

## ノウの話

### 農の話ならぬ脳の話

近年、脳についての関心が急速に高まっている。脳に関して、硬軟とりまぜて数多くの本が出版されており、また、NHKの夜の番組でも、脳科学者が専門分野とは直接関係ないテーマのレギュラーコメンテーターとして登場する位だから身近な話題となりつつあるのかも知れない。

背景としては、今世紀に入る前後から、脳研究の分野で飛躍的發展がみられ、脳についての様々な興味ある事実がはっきりしてきたことである。今世紀になって書かれた本しか信用出来ないという学者さえいる。

特に、これまでは、ヒトの代わりに犬や猿の脳に電気刺激を与えて脳の働きを調べるか、死んだヒトの脳の解剖を通じてしか解明が進まなかったのに対し、新たにPETとfMRIという画期的な装置が開発されたことによって、生きている人間が精神活動を行う時の脳内の働きが、部位ごとに随時調べられるようになったことが、脳研究の飛躍的發展をもたらしたと言われている。

そして、この脳研究の成果が、私達の健康で心地よい生き方や毎日の生活の仕方に深く関わりを持つものであることが認識されつつある。高齢化の進展に伴い長生きするとなれば、その間、健康でいたいと思うのは万人共通の願いであり、従って、加齢と関係が深い認知症、アルツハイマー病、脳梗塞等の病気と脳との関係の解明が格段に進み、その予防に役立つ事実が明らかになってくれば朗報であり、この点に関心が高まるのは当然のことと思われる。(アルツハイマー病と言えば、核のボタンを握っていたアメリカの元大統領が、退任後僅か4年でこの病気と診断されたことで、誰にでも起こりうる切実な問題であることが再認識されたことは記憶に新たなところである。)

また、近年、きれる子供の増大、いじめ、不登校・引きこもり、虐待等の心痛む問題が連日のように報道されており、こうした事柄と脳との関係についての研究が進みつつあることも、脳についての関心を急速に高めることにつながっている。

現代人の脳が出来上がったのは、15万年前と言われている。先端科学技術の発達によって、母親の卵子のみから受け継がれるミトコンドリアDNAを過去にどんどんさかのぼって辿り着いた結果として、現代人は、15万年前にアフリカ・エチオピアに生まれた一人の女性を共通のルーツとし、その後、その子孫達が長い年月を経て他の大陸へ大移動したとされる。

私達は、万物の霊長とか人類の進化といった言葉に自己陶醉して、他のあらゆる生物と比較して、より高度かつ複雑なものと思い勝ちだが、科学者の説によると、進化の速度は非常に遅く、15万年前の登場以来、人間の脳は基本的に変わっていないという。また、進化ということは、必ずしも良くなることや高度になることではなく、それぞれの生物の置かれている環境に最も適した形や働きを持つように変化することだという。

成程と思って改めて、動物は勿論、昆虫・爬虫類に至るまで注意して眺めれば、実に良く外部環境に適した存在となっており、それぞれの種が、人間にないすばらしい能力を保持して種の存続を図っていることに驚嘆させられる。

最新の脳の本を手にとると、赤ん坊から高齢者までの世代ごとの脳の発達・働き・萎縮のメカニズム、脳と心、脳と体（特に運動）の密接な関係が明らかにされており、私達に、心の持ち方や日々の生活の仕方を基本的に見直し、脳を鍛え直すまたとないチャンスを与えてくれる。

とりわけ、少子化の時代にあって、子や孫の健全な発達を願う親や大人は多いと思われるが、赤ん坊の時から、脳の神経細胞（ニューロン）の分裂促進とこれに伴うニューロン同士をつなぐつぎめ（シナプス）の活発な増大を図る 脳と体が良く働くようになる ための方策を提供してくれる。私も、子育て真最中の娘夫婦に何冊か渡して読書を勧めた。その際、言わずもがなであったが「あなた達の子供の頃、こういう本があったら理想的な育児が出来たのに」と言ったら、「おばあちゃんも、この本を読んだら、お父さんに同じことを言うかもね」と、もっともな言葉が返ってきた。

((株)農林中金総合研究所理事長 堤 英隆・つつみひでたか)