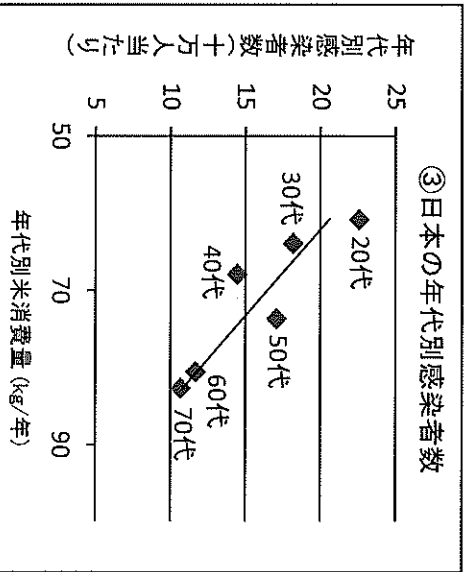
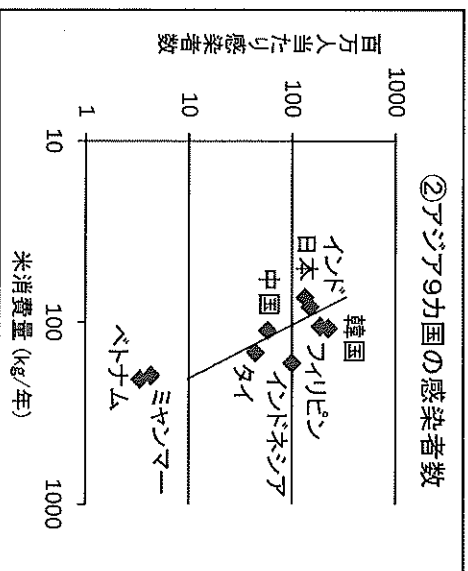
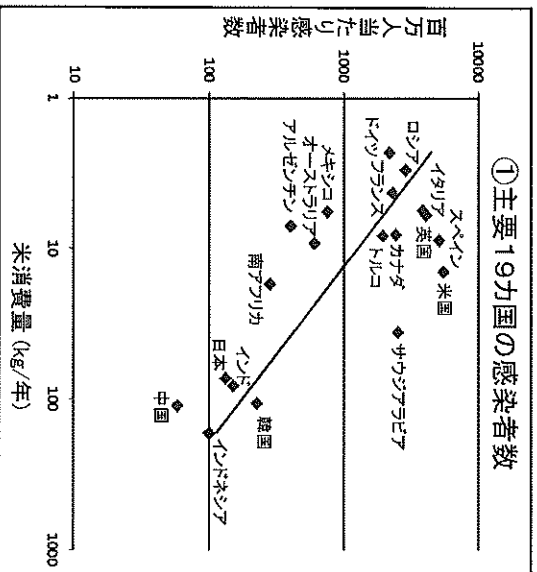


■今日のレポート■ ◆日本の新型コロナ感染者が少ない理由は「コメ食」
元国立がんセンター渡邊氏、精米工業会に特別寄稿

日本の新型コロナ感染者が少ない理由は「コメ食」にあるとする研究結果が、日本精米工業会の会報「精米工業」9月号に特別寄稿として掲載された。元国立がんセンター研究所学部長の渡邊昌氏(現メダイカルライクス協会理事、東京農業大学客員教授)が、ライステックコーポレーション飯沼一元博士との共同研究の結果を「日本の新型コロナ(COVID-19)感染者・死者の少ない理由」としてまとめたもので、コメによる免疫力向上の効果に着目している。概要は以下の通り。

世界の主要19カ国の1人当たりコメ消費量と新型コロナ感染者数(100万人当たり)を比較すると、コメ消費量が多い国ほど感染者数が少ない(グラフ①)。相関の精度を示す決定係数は0.59と、強い負の相関にある。また、アジア9カ国(日本、韓国、中国、インドネシア、インド、ベトナム、ミャンマー、タイ、フィリピン)では決定係数が0.63と、さらに強い負の相関にある(グラフ②)。ベトナムやミャンマーのように1人当たり年間200kg以上食べる国は最も感染者数が少なく、次いでタイ・中国など100kg程度の国が続く。逆に日本や韓国のように過去50年で半減して60~70gとなった国は、アジアの中では感染者数が比較的多い。日本国内における年代別の年間コメ消費量(生涯の消費量÷年代)と感染者数も相関があり、消費量が少ない若者ほど感染者数が多い傾向にある(グラフ③)。

日本、アジアで感染率が低い要因として、長年のコメ食習慣でIgA(腸管や口腔・咽頭の粘膜の免疫に関係する抗体)を促した可能性がある。花粉症などのアレルギー患者はIgAの分泌量が少なく、インフルエンザ感染率も高いことがすでに発見されている(TTC山本哲郎社長)。今回、IgAが先天的に欠損している人の比率を国別に調査したところ、白人・黒人は日本人に比べて数十~100倍ほど多くの欠損者が存在していることが分かった。世界の主食は、アジアがコメ、欧米は小麦食という違いがあるが、小麦の個人消費量とコロナ肺炎罹患率の関係を算出したところ、やはり正の相関があった。これらのことから、日本の感染が少ない未知の要因「コメ食」はコメ食と言いつつ良いと思われる。



※日本精米工業会「精米工業」2020年9月号(304号)より抜粋。