



12月のコラム 酒は百薬の長ならず

12月といえば以前は忘年会ラッシュでしたが、コロナ後はどの程度復活しましたか？

さて、宴会と言えはお酒がつきもの。飲みすぎなければ健康に害はないと思っていたのですが、少量の飲酒でもガンをはじめ病気のリスクを高めるという研究報告が増えてきています。「飲酒は少なければ少ないほど良い。できればゼロが望ましい」そうです。

「酒は百薬の長。身体にええねんで」酒好きだった父（とくに故人）は、深酒をたしなめられると口癖のようにこう主張していました。いつ頃、誰が言ったのかしら？

「酒は百薬の長」という言葉は、中国古代の史書『漢書』の「食貨志（しょっかし）第四下」に出てくる一節に由来するもので、酒・塩・鉄などを国の専売制にしようとしたとき、その命令の中で「酒は百薬の長」という言葉が使われているそうです。その後日本に伝わり、吉田兼好の「徒然草」に出てきます。でもこの言葉には続きがあって「百薬の長とはいへど、よろづの病はさけよりこそおれ」つまり「酒は百薬の長、されど万病の元」

あれ？後半は知らなかったな～人は、都合のいいところだけ引用するものみたいですね。

その記述があるという徒然草第 175 段を読みました。（原文も現代語訳もさっと出てくる、ほんとネットって便利）あれ？これって、アルハラ？（アルコールハラスメント）今から 700 年も前に書かれているのに、人間って変わらないのですね。なかなか興味深い。散々お酒のことを悪く書いたあと、最後にほっとする記述もあり救われます。ここではご紹介しきれませんので、ぜひ一読してみてくださいな。 <https://tsurezuregusa.com/175dan/>

飲みにケーションにも様々な意見、思惑がありますが、お互いに時代・世代・相手の状況を思いやる気持ちさえあれば、個人的には、垣根が低くなって本音で色々話せる場は、交流を深めたり普段得られない情報が聞けたりで、結構貴重な機会かなと思います。もちろんお酒はほどほどに。