

靴下と冷蔵庫

井口昭久

昼食を若い同僚数人と一緒になって食べる。この頃は食後に毎日チョココレートを一箱ずつ提供している。

今年はバレンタインデーのチョココレートが大量だった。義理チョコが多かったのは、私が新しく出した本をプレゼントしたからである。ちょうどタイミングがバレンタインデーの時期であった。冷蔵庫に大量に詰まっている。多すぎて誰から頂いたものなのか分らない。若いころはチョココレートの数を競っておばーちゃんの患者に強制的に持参させたりしていたが、この頃競う相手もない。

同じ年頃の同僚に聞くと、バレンタインデー

ーとは「懐かしい言葉ですね」と言った。すっかり縁がなくなったらしい。

チョココレートを大量に消費するとわが同僚たちは短命になる、と私は思っている。だから毎日一つずつ出している。

寿命を延ばすには食事制限が有効であることは、げっ歯類を使った実験で立証されている。げっ歯類とはラットやマウスのことを言い、鋭い歯を持つ動物で生存年数はせいぜい3年である。

人間に近い霊長類での実験がアメリカの二つの研究所で並走して行われている。

げっ歯類と同じ効果がサルにもみられるの

であれば、人間にも当てはまるのではないかという思惑からである。

2008年にウイスコンシン大学からの最初の報告は、サルでも食事制限は寿命を延長するという結果であった。

私はそのことをこの欄で「太ったサルと痩せたサル」として紹介したことがある。

しかし最近、ネイチャー誌に衝撃的なレポートが掲載された。アメリカ老化研究所の報告である。1987年から現在まで、食事を制限しないサルと制限したサルを飼育している。私は2000年代の始めに、そのサルたちを観察したことがある。

結果は、「サルに食事制限をしても寿命は延びなかった」というものであった。若い頃から食事制限を開始しても、成人になってから制限しても命は延びなかった、というのである。

私は困惑している。講演会で「食事を制限されてイライラして長生きしたいか、それと

も食べただけ食べて

満足しながら短命に終わるかどっちにしたい

？」と話してきてしま

ったではないか。何故

このような乖離する結

果が出たのか、様々な

検討が加えられている

ようである。今のところ

原因は分かっていない

い。その日、「チョココレート」と書かれた箱

を開けると、冷えた靴下が入っていた。靴下

をチョココレートの箱に入れてプレゼントして

くれた「遊び心」を持った女性がいたらしか

った。「体温の少ない動物ほど長生きである」と

いう報告がある。変温動物から得られた実験結果である。

ヒトが「冷えた靴下をはくと寿命が延びるか？」不明である。

(愛知淑徳大学教授・名古屋大学名誉教授)

