



靴下と冷蔵庫

井口昭久

昼食を若い同僚数人と一緒になつて食べる。

この頃は食後に毎日チヨ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ヨ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からぬ。若いころはチヨコレートの数を競つ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

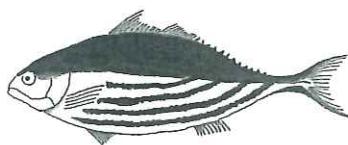
ーとは「懐かしい言葉ですね」と言った。すつかり縁がなくなつたらしい。

チヨ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、と私は思つている。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、げつ歯類を使つた実験で立証されている。げつ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。

げつ歯類と同じ効果がサルにもみられるの



44.

であれば、人間にも当てはまるのではないかという疑惑からである。

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「太ったサルと瘦せたサル」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つた」というものであつた。若い頃から食事制限を開始しても、成人になつてから制限しても命は延びなかつた、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

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)