その実態が少しずつ明らかになってきました。

昭和54年に、甲子園球場の35個分に相当する約137haが国史跡「斎宮跡」として指定され、来年平成21年は、ちょうどそれから30周年という記念の年にあたります。そして、斎宮跡の発掘調査や文献調査の成果等を情報発信するため、平成元年に開館した斎宮歴史博物館も同時に20周年を迎えます。

博物館には、年間約7万人の来館者がありますが、全国唯一の貴重な文化遺産でありながら、斎宮の知名度はまだまだ高くはありません。斎宮をもっと身近に感じ、誇りと愛着を持っていただけるように今後の博物館活動を展開していくことが、私の今の使命と思っています。調査成果や資料を使ってどのように発信していくか、地域や社会に対し、どのようなアプローチができるかを日々考えているところです。

毎年開催しております歴史講座や古典文学講座によって、多くの方々に、学びの機会を提供しています。今年度は、同窓生の倉本一宏氏（昭和52年卒）をお招きし、斎宮とも関わりの深い「壬申の乱」について歴史講座の講演をしていただきました。

史跡内にある「いつきのみや歴史体験館」では、十二単の試着や盤双六・蹴鞠といった平安の遊び体験により、王朝文化を身近に感じていただけます。また、6月のノハナショウブが咲く頃には「斎王まつり」が開催され、全国公募で選ばれた斎王さんを中心に、華麗な「斎王群行」も繰り広げられます。津高同窓生のみなさん、三重県が全国に誇る史跡「斎宮」にどうぞおいなや。

（斎宮歴史博物館館長）

中央アジアの「ごちそう」

丸山純一（昭和48年卒）

晩さん会が始まって一時間程経ち、宴もたけなわとなった頃のこと。何と知事が子羊の頭の丸焼きを大きなお皿に載せて現れた。その瞬間、私は内心「これはヤバイぞ」と思った。以前からアジアでは羊の眼玉が最高のごちそうで、それは主賓にのみ供されるものである」と聞かされていたからである。隣の副総裁も同じことに気づいたらしく、「ジュンイチ、今夜の主賓は担当局長である君だからね。」と暗に羊の眼玉は私が受け取るよう示唆してくる。私も相手が副総裁とはいえ、ここは譲るわけにはいかず、「あなたは副総裁、局長である私なんかよりずっと偉いのだから主賓は当然あなたでしょう。」とやり返す。

二人の間でそういうやり取りをしているうちに、セレモニーらしきものが始まった。くだんの知事が「Pさん（同僚の一人）、あなたは我がカザフの耳となって世界から情報を集めてくれました。ありがとう。」と言いながらP氏の前に羊の耳（こんがり焼かれていて一応ウェルダン風に見える）を置く。続いて「Zさん（別の同僚）、あなたは我がカザフの口となって世界に情報を発信してくれました。ありがとう。」といいながらZ氏の前に羊の唇を置く。といった具合にセレモニーが進んでいき、最後に「本日の主賓であるF副総裁と丸山局長、お二人は我がカザフの眼となって我々の視野を世界に広げてくれました。」と言いながら、こんがり焼かれた羊の眼玉をひとつずつ副総裁と私の前のお皿に置いたのである。そう、副総裁も私も羊には眼玉が二つあるということをうっかり忘れていたのである。

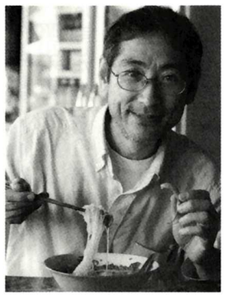
で、その後事態がどうなったかというと、さすがに現地の人も事情を承知していて、我々が勇気を奮い立たせて眼玉のごく小さな切片を口に運んだ頃を見計らってお皿を下げてくれ、彼らの間で分けておいしそうに食べていた。かくして私は、中央アジアでの一番のごちそうを丸ごとほうばるという絶好の機会を逸したのである。残念といえば残念、良かったといえば良かったのかも知れない。

（金融庁国際担当審議官）

仕事柄現在も海外出張することが極めて多いが、そのほとんどは欧米の先進国への出張である。今から書くのは、十年ほど前に私がロンドンの国際機関に勤務していた頃の話である。

当時の私は国際金融機関で中央アジア担当の局長をしており、その関係でカザフスタンやウズベキスタンによく出張していた。ある時、米国人の副総裁や同僚とともにカザフスタンのカスピ海沿岸地域を訪れた。副総裁も一緒だったこともあってか、その地方の州知事が我々のために歓迎の晩餐会を催してくれることとなった。夕刻になって我々は指定されたバーベキュー広場のようなところに出向いた（中央アジアは、だいたいどこでもそうだが、めったに雨が降らないので夕食会などが屋外で開かれることが多い）。

予防医学雑感



食の安全を脅かす事件が多発している。幸いなことに事故米問題では実際の健康被害の報告はいまのところなく、この点においては中国の粉ミルク事件に比べるとちがいは明白だ。数年前のBSE（狂牛病）問題でも日本は犠牲者を1人に留めることに成功した。なんだかんだ言われても、日本の食品衛生管理システムは世界一に近い。われわれはその恩恵に預かって暮らしているのだが「守られて当然」という甘えに陥りがちだ。同時に、現在のレベルを堅持するために国民が目を光らせ続けねばならないこともまた当然である。ところが、自分自身の努力で健康を守ることになると、日本人は先進国の中では最低レベルに近い。男性の喫煙率は先進国中最高である。喫煙できる電車が走っている国はいまどき珍しいし、公共の場所全部を禁煙化する方向に世界は向かっている。

さて、日本人でもっとも問題にすべき病気といえば、発症率と致命率、その後の生活の問題などを考えると、やはり脳卒中であろう。脳卒中の最大のリスクは高血圧であり、高血圧の原因のひとつに高塩分摂取がある。このことを知っている人は多いだろう。ところが、日本人の食塩摂取量はなかなか下がらず、現在にいたっても欧米のほとんどの国よりも高い。つまり、事故米や狂牛病の問題にこれだけ神経をとがらせる国民が、自分でできる健康問題の解決策である禁煙や減塩には無関心なのである。なお、降圧剤は薬が効いているあいだだけ血圧を下げているのであって高血圧を治しているのでないことを知っておく必要もある。

私はいま、予防医学という領域の研究と教育に携わっている。どうすれば病気にかかる人を減らすことができるかを探り、その結果を実践に供する学問だ。「予防は治療に勝る」と医学では言い続けられてきたにもかかわらず、日本の医学部の教育と研究の体制、そして医療サービスの構造は治療中心の時代が続いた。それでも欧米諸国の流れや社会構造の変化などの圧力や要請を受け、国内の大学医学部にも予防医学を専門とする研究室が徐々に設けられるようになった。

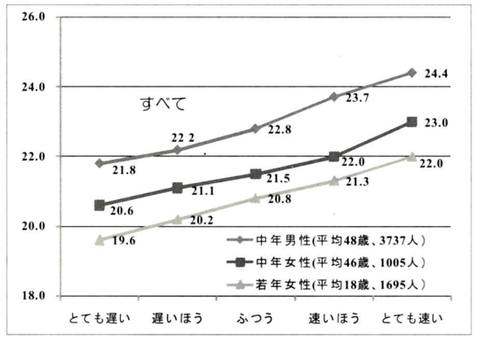
では、予防医学の研究はどのように行われるのか。もっとも簡単な例をあげると、健康なたくさんの人（ときには数十万人）に参加していただき、生活の状況を細かく調査・収集し、その後（場合によっては数十年後まで）、だれが病気になるかを観察して、生活習慣と病気との因果関係を明らかにする。遺伝子検査を行い、遺伝子と生活習慣が病気に及ぼす影響を検討することもある。もう少し簡単には、生活習慣と健康状態を同時に調べることもある。図はその一例である。肥満が気になる人に「ゆっくり食べる」ことがよく勧められるが、それに根拠を与えたのがこの研究である。

問題はこの種の研究にはたくさんの人の献身的な協力が不可欠だということである。海外では長年にわたって非常に活発に行われており、国内でも最近徐々に増えている。ところが残念なことに、三重県ではほとんど行われていないらしい。その意味では三重県民は、健康情報の消費者であって、生産者ではない。三重県の出身者としては残念な限りである。現在は東京を中心に研究活動を行っているが、もしも縁があれば三重県民からの情報が日本人の健康を支える、といったようなことができないものかと考えている昨今である。

（東京大学大学院医学系研究科公共健康医学専攻社会予防疫学分野教授）

図

自己申告による「食べる速さ」と肥満度（BMI）



	身長(cm)	体重差(kg)*
中年男性	168	62:70
中年女性	156	50:57
若年女性	158	50:55

*「とても遅い」と「とても速い」の体重差

Sasaki, et al. Int J Obes 2003; 27: 1405-10.
Otsuka, et al. J Epidemiol 2006; 16: 117-24.

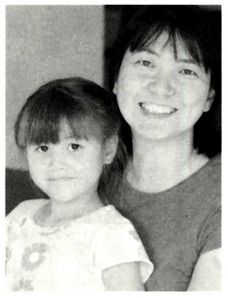
「自分で認識している相対的な食べる速さ」が肥満度に密接に関連していることを示す結果。
性別や年齢にかかわらず、「とても遅い」人たちと「とても速い」人たちでは、**2.4**程度の**BMI**の差があることがわかる。これは体重にすると、**5kg**から**8kg**に当たる。

食べる速さと肥満度の関係

食べる速さがその人の肥満度に大きく関連していることを示した二つの研究。速食いが肥満によくないらしいことはかなり前から考えられていたが、この研究によって、どの程度の関連があるかが明らかにされた。

肥満度にはボディ・マス・インデックス（BMI）という単位が使われている。BMIは体重（kg）を身長（m）の二乗で割ったもの。単位はkg／㎡。

ハリウッドからの便り



横山智佐子（昭和57年卒）

アメリカに来て早くも20年以上の歳月が経った。映画を学ぼうと留学したのがきっかけだが住み着いてしまうとは思ってもいなかった。学生の頃は確かに映画好きで暇があると映画館に通っていたが、クラブ活動に熱を上げていたので映画をそれほど重要なものとは考えていなかった。中学ではバレーボール部、津高では吹奏楽部で練習に明け暮れる日々を送っていた。「アタックナンバーワン」や「サインはV」等の熱血物語が流行っていた影響か、それとも自身が根っからの熱血人間だからなのか、何事にも目標を定めてそれに突進して行く青春時代を送っていた。短大に進学し、しばらく目標を失った時再発したのが映画熱であった。

渡米後、がむしゃらに英語と映画を学び、映画に関することなら何でも経験しようと仕事を見つけ、それに没頭した。気づけば既に15年以上もハリウッドの映画産業で仕事をしている。この間迷ったり悩んだりしたことを全く憶えていない。立ち止まらず常に小走りで何かをやっていた様な感じである。当然自分が特異なことをやっているとは考えもしなかった。しかし8年ほど前、雑誌のインタビュー依頼が日本からやってきた。日本で公開になった映画のクレジットに私の名前を見つけて連絡をいただいたらしい。以来雑誌やテレビの取材を受ける様になり、それがきっかけで少しずつ自分の存在位置が見えてきた。

ハリウッドの映画産業は巨大である。