



愛は南から——

■寄稿 故郷愛南町への想い

東京在住 発酵美生活研究所

山下敦子^{あつこ}さん

東京に住み始めて早40年。東京一「愛南町」を愛していると自負しています。私たち家族ほど毎日愛南産のお味噌、醤油を食している家族は他に居ないはず。愛南出身の両親から受け継いだ味覚のDNAは、言葉（方言）と一緒に二人の娘たちが

すっかりと受け継いでいます。

毎日の食事で身体の調整をしていくという考えは、流行に左右されない基本です。その中で、現在「発酵食」が見直されています。発酵することで様々な栄養素の体内への吸収が良くなり腸内環境を整えることが認知されてきました。それと同時に、植物を育てる、また調理する過程でも「発酵」の効果があることがわかって来ました。

私はカナダ、アメリカ在住中に様々な国の人たちと交流を深める中で「発酵食」へ関心を持ち、以来数多くの発酵食の開発や製品化に携わってきました。2016年5月には発酵美生活研究所 (Decol Labo) を設立して現在その代表を務めています。

愛南町には、日本一を誇る河内晩柑（愛南ゴールド）があります。私が25年余り掛けて培つ



山下敦子さん
発酵飲料コンブチャと共に

てきた発酵のノウハウ（知識など）を生かし、「愛南の宝Ⅱ愛南ゴールド」に高付加価値を付けるべくチャレンジしていきたいと思います。今後も熱い郷土愛を持って取り組みたいと思います。

