

2025.12

猪名川町H P 12月

「歯がなくても食べられる理由～鳥類と人間の違い～」

鳥類には歯はありませんが、果実や穀物などの硬いものを食べることができます。それは消化管の途中にある砂嚢（さのう）という器官があるからです。砂嚢の内部には砂や小石が入っており、強力な筋肉がこれを動かすことで、食べたものをすりつぶします。ほぼすべての鳥類が砂嚢を持つ他、一部の爬虫類や魚類、昆虫、軟体動物にも見られます。

この砂嚢、実は私たちにとっても身近な存在で、焼き鳥屋さんでよく見かける「砂肝（ずり）」が、まさにこの器官です。強い筋肉で硬い食べ物を碎くため、あの独特のコリコリとした食感が生まれます。世界中で食材として利用されており、日本だけでなく世界中でさまざまな料理に使われています。

人間には砂嚢がなく、食物を細かく碎くのは歯の役割です。歯を失うと咀嚼が不十分になり、消化器官への負担が増え、栄養の吸収にも影響を及ぼします。鳥類のように「歯なしでも大丈夫」とはいかず、入れ歯やインプラントなどの治療が重要です。

私たちの歯は一生もの。人間には歯が必要不可欠です。日々のケアを怠らず、定期的な歯科健診を受けることが、健康な食生活を支える第一歩です。