酒組がまとめたのが「酒の十徳」と

いうことになりました。

もうひとつは江戸時代の随筆集「百家説林」に記されたものです。

●「餅酒」・酒の十徳

- ① 独居の友
- ② 万人和合す
- ③ 位なくして貴人と交わる
- ④ 推参に便あり(祝い事に)
- ⑤ 旅行に慈悲あり
- ⑥ 延命の効あり
- ⑦ 百薬の長
- ⑧ 愁いを払う
- ⑨ 労を助く(疲労回復の効)
- ⑩ 寒気に衣となる

●「百家説林」・飲酒の十徳

- ① 礼を正し
- ② 労をいとい(疲労回復の効)
- ③ 憂いを忘れ
- ④ 鬱を開き
- ⑤ 気をめぐらし
- ⑥ 病を避け
- ⑦ 毒を消し
- ⑧ 人と親しみ
- ⑨ 縁を結び
- ⑩ 人寿を結ぶ

このように、江戸時代から人々は酒の効用を挙げていました。

余談ですが、佐賀県の唐津に「十徳」という銘柄の酒を、オリジナル酒として出している旅館があります。



現代では、アルコール健康医学協会から以下のような「飲酒十カ条」が出されています。

●現代の「飲酒十カ条」

- ① 笑いながら共に、楽しく飲もう
- ② 自分のペースでゆっくりと
- ③ 食べながら飲む習慣を
- ④ 自分の適量にとどめよう
- ⑤ 週に2日は休肝日を作る
- ⑥ 人に酒の無理強いをしない
- ⑦ 薬と一緒に飲まない
- ⑧ 強い酒は薄めて飲もう
- ⑨ 遅くとも夜12時で切り上げる
- ⑩ 肝臓などの定期健診を