

【11月25日は「いいにがり酢の日」 特別セミナーを開催】
免疫スイッチ「TLR」に注目 酢酸菌が拓く“この冬の免疫対策”
～捨てられていた菌に脚光、全国で広がる“にがり酢”の輪～

お酢づくりの命であり、にがり酢や Kombucha に含まれる「酢酸菌(さくさんきん)」の健康作用に注目した情報発信を行う「酢酸菌ライフ」は、11 月 25 日の「いいにがり酢の日」を前に、2025 年 11 月 6 日にメディア向けセミナーとして、「健康と文化をつなぐ酢酸菌の可能性 ～全国で広がる“にがり酢”の最新事例と体験フェアも紹介～」を開催しました。



感染症が複数流行するいま、これまでの常識を超える免疫対策として注目を集めているのが「酢酸菌」。体の免疫スイッチ「TLR(トル様受容体)」の中でも、普段は押されにくい“TLR4”を刺激できる希少な菌として、研究者や医師の関心を集めています。

酢酸菌はかつて酢づくりの過程で“捨てられていた菌”。その価値が見直され、全国の蔵元が伝統製法による“にがり酢”の復刻に乗り出すなど、酢酸菌を活かした商品開発に取り組む企業が年々増加。2019 年にはわずか 2 社のところ、2025 年には 11 社へと拡大しています。

本セミナーでは、感染症やアレルギーへの新しい免疫アプローチとして注目される酢酸菌研究の最前線や酢酸菌を文化として根付かせるための取り組みについて、医師・研究者・発酵の専門家・蔵元など、各界の専門家が一堂に会し、多角的に解説しました。

また、「11 月 25 日はいいにがり酢の日」を起点に全国で展開される体験イベント「いいにがり酢フェア」の内容も先行発表。最後には登壇者全員による鏡開きが行われ、全国へ広がる“にがり酢の輪”を象徴するフィナーレとなりました。

発酵菌の中で唯一。免疫の鍵穴を開ける“マスターキー”酢酸菌



今年の夏は、記録的な暑さと急な寒暖差で「なんだか体が追いつかない」という声が多く聞かれました。そんな中、免疫の専門家が注目している“新しい免疫対策”——その鍵を握るのが「TLR(トル様受容体)」です。イシハラクリニック副院長の石原新菜先生は、「多くの方は TLR という免疫スイッチを持ちながら、実は“押せていない”んです」と語り、中でも“TLR4”を活性化することが感染症シーズンの備えになると指摘。そのスイッチを押せる希少な菌こそが酢酸菌だと紹介しました。「TLR は“鍵穴”。菌がその鍵を差し込み、ぴたりとはまると免疫スイッチが ON になる。酢酸菌は、ほかの発酵菌が開けられない鍵穴も開ける、いわば免疫を働かせるマスターキーなんです。」と石原先生。

これまでの「腸活」中心の発酵食品ブームから一歩進んだ、免疫スイッチ(TLR)を押す免疫賦活という新しい視点を提示しました。

続いて、酢酸菌研究の第一人者であるキューピーの奥山洋平さんが登壇。「酢酸菌のマスターキーは、生命活動に不可欠な糖脂質からなり、食用の発酵菌では唯一、酢酸菌だけが保有する特長。だからこそ、TLR4を押せる」と紹介。独特なアプローチで体内の免疫細胞に働くことで、感染症・疲労・倦怠感・花粉症・肌のかゆみをケアする臨床エビデンスが確認され、冬から春にかけて注意したい体調不良をケアする酢酸菌の特長とその可能性を紹介しました。かつては“捨てられていた菌”であった酢酸菌が、いまや科学的にも文化的にも新たな価値を生み出す存在へと進化していることを示す内容となりました。

菌とともに、美しく生きる。岸紅子流「ホリスティックライフ」

後半は、「文化と暮らし」をテーマに、ウェルネスプロデューサーであり、NPO 法人日本ホリスティックビューティ協会代表理事の岸紅子さんが登壇しました。岸さんは、自身の闘病や家族のアレルギー体験をきっかけに、心と体を整える「ホリスティックライフ」を提唱。日本の発酵文化に深く共感し、「菌とともに生きる」ことの豊かさを語りました。

「お酢は、お酒が酢酸菌によって発酵してできるもの。」



けれど、長い間その菌は“ろ過され、捨てられてきた存在”でした。だからこそ、にがり酢のように“菌をまるごと残す”文化が根づくことに大きな意味がある」と強調。

さらに、「新しいものに出会ったら、手に取り、知り、体験する。それこそが文化を紡ぐアクション」と呼びかけ、蔵元の想いに想像を巡らせながら暮らす姿勢の大切さを訴えました。

発酵の原点“にがり酢”が再び脚光 造り手が手を取り合い、文化を未来へ



続くトークセッションには、庄分酢・とば屋酢店・タマノイ酢の3社が登場。江戸時代から続く伝統製法を受け継ぎ、各社が復刻した「にがり酢」の背景と想いを語りました。

にがり酢とは、お酢の中に“酢酸菌”をあえて残した、昔ながらの製法でつくられるお酢。かつては蔵の中でしか味わえなかった、造り手だけの特別な味でした。しかし今では、こだわりの味わいを自由に“選べる時代”に。2019年に初めてにがり酢を発売した庄分酢、今年7月に新商品を発表したとば屋酢店、そして9月に新たに参入したタマノイ酢——世代も地域も異なる3社が、それぞれの視点からにがり酢の魅力を語り合いました。

市場では、にがり酢関連商品や取扱企業が年々増加し、食酢全体の消費が減少する中でも“にがり酢は右肩上がり”。蔵元たちは「お酢離れが進む時代だからこそ、酢酸菌を文化にしたい」と口をそろえます。和気あいあいとした空気の中、登壇者たちは互いの努力を称え合いながら、「酢酸菌を文化へ」という共通の目標を共有。その姿からは、発酵文化を未来へつなごうとする造り手の連帯が強く印象づけられました。

酢酸菌を文化へ—全国で体験できる“にがり酢”

セミナーの締めくくりには、登壇者全員による鏡開きが行われました。「来年も良いにがり酢がつかれますように」「酢酸菌が皆さまの健康を支えますように」—そんな想いを込めた掛け声とともに、木槌が振り下ろされると、会場は温かな拍手に包まれました。鏡開きは、“酢酸菌を文化へ”という象徴的な瞬間として、参加者の記憶に残るフィナーレとなりました。



いいにがり酢フェア 2025

本セミナーでも発表された「いいにがり酢フェア」。11月25日の「いいにがり酢の日」を起点に、全国の蔵元や飲食店で試飲・試食イベントを開催予定です。発酵専門家を舞台とした催しや、銭湯とのコラボレーション企画、健康と文化をつなぐ“酢酸菌の輪”が全国各地に広がりを見せています。

1) 全国の銭湯で湯上がりドリンクに！「にがり酢ドリンク」提供
今夏、東京都豊島区の銭湯「妙法湯」で実施した、“にがり湯×にがり酢”の期間限定コラボ体験が大きな反響を呼び、この冬は全国10の銭湯で「にがり酢ドリンク」の提供が決定しました。全国の銭湯を代表して「妙法湯」店主・柳澤さんは次のようにコメントしています。「いいにがり酢の日の翌日は“11月26日＝いい風呂の日”。にがり湯とにがり酢をうまく取り入れて、この冬を健やかに乗り越えてほしいと思います。」



日時	2025年11月20日より順次展開
場所	全国10カ所の銭湯 ・えごた湯／たからゆ(東京都中野区) ・練馬湯遊邸 松の湯(東京都練馬区) ・久が原湯(東京都大田区) ・梅の湯(東京都荒川区) ・薬師湯(東京都墨田区) ・妙法湯(東京都豊島区) ・ぽかぽか温泉 新守山乃湯／八千代湯(愛知県名古屋市) ・ユートピア白玉温泉(大阪府大阪市)
実施内容	湯上がりドリンクとして「にがり酢ドリンク」を期間限定提供

2) 日本最大級 蔵元集合イベント 第1回「にがり酢まつり」

さらに、11月25日の「いいにがり酢の日」当日には、全国の蔵元やコンブチャメーカーが一堂に会する初の集合イベント「にがり酢まつり」を開催予定です。全国10社以上の蔵元・メーカーが出展し、にがり酢や酢酸菌ドリンクの試飲・試食体験をはじめ、造り手との交流や商品購入など、酢酸菌の魅力を余すことなく体験できる内容です。

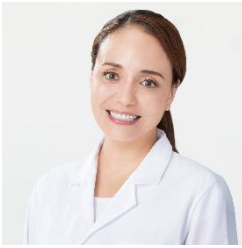
これだけ多くの蔵元が一堂に集うのは国内でも極めて珍しく、まさに“酢酸菌文化”の広がりを象徴するイベントです。

全国の蔵元を代表して、庄分酢の高橋清太郎さんはこう語ります。「“酢酸菌を文化へ”という想いのもと、にがり酢の魅力をもっと多くの方に知っていただきたい。発酵文化そのものを次の世代へつないでいけたらと思います。」



日時	2025年11月25日(火)
場所	BONUS TRACK 内 世田谷代田 仁慈保幼稚園 コミュニティスペース(東京都世田谷区代田2丁目 32-16) 発酵デパートメント(東京都世田谷区代田2丁目36-15)
実施内容	全国の蔵元・コンブチャメーカーによる試飲・販売

■登壇者プロフィール



石原 新菜先生(イシハラクリニック 副院長)

2006 年帝京大学医学部卒業。同大学病院で 2 年間の研修医を経て、現在は父・石原結實のクリニックで主に漢方医学、自然療法、食事療法により、種々の病気の治療にあたっている。クリニックでの診察の他、わかりやすい医学解説と、親しみやすい人柄で、講演、テレビ、ラジオ、執筆活動と幅広く活躍中。主な著書「おいしくて体に効くお酢レシピ(扶桑社)」他多数。

主な所属学会:日本内科学会、日本東洋医学会



岸 紅子さん

(ウェルネスプロデューサー/NPO 法人日本ホリスティックビューティ協会代表理事)
自身や家族の闘病経験をもとに、2006 年に NPO 法人日本ホリスティックビューティ協会(HBA)を設立(代表理事)。多数の美容・健康・医療関係者とともに女性の心と体のセルフケアの普及につとめ、資格検定や人材育成を行う。また、環境アクティビストとして環境省「つなげよう、支えよう森里川海」アンバサダーやサステナブルコスメアワード審査員長なども務める。



奥山 洋平さん(キューピー株式会社)

高橋 清太郎さん(株式会社庄分酢)

中野 貴之さん(株式会社とば屋酢店)

谷尻 真治さん(タマノイ酢株式会社)

■「酢酸菌ライフ」とは

—酢酸菌の健康価値や日常生活での取り入れ方を発信—

世界最古の調味料ともいわれるお酢は、食はもちろんのこと、生薬としても人々の健康を支え続けてきました。酢酸菌ライフは、専門家の知見や最新研究などを交えながら、酢酸菌の健康価値や日常生活での取り入れ方を広く発信していきます。

URL:<https://sakusankin-life.jp/>

【本件に関するお問い合わせ先】

「酢酸菌ライフ」事務局

TEL:090-4453-6983(齋藤)

Mail:news@sakusankin-life.jp