

はじめに

生化学という学問は、その字面からは、何か難しい学問のように見えますし、大学で勉強した経験がある人であれば、あまり良い印象をもっていないかもしれません。生化学を一言で言い表すと、「生命現象を化学構造式や化学反応式で記述する学問」です。その土台にあるのは「化学」なので、化学構造式や化学反応式を避けて通ることができません。よって、化学が苦手な人には、生化学も近寄りがたい存在かもしれません。生化学の対象は「生命活動」なので、少しは親近感もそうですが、生命の最小単位である「細胞」の中で進行する目に見えない化学反応は、なかなか実感することが難しいものです。

しかし、生命活動はなにも細胞の中だけで進行しているわけではありません。私たちが毎日の食事をする、健康に気を遣うこと、病気になること、これらはすべて生命現象・生命活動の一部です。つまり、生命活動とは、私たちの生活そのものと考えられることもできます。私たちが日常生活で実感できる生命活動・生命現象を取り上げながら、その中に潜む生化学を、できる限り難しい化学構造式や化学反応式を使わずに解説したいという思いで本書を執筆しました。特に、「小説みたいに読める」ことを心がけて書きましたので、化学や生化学が苦手、という人にも必ず楽しく読んでもらえると思います。

本書では、「日常生活の何気ない出来事に、こんな化学反応や化学物質が関わっていたんだ！」という新しい発見がきつとあるはずです。ぜひ、「生化学」を「生・活」の「化・学」ととらえてみてください。そうすれば、苦手意識もなくなり、生化学を見る目も変わると思います。この本を読んで、皆さんが、これまでよりも少しだけ豊かな気持ちで普段の生活を送れるようになれば幸いです。

2025年7月

吉村成弘