



【2016-09-21】

遊道楽歩（雑感）

書を友に、酒を楽しみ、  
人生を味わう

今週は、雑感です。  
「日本酒と身体感覚」

長野修二

## 日本酒と身体感覚

---

日本酒を飲み始めたきっかけは、突然出会ったひとつの日本酒と本との縁でしょうか。自宅でそれほどお酒を飲むほうではありませんが、それでもこれまでビール、ウイスキー、焼酎、ワインと食事どきに飲んでいました。

どうも冷たいお酒は飲みすぎる傾向があり、酔いが後でくるところから自分には合わないと思っていたところ、突然出会った日本酒（古酒だったのですが）を正月に燗して飲んでみると非常においしいと感じたこと、さらにその後「世界一旨い日本酒」という本に巡り合ったことで日本酒を燗して飲むようになりました。

もっとも、日本酒を冷やで飲むことはできないたちで、しかも冷たいものより温かい食べ物、飲み物ほうが自分の体に合うと思っていますから、その点で日本酒の燗は、御猪口で時間をかけながら飲めること、さらに燗をすることで適量でほどほどの酔いがくることも自分の体によいと感じるようになりました。

今では夏でも、温度を微妙に変えながら必ず燗（ぬる燗やどん燗）をして飲みます。他のお酒と違い御猪口で飲むため食事をゆっくりと味わいながら、しかもゆったりとした雰囲気と時間を楽しめることが生活を豊かにしてくれているようです。

また、地酒であれば自分が住んでいる地元の風景を思い浮かべながら飲めることも楽しさのひとつでしょうか。

さらに旅をすれば、行く先々に地元の地酒があり、その土地で飲むことで旅したところの山々、川、木々、高原、田んぼなどの景色とともに美味しく食事を楽しむことができます。

今では蔵元が自ら酒米を育て醸造しているケースも多くなってきているようです。

まずは身近な蔵元の地酒を探してみたいかがでしょうか。

「世界一旨い日本酒」にも書いてありますが、多くの酒の中でも「燗」をして飲める酒は少なく、その温度によっても酒の味が変わり、不思議な魅力を感じることができるでしょう。

日本酒に限らず、なにごとも「縁」でしょうか。

就職しかり、結婚しかり、病気と医者しかりですが、私が大切にしていることは自分の「身体感覚」を信じることです。

自らの体が発する言葉とも言えますが、いろいろな出会いによって人生は楽しくなるものです。

つまらないように思える日常にも面白さや楽しさ、あるいは多くの感動があります。

面白いか、つまらないかは、ひとえにひとそれぞれの身体感覚なのかも知りません。

[日本酒を知るための本や蔵元のサイト](#)

[私が飲んできた日本酒の銘柄と感想](#)