

書評・新刊紹介

西澤一俊 著「海藻：Seaweed」

—健康に役立つ海からの豊かな贈り物—

日本海藻協会発行：英文 B5 版 106 頁
ソフトカバー 1,500 円、ハードカバー 2,000 円（送料別）

著者の西澤一俊先生は、90歳の御高齢にも関わらず、健康に関係する海藻の化学的成分の働きについて、一般向けにわかりやすい英文でまとめられた。先生は、東京教育大学で、長年、海藻の多糖類の生化学的研究をされ、停年後は日本大学の水産食品分野の研究室で海藻利用の研究に携わり、海藻と健康に関する多くの本を出版された。その集大成として、世界中の人々に、海藻が健康に、如何に役だっているかを知らせたいと、この本の執筆を思いついたという。

はじめの章で、食用や寒天、アルギン酸、カラギナンの原料に使われている海藻を、国内外から30種を図で示して和名、英名、学名がついており、分布や生態を簡略に書かれ、有用海藻として文献などの出てくる海藻を調べる糸口を与えてくれる。

次にダイエットや血圧降下の効用を持つ海藻にふれている。体内のコレステロールの働きを詳細に記述し、これに関係する成分が海藻にどのくらい含まれているかを表に示している。多くの健康講座で、どろどろな血液という表現が使われているが、これをさらさらにすることを Anticoagulants とい

うことを、この本で知ることができ、この作用をするフコイダンがコンブやワカメに多いことなどを述べ、紅藻に含まれるカラギナンや緑藻に含まれる多糖類にもその作用があること記述している。

最近、EPAやIPAなどの用語に戸惑うが、これらは脂肪酸の一種で、ノリ、コンブ、ワカメ、ヒジキに多いことが述べられている。抗ガン成分や抗腫瘍成分が海藻に含まれていることなど、最近の研究状況を知ることができる。海藻に含まれるミネラルやビタミンに関しては、他の章より多くの頁をさいて詳しく書かれている。

この本のもう一つの利用法は、用語集があり、健康に関する外来用語で一般の辞書に記述されないものを、この本で理解できる。ごく平易な文章で書かれており、洋書という感覚でなく手軽に読める書である。新しい情報が、海外からどんどん入ってグローバル化している時代であり、この本は専門書ではないが、海藻の研究に関わっている研究者や大学院生には、座右に置くべき必読の書である。

この本は、一般の書店では売られていず、日本海藻協会で配本している。申し込みは下記にFAXかEmailで行うことができる。

日本海藻協会事務局（事務局長：大野正夫）
Fax:088-856-0462 email: mohno@cc.kochi-u.ac.jp

（高知大学海洋生物教育研究センター 大野正夫）

藻類教育普及会編 藻類の立体写真集

1. 珪藻の世界、 2. 微細藻の世界

藻類教育普及会 ハガキ版 各8枚1セット
各シリーズ 900円（送料込み）

日本藻類学会50周年の企画の一端として有志によって作られた3D写真集です。走査電子顕微鏡によって得られた微細な藻類の神秘で造形美あふれる世界が立体的に堪能できます。申し込みは下記に郵送かE-mailで行うことができます。

藻類教育普及会

〒102-8159 千代田区富士見 1-9-20

日本歯科大学生物化学教室内

Tel 03-3261-8599 E-mail : t-nagumo@tky.ndu.ac.jp

