

01. 日本酒の基礎知識



日本酒とは



日本酒の定義

酒税法による定義

日本酒とは、米・麹・水を主な原料とする清酒です。

日本特有の製法で製造されたもので、酒の3分類（醸造酒・蒸留酒・混成酒）では醸造酒にあたります。

日本国内の全てのお酒の定義は、国税庁が定める酒税法によって定められています。

同法第3条第7号において、清酒とはアルコールが22度未満であり、かつ、次の要件を満たしたものをいいます。

- ① 米、米麹、水を原料として発酵させて、こしたもの
- ② 米、米麹、水及び清酒かすその他政令で定める物品を原料として発酵させて、こしたもの（その原料の中において、当該政令で定める物品の重量の合計が米（米麹を含む）の重量の100分の50を超えないものに限る）
- ③ 清酒に清酒かすを加えて、こしたもの

アルコール度数が22度未満に定められているのは、ほとんど同じ原料である焼酎（度数25度前後）と区別するためだと考えられています。

また、日本酒とは、日本国内で製造された清酒に対してのみ与えられる名称です。



日本酒の特徴

アルコール度数は15%～16%のものがほとんどですが、最近では若者などに向けて低アルコールの日本酒も開発・販売されています。

一般的に、“燗してよし、冷やしてよし”といわれ、飲用温度が5℃～55℃と、非常に幅広いことは世界でも珍しいといわれています。

どの温度帯でもそのままストレートで飲むことが多いですが、現代では水・お湯割りや氷を入れるなど、飲み方が多様化しました。

日本酒の歴史

日本酒がいつ造られるようになったかは定かではありませんが、原材料は米・麹・水であるため、日本に稻作が伝わった弥生時代以降であることが考えられます。

弥生時代前期には水稻が普及したとされていることから、今から2000年ほど前だと推測できます。

奈良時代には米麹を使用した醸造法が普及し、役所まで設けられて計画的な酒造りがおこなわれていました。

口嗜みの酒

『大隅国風土記』(713年以降)に、日本酒についての最古の記録があります。

それは「口嗜みの酒」といい、加熱した米などの穀物を口中でよく嗜み、それを吐き出して唾液に含まれる酵素で糖化し、野生酵母によって発酵を進めるという原始的な製造法です。

口嗜みの作業をおこなえるのは神社の巫女に限られており、神に捧げるために造られ始めたものだといわれています。

カビを使った酒

もう一つの古い記録は、『播磨国風土記』にあります。

お供えしていた米が雨に濡れてカビが生えてしまったことから、そのお米を播磨の庭田神社の裏にある、ぬくい川かもで醸したところ、お酒ができるがったといわれています。

これが文献上での「麹」を使用したお酒造りの始まりとなったことが分かります。

02. 日本酒に必要なお米



精米歩合とは

精米歩合とは、精米が玄米から残った米の割合をパーセンテージで表したものです。また、玄米から表層部を削った米を精米といいます。玄米から削った部分を「精白率」といい、精米歩合 80%と精白率 20%は同じものを表しています。

通常、米を食事に使用する際の精米歩合は 90%で、日本酒に使用する場合はより磨かれた状態の 70%ほどで使用されます。

原料や製造方法によって区分けされた特定名称酒に大吟醸酒がありますが、大吟醸酒は精米歩合が 50%以下でないと名乗れない決まりがあります。

つまり、玄米から半分を削った米を日本酒造りに使用しているため、手間がかかりますが、雑味のないクリアな味に仕上がります。

ここまで米を削るのは雑味を残さないためにおこなわれています。

通常、米の表層部にはタンパク質や脂質、デンプンなどの栄養素が詰まっています。

しかし、この栄養素は日本酒造りの際に雑みが出る原因とされ、お酒の香りを消してしまいます。

そのために、米の表層部を削っていますが、精米歩合が高ければ良いお酒であるとはいえない点に日本酒造りの奥深さがあります。

03. 日本酒に必要な水



水は日本酒に大きな影響を与える重要な要素となります。地域や酒造、銘柄などにより使用する水は異なり、どのような水を使うかで日本酒の仕上がりが大きく変わります。

日本酒の 80% は水

日本酒の成分の 80% は水で、美味しい日本酒作りには良い米と良い水が必要不可欠です。具体的には、日本酒作りで水が影響する場面は「洗米」です。精米された米を蒸米の前に洗いますが、米の表面が削れている場合には、洗米の際に米が水をたくさん吸収します。その水が良質な水でなければ美味しい日本酒は造れないということです。河川の伏流水が使用されることも珍しくなく、砂でろ過されることにより、良質な水となります。



◆醸造用水の条件

食品名	醸造用水	水道水
色彩・臭・味	無色透明・異常なし	無色透明・異常なし
鉄	0.02ppm 以下	0.3ppm 以下
マンガン	0.02ppm 以下	0.05ppm 以下
亜硝酸性窒素	検出されないこと	10ppm 以下
pH	中性・微アルカリ性	5.8 以上 8.6 以下
アンモニア性窒素	検出されないこと	—
細菌酸度	2ml 以下	—
生酸性菌群	検出されないこと	—
大腸菌群	検出されないこと	検出されないこと

特に、醸造に影響する成分として鉄とマンガンは厳しい数値が決められています。

鉄が混ざってしまうと日本酒の色味が褐色になり香味が悪くなります。

マンガンは日本酒の劣化を促進する成分といわれているため、鉄とマンガンは有害な成分とされています。

他にも、アンモニアや亜硝酸、有機物は汚染された水である可能性が高いため、含まれていると日本酒には適さないと判断されます。

一方、カリウム、リン酸、マグネシウムは麹菌と酵母の増殖を助ける働きがあり、この3つが不足していると発酵が促進されず、日本酒造りがうまくできなくなる可能性もあります。したがって、醸造用水にはカリウム、リン酸、マグネシウムが多く含まれている方が日本酒造りに適しているといえます。

瓶詰用水

瓶詰用水は3つに分けられます。

洗瓶用水	瓶を洗浄する、洗瓶用水、ボイラーユ水など
割水用水	原酒に加水してアルコール度数を調整するための水
雑用用水	洗瓶用水、ボイラーユ水

04. 日本酒の種類



日本酒は好きだけれど、いまいち種類がよく分かっていない方がほとんどではないでしょうか。身近にある日本酒は銘柄だけでなく、造り方や原料、精米歩合によっても味が異なります。ここでは、日本酒の種類について紹介します。

清 酒

清酒とは、簡単にいえば「水と米が原料の濁っていないお酒」のことです。

以前は、にごり酒などに対して、「濁っておらず色が澄んでいる透明なお酒のこと」を清酒と呼んでいましたが、現在の酒税法上の規定では、右の条件を満たすお酒のことを清酒と呼ぶようになりました。そのため、にごり酒も清酒に分類されます。

清酒には必ず「こす」工程が必要です。この工程がない場合は清酒ではなく他の醸造酒になります。

◆日本酒と清酒の違い

日本酒と清酒は別の種類ではなく、どちらも同じ意味で使用されています。

酒税法によると、先ほど紹介した規定を満たすお酒を「清酒」と呼びますが、一般的には「日本酒」といわれることがほとんどです。例えば、ワインでも酒税法上では「果実酒」に分類されますが一般的には「ワイン」といわれています。

原 料	米、米麹、水および、清酒かす、その他法令で定める物品を原料として発酵させてこしたもの
アルコール度数	22 度未満



大吟醸酒

大吟醸酒は、吟醸酒と製法や原料は同じですが、精米歩合が10%も異なります。

吟醸酒が60%であるのに対し、大吟醸の精米歩合は50%のため、さらに米を磨いています。

米は磨けば磨くほど脂質が取り除かれるため、一層香りが良くなり雑味も少なくなります。

精米歩合の観点でいうと、大吟醸酒のほうが手間もかかっているためレベルが高いとされていますが、味には好みがあるため、どちらが美味しいという決まりはありません。

原 料	米、米麹、醸造アルコール、水
精米歩合	50%以下
	吟醸造りをしたもので、固有の香味及び色沢が良好なもの



純米酒

純米酒とは、醸造アルコールを添加せず、米と米麹、水のみで製造されるお酒のことをいいます。

醸造アルコールを添加していないことで、米の旨味や味をダイレクトに感じることができる日本酒といわれています。

お米の美味しさを感じられることができる分、お米の味はとても重要です。

原 料	米、米麹、水
精米歩合	60%以下
	香味及び色沢が良好なもの



特別純米酒

特別純米酒は、その名の通り特別な製法でつくられたお酒ですが、特別醸造酒と同じように決まりはほとんどありません。

しかし、原料や精米歩合は純米酒と変えずにつくります。

このような特別な製法は酒蔵によって個性を出しやすく、味の変化を感じやすいため、お酒選びをおこなう際にはラベルを確認してみるのも良いかもしれません。

原 料	米、米麹、水
精米歩合	60%以下
	香味及び色沢が良好なもの

01. 日本酒が店頭に並ぶまで

酒造りに必要な条件



良質な原料

日本酒は、米によって香りや味わいが変化します。

日本酒の製造用の酒米に必要な条件として一つは、大粒で砕けにくいことです。

酒米は、大吟醸酒では精米の際に米の表層部が50%削られます。

そのため、酒米には50%以下の精米にも耐えることができる粒の大きさや、粒が砕けにくいことが求められます。

また、心白発現率が高いことも求められます。これが低いと、心白に麹菌が通り中心部まで到達し「破精込み」が起こりやすくなります。

そのため、心白が現れやすく大きい米が適しています。

また、一般米ではうま味のもととなるタンパク質や脂質は日本酒造りでは雑味のもととなるため、低タンパク、低脂質であることが求められます。

また、軟質米であることによって水の吸収性が良く、酒母や醪で溶解しやすいことも必要です。



良質な水

名酒が製造されている酒蔵は、必ずといっていいほど名水の地にあります。

日本酒の原料は米と水と麹のみとなりシンプルで、成分の80%が水であるため、水の質がお酒の味を左右することは当然ともいえます。

水は原料の成分が融解する場となります。水に含まれるリン、カリウム、カルシウムなどの無機成分が酵母の栄養分となり、発酵を助ける作用があります。

反対に、鉄やマンガン、アンモニアなどの成分が含まれているとお酒が着色し、風味が損なわれてしまいます。

また、水の質を左右する土壌にも深い関わりがあり、土と一緒に含まれている水は湧き水となって地表に現れます。

地表に現れる前に水は長期間地下を流れて土壌の成分をゆっくりと溶解するため、湧き水の成分にも影響があるのです。

01. 日本酒の味わい方



キリッとした辛口や柔らかくまろやかな甘口とさまざまな風味を楽しめる日本酒にはたくさんの味わい方があります。

日本酒に関するマナーでは、日常的にやってしまっていたことが NG である場合もあります。正しい飲み方を知って、より日本酒の世界を広げましょう。

また、日本酒は冷やしたり温めたりと幅広い飲み方ができ、少しの温度変化や酒器の材料、形で味わいが異なります。

日本酒に関するマナー

日本酒に関するマナーを覚えておくことで、お酒の場で魅力的な存在になれるでしょう。注ぎ手と受け手で美しく見える動作があります。



① 注ぎ手

手 順

1. 右手で徳利をしっかりと持つ
2. 左手は注ぎ口の近くに添える
3. ゆっくりと注ぐ
4. お酒がこぼれないよう徳利の口先を手前に軽く回す

Point

- * 徳利を持つ右手は手の甲が上を向くようにする
- * 注ぐ時に徳利が盃に触れないようゆっくり近づけて静かに注ぐ
- * 注ぎ始めは細 → 太 → 細の順で強弱をつけて注ぐ

② 受け手

手 順

1. お酒を注いでもらう前に盃に残っているお酒を一口飲む
2. 右手で盃を持ち差し出す
3. 注がれるのをゆっくり静かに待つ
4. 注いでもらったらその場で一口飲む
5. 卓上に置く

Point

- * 右手で盃を持ち差し出す際は左手を盃の下に添える状態が美しく見える
- * 注いでもらう際は、盃を机に置いたままにはせず、必ず手に持つ

02. 自分好みの日本酒の選び方



日本酒はさまざまな種類があります。

そのため自分好みの日本酒を選ぶというのも、楽しみ方の1つです。

まずは試飲してみる

日本酒には多くの種類があるので、まずは実際に飲んでみることがおすすめです。

また、試飲をする際は、スタッフや店員さんに「苦手な味を伝えない」ことが大切です。

例えば、辛い日本酒が苦手と伝えてしまうと、少し辛いが甘い日本酒を飲む機会も無くなってしまいます。

そのため、試飲をする際などは、スタッフや店員さんに好みの味を伝えるようにしてください。

4つのタイプ

日本酒は、「薰酒」「爽酒」「熟酒」「醇酒」の4つのタイプに分類することができます。日本酒を注文する際などは、こちらの4つの種類に分けられていることが多いです。そのため、日本酒を楽しみたい場合は、正しい専門用語を覚えておく必要があるため解説します。

種類	特徴	こんな方におすすめ
薰酒	フルーティーな味わい	フルーティーで軽いお酒が多いため、重いお酒が苦手という方におすすめ
爽酒	軽い味わいでスッキリとした味わい	日本酒の香りが控えめであり、みずみずしいため、さっぱりとした日本酒が好きという方におすすめ
熟酒	熟成されていることもあり、とろりとした甘さや旨みを感じられる	深くしっかりとした味わいを感じができる日本酒でもあるため、味覚や嗅覚で日本酒を楽しみたいという方におすすめ
醇酒	米の旨味をはっきり感じることができ、コク深い味わい	後味も強く、日本酒本来の味を楽しみたいという方におすすめ