



## 第 1192 回

2016年9月13日(火) 曇 第10回

～ 基本的教育と識字率向上月間 / ロータリーの友月間 ～

齊 唱	君が代、我等の生業
出 席	会員 55 名 (出席率算入人数 47 名) 出席 40 名 出席率 85.11% 前々回補填率 97.92% (8 月 30 日分)
ゲスト	中部大学 特任教授 武田 邦彦 氏 米山奨学生 楊 光心さん 名古屋熱田 RAC 会長 山田 弘樹さん

### 9月の誕生日

12日 宮壽 良一さん 17日 山本 郁矢さん  
21日 木下 福郎さん 26日 安藤 修さん  
29日 大橋さなえさん

### 配偶者誕生日

10日 山本みどりさん 23日 杉山裕美子さん  
27日 長尾佳世子さん

### 9月の結婚記念日

16日 出田真太郎さん 30日 吉木 邦男さん

## 会長あいさつ

会長 木下 福郎さん

皆さま、こんばんは。先週の土曜日に、我々の事業で3養護施設64名の子供達を猪村美之さんのフットサル場へ招待しました。そこで名古屋オーシャンズというプロのフットサルチームの選手に10名ほど来ていただき色々指導していただき、子供達とエキシビションのような試合をしました。名古屋オーシャンズからサイン入りのボールと色紙をいただき参りました。事務局に置いておきますので、興味のある方は是非見ていただきたいと思います。



本日は中部大学の武田邦彦先生をお招きいたしまして、講演を行っていただきます。私が会長をお引き受けさせていただいた時に、色々な事を考えました。1つは是非武田先生を名南RCの卓話にお呼びしたいと思っていたのですが、まずその夢が叶いました。武田先生は色々なテレビ番組にご出演されているので、皆さまご存知かと思います。私は昔から先生の本を読ませていただいております、非常に論理的で明快な理論で色々な事を解説されています。私としては非常に納得できるお話が多いです。皆さまにも是非武田先生のお話を聞いていただき、こんな見方もあるのかと見ていただき、もし機会がありましたら、また武田先生にご講演いただければと思います。

本日は奥様方にも沢山お越しいただきましてありがとうございます。RCというのは我々会員でやっておりますが、これからも奥様にも色々参加していただき、もっと輪を広げられれば非常に良いのではと思っております。ありがとうございました。

## 幹事報告

幹事 細井 俊男さん

1. 理事会の決定事項と致しまして、先月8月の理事会で継続審議となっていた休会者の年会費の減額についてですが、水野俊男さんが本年度12月末まで休会という事です。この件については8月の理事会で承認済みですが、一応期間を鑑みまして、半期の半分を減額させていただくという事で、本日の理事会にて承認させていただきました。
2. 来週9月20日(火)休会です。次回の例会は9月27日(火)となりますので、お間違えのないように宜しくお願い致します。
3. 先日9月10日(土)に地区補助金事業という事で、先程ご紹介がありました3養護施設とフットサルプロチーム名古屋オーシャンズとの交流がありました。子供達はプロの妙技を見られて本当に感動していたなと思います。
4. 海外出張届けが出ています。入谷直行さん、9月16日(金)～9月27日(火)までです。
5. 8月分のニコボックスの集計で221,000円集まりました。日にちが大変少なかった中で、多額のニコボックスをいただきまして、皆さま方のご温情に感謝致します。ありがとうございました。

## ニコボックス

### ◆ 武田教授をお迎えして

加藤 英敏さん 森田敏二三さん 伊藤 圭一さん  
佐々木元彦さん 日下智重子さん 犬飼りさ枝さん  
木下 福郎さん 坂本 晃さん 新原 尚さん  
中村 勝さん 三浦 和人さん 朝比美和子さん  
本多 利郎さん 入谷 直行さん 安藤 修さん  
長尾 浅吉さん 江松 央統さん 小野 雅之さん  
川瀬 悟さん 中西 芳子さん 児島 徳和さん  
坂田 信子さん 田中 一雄さん 川辺 清次さん  
筧 恵理さん 高橋 司さん 細井 俊男さん  
山本 郁矢さん 大橋さなえさん 加藤 宜之さん  
久米 伸治さん 白藤 憲雄さん 大平 明子さん  
武藤 正行さん

- ◆ 9月10日地区補助金事業フットサルにご参加いただきました。ありがとうございます。猪村さんにはいろいろとご配慮いただきましてありがとうございました。名古屋オーシャンズが来てくださり、子どもたちもお喜びでした。 三島多恵子さん

本日合計 57,000円 累計 496,500円

## 委員会報告

### ■ 職業奉仕委員会

長尾 浅吉さん

皆さま、こんばんは。恒例になっております職場例会のご案内を皆さまにはお渡ししてありますが、本日改めてお知らせしたいと思います。10月11日(火)、見学場所は天狗缶詰さん三河工場です。昼食は豊川稲荷でとり、祈祷をさせていただく事になっております。それからヤマサのちくわの里で買物をしていただいて、名古屋に帰って来るという行程です。

集合場所と時間は、名古屋マリOTTアソシアホテル1階のバス乗り場に9時迄にお越しください。ご家族の方の参加も募っておりますが、参加費として4,000円をお願いします。一応、締切は本日までとなっておりますが、お忘れの方がありましたら今週中に事務局へFAXを流していただくと有り難いです。宜しくお願い致します。

## アンチエイジングエクササイズ

中村 勝さん

## 外部卓話「人生の生き方」

### ■ 卓話者ご紹介

会長 木下 福郎さん

武田先生の略歴をご紹介させていただきます。1943(昭和18)年6月3日、東京都生まれ。1962(昭和37)年、都立西高等学校をご卒業。1966(昭和41)年、東京大学教育学部基礎科学科をご卒業。同年、旭化成工業株式会社に入社。1986(昭和61)年、旭化成工業ウラン濃縮研究所所長、1993(平成5)年より芝浦工業大学工学部教授を経て、2002(平成14)年より名古屋大学大学院教授、2007(平成19)年より中部大学教授、2015(平成27)年より中部大学特任教授をされています。

また、名古屋市の経営アドバイザーその他多数をご歴任されています。

### ■ 中部大学 特任教授

武田 邦彦 氏

武田でございます。お招きいただき、また木下会長からも過分なご紹介をありがとうございます。RCの卓話は時々ご依頼があって行くのですが、普通は男性ばかりで本日のような雰囲気とは全く違うものです。本日の演題は「ナポレオンと東条英機」という、私が最近書いた本のお話をしようかと思って参りましたが、女性の方が多いので内容を変えました。変えて良かったと思うのは、「ナポレオンと東条英樹」の本を途中まで読まれている方がいらっしや、全部喋ってしまったら読む気もなくなるだろうという事で、急遽変更いたしました。



それから、先程アンチエイジングの体操がありましたが、女性の方が男性の方よりもかなり認知症が多いのです。順天堂大学で長らく認知症の研究をされている先生とお茶を飲んでおりましたら、「定量的なデータはないのですが、私の30年の認知症研究の経験から言えば女性が男性の倍くらいあり、理由は分かっているつもりです。」と言われました。

「何故ですか?」と聞くと、「男性は朝に新聞を読み、女性は朝に折込広告を見ます。この差です。」それは確かにそうであり、2つ思い浮かびます。1つは、人間というのは歩かなければ足が弱くなると言うのは誰でも知っています。年を取って歩けなくなると言うのはよく歩くようにするのですが、頭だけはさぼっていても悪くならないと思っている人が多いわけです。

認知症は1つの病気なのですが、認知症と非常に似た病気は狂牛病ですけれども蛋白の変成によるものなので、これもやはり頭を活性化しているというのが非常に大事なわけです。しかも中学校の先生が比較的認知症の方が多いのですが、これは同じ事だと難しい事でも駄目で、日々ちょっとでも新しい、今までにない刺激を受けるという事が非常に大切であると思うわけです。そういうわけで、このような講演会で私のような変わり者の話を聞くのもいいかもしれません。

私は15年前に名古屋大学の資源の講座の教授として参りました。資源が専門なので、通常産業の方にお話する時には、私の専門である石油は枯渇しないという話をします。石油が枯渇すると思っている方は、世界では日本人だけだと言ってもいいぐらいです。他国にも話をしに行くのですが、外国で石油が1,000年以内に無くなるなどと言った日には、「お前は石油会社の回し者か」などと言われるのが関の山です。

地球が生まれてから46億年間の変化で計算をしていくのですが、だいたい世界の資源学者の計算では現在の使用量でだいたい6,000,000年位です。安い石油で一番悲観的に見ても100,000年位だと思います。そのあたりは少しご商売に関係があるかもしれませんが、2年位前、ガソリンが180円位まで高くなった時に商工会議所での講演があり、「今後どの位までガソリンが高くなるのか?」というご質問を受けました。私は「半分位に安くなります。」と答えたら、「そんな馬鹿な。」と言われました。1バレル100\$から35\$まで下がったわけですが、非常に世界的には油が溢れておりまして、それはなかなか歯止めが

利かないという状態で下がりました。ただ、現在の原油のだいたいの掘るコストというのは、安い所で35\$、一番高くても60\$位ですので、その範囲で今後も動いていくのではないかと思います。

本日は、いつも私が言っている話で皆さまが絶対に納得しないのですが、煙草を吸っても肺癌にならない、煙草を吸った方が長寿になるという本を3冊も書きまして、そのうちの1冊はもう少し経ったら中国でも出版されます。

私はどのようにものを考えるのかと言いますと、煙草を吸ったら肺癌になるという話が出てきたのは1990年から1995年にかけてで、非常に社会的で盛んに言われていました。その時代に煙草を吸っている人の人口で、男性の85%が喫煙をしていました。未成年などを除いていきますと、だいたい30,000,000人が煙草を吸っておりました。その年に肺癌で亡くなった方は約3,000人です。その話を聞いた時に本当かなと思いました。30,000,000人が吸っていて3,000人が亡くなるという事になると、肺癌で亡くなる方は全て煙草が原因だとしても10,000人に1人です。

これはおかしいのではないかと調べて始めました。色々調べてみると自分の間違いも見つかるのですが、煙草は例えば30年吸って肺癌になるというのですから、30,000,000人の人が30年吸って3,000人が亡くなるという事になると、30,000,000人を30で割りますので、100,000人当たり3,000人がなると。もう少し厳しく考えて、沢山吸って肺癌になると考えると、煙草を吸っている100人に1人が肺癌になるという事になります。そうすると、日本語として煙草を吸っていると肺癌になると聞いた時の感じと、煙草を吸うと100人に1人だけが肺癌になるというのでは印象が大分違います。

私自身煙草は吸わないのですが、おかしいと思って更に調査を続けると、どこら辺の癌がどうかあるかなどの細かい事は沢山あるのですが、それらを割愛しますと1995年には85%の男性が煙草を吸っていた。その時の煙草が原因、肺癌で亡くなる方はだいたい3,000人、現在では80,000人を超過しております。喫煙率は30%を切っております。つまり、喫煙率が下がれば下がるほど肺癌が増えるという事態な訳です。これをもう5年位前までは絶対に地上波では放送できませんでしたが、最近ようやく3回シリーズでお話をさせていただき事になりました。

それから副流煙では、女性の喫煙率は昔から17%でずっと変わっていません。男性の喫煙率は85%から30%に変わっているし、分煙は進んでいるので、最近で言うほとんど女性は煙草の煙に接しません。しかし、女性は2,000人だったのが現在では50,000人を超過していて、非常に急激に肺癌が増えています。私は煙草が憎いとかそういう訳ではないのですが、この分で行くと肺癌は止まらないのではないかと。つまり肺癌の原因は別の所にあるので、いくら煙草が憎らしくても、誰も煙草を吸わなくても100,000人位になると思います。ですから、こういったものは非常に当たり前だと思われるけれども、実はデータを見ると違うわけです。

もう1つ私が変だなと思っている事がありまして、本のタイトルにもなっているのですが、煙草を吸っている人は煙草を吸っていない人よりも長寿の人が多いいです。これは1つが肺癌というものも

ともと平均年齢よりも高くないとなりにくいという特殊な病態があります。もう1つは、煙草を吸っている人の胃癌や乳癌の比率が少し少ないのです。こういった癌は40代~50代で起こるので、私の感じでは煙草は発癌性があるが、弱いので煙草を吸っている人が胃癌にならないというのは分かるかなと思ったりもします。

私がこのように発言すると、医者が患者に煙草をやめさせる事ができないので医学大学に呼ばれます。医学大学や医学部の方達は患者さんを主に診ています。つまり、病院にいて観察しています。それは間違いでも何でもありません。私は煙草を吸っている全体像を調査したのです。ですからお医者さんにこう言います。「皆さんは天井に空いている小さな穴から外を見ると今日は曇りだと思った。私は外に出て全天を見ると、雲はそこにしかないのだと。だから肺癌になった人を調べると、煙草を吸うと肺癌になるという結論になるけれども、煙草を吸った全数を調べたらたった100分の1に過ぎない。」もちろん煙草を吸わなくても肺癌にはなりますから、その比率は非常に少ないわけです。

この話はRCだからまだ話せるのですが、普通の方はものすごい固定観念がありますので、私がグラフで示してきちんと説明をしても、それでもおかしいという方がいます。

それでもおかしいというのは石油が無くなるというのもそうなのですが、ある番組で「石油は10,000年以上大丈夫ですから安心してください。」と言うと、新聞記者上がりのコメンテーターが「いい加減な事を言うな!」と言うのです。そこは生放送だったので反論もせず終了しました。後から控え室で「現役の資源の教授に向かってそんな事を言うのだったら、きちんとした根拠はあるのでしょうかね。」と言うと、彼は5分位延々と根拠を述べていましたが、専門家ではないので計算もした事もなければ文献も読んでもいないし現地に行ってもいないので、彼が話し終わった後にこう言いました。「あなたの根拠は受け売りですね。」と。

これが現代の面白いところで、受け売りなら受け売りでいいのですが、受け売りの恥ずかしさが入ってなければならぬのですが、ものすごく堂々としているのです。私が権威だという感じなのです。信じ込んでいて私に食ってかかるのですが、こちらは資源学者なのでいくら戦っても負ける事はありません。それよりも何故受け売りなのにこんなに自信たっぷりなのかと思う事が多いです。

最近は煙草と違って厚生労働省も認めている事なのでいいのですが、コレステロールは多いほうがいい、厚生労働省が少なくとも食べ物とコレステロールは全く関係ないと昨年5月1日に公式に発表しています。この背景は、コレステロールが日本人は低すぎて、今標準的に一番いいと思われる250位のコレステロール値と比べると、平均して2.5倍癌が増えていると関係の医者が言っています。2008年頃からコレステロールの規制値を無くそうと何回も厚生労働省で話し合いが行われていて、少なくとも食事制限だけは全廃しようという事です。名古屋でも日赤の医師に食事制限していますかと聞くと、全然していませんと言っていました。

それはどうしてかと言いますと、コレステロール

というのはどうしても人間に必要なのです。我々の身体というのは魚で出来ているわけです。魚が発展して脊椎を作り人間になりました。その時に魚は海の中を泳ぐのです。だからほとんど全身が脂で出来ているわけです。そうしないと鰹みたいな魚は泳いでいるうちに全部溶けて無くなってしまいます。外側も中側も全部魚であり脂で出来ているのです。

変な話ですが、ボディソープや石鹸でゴシゴシ洗うと、アトピーになり皮膚も痛みます。脂をわざわざ落とそうとしてガサガサするのですから。皮膚を洗うというのは、自分の皮膚の脂の上に溜まった人工的な油だけを落とせばいいので、量も今の10分の1位で充分なわけです。その脂は劣化しますので、絶えず細胞で脂を変えていくわけです。細胞膜というのは全部脂です。それを血管で末端細胞まで送ります。そうすると血管も送るものも脂なのです。血液は水なのです。するとどういふ事が起きるかと言うと、脂の血管の中に水を通してそれに脂の玉を浮かして送ります。そうすると、当然血管壁にくっきます。それでも送らなければならないので、血管壁に付きながら送るわけです。それで末端細胞まで届かせるわけです。そうすると、末端細胞にまでコレステロールを届かせなくてはならない、どうしてもやらなくてはならない作業です。けれども同時に血管壁にべったりとくっきます。

それに対する解決策は何かと言うと、掃除をするコレステロールを次に出撃させます。最初にどうしても必要なコレステロールを送り、血管壁に付いたら掃除をするコレステロールを送るわけです。必要なコレステロールを悪玉コレステロール、掃除をするコレステロールを善玉コレステロールと名付けられていますね。ですから、悪玉コレステロールというのは必須コレステロールなのです。ただ外形だけを見ると、血管壁に付くのは必須コレステロールなので、これを悪玉と呼んだ方がいいだろうとNHKが呼びました。その時にNHKが必要なコレステロールであるという事を知っていたかどうかは分かりません。

変な人がいて、私は善玉コレステロールが多いと威張っている人がいます。善玉コレステロールが多いという事は、活動する人がいなくて掃除人だけがいるという事です。そういう状態なのでももちろん人間はコレステロールが必要なので、肝臓で8割のコレステロールを作るわけです。脂っぽいもの、卵や豚の脂を止めると、一見してコレステロールは減ります。これはどうしてなのかと言うと、外部からコレステロールが20%入っていて、小腸でも少し作るのですが自分の肝臓でも80%を作っている状態で、10%外部の食べ物からコレステロールを摂らなくするとどうなるのか。自分の頭だけで分かっている、身体はお医者さんがコレステロールの食べ物を控えてくださいというのが分からないわけです。

翌日から脂のものを減らして20%から10%にしても、身体は減った事が分からないので80%のものしか作らないわけです。身体は日本語が分からないというのが普通の人は気付かないで、自分が聞いて理解したら身体も追従してくれると思って追従はしてくれません。身体はどうも最近コレステロールが不足してきたと気が付くわけです。それで合成量を80%から90%に増やしますが、それに半年位かかります。そうすると、病院でコレステロール

の検査をするとコレステロールが90%になっているので、食事制限をして良かったですねと言われるのですが、それは必要なのですから1年後に計ると元に戻っています。必要なものが減りますから、勿論痛になるというのも仕方がないです。認知症にもなります。頭の中というのは神経細胞で通じておりますが、神経の電気を遮断するのは脂なのです。絶縁油ですね。頭の中というのは絶縁油の中に神経細胞が通っていますので、頭もコレステロールや中性脂肪などが減ってくると認知症になります。

ですから、これはもう支えられないという事で昨年5月1日に、コレステロールの少なくとも食事療法は全廃するという事になりました。私は論文的には1990年代から分かっているので、鶏のささみなんてくだらない食べ物はないと思っています。パサパサしていて、ささみの美味しい食べ方など研究する必要はないと思います。ステーキを食べる時には必ずサーロインステーキで、脂の多いものを出してくださいねと頼んで、大変楽しい人生を送ってきました。今ではそういう事も分かっているので卵も全然関係ありません。私の父も母と共にコレステロール制限をしていましたが、あの頃から指導が間違っていたわけですね。原因は1920年代からのロシアの論文やフィンランドあたりの論文がいくつかあるのですが、それが非常にずさんな研究で、到底参考になるような研究ではなかったわけです。皆さまもコレステロールは是非250位を目指して、脂っぽいものをガンガン食べてもらうのが良いのではと思いますね。

確実に分かっている健康上の錯覚を先に言いますと、植物油です。これは随分昔から日本油脂栄養学会が一生懸命データを出して呼び掛けていたけれども、サラダや植物油が健康に良いと、ものすごくマスコミが騒ぎました。これは正式な学会の見解ですが、動物の脂よりも植物の油のほうがはるかに危険です。これは昔から分かっている、日本食というのは油を使わなかったのです。

日本には菜種油とかいくらでもあったのですが、非常に危険で、日本食を思い浮かべていただくと分かるのですが、焼魚や野菜の煮物、おひたし、漬物など油を全然使っていません。これは、日本で天ぷらが発明されたのが室町時代の終わり頃ですが、天ぷらが発明されてサラダ油で天ぷらを揚げてみるとみんなの具合が悪くなりました。それで天ぷらが明治の始めまでほとんど使われませんでした。それで後に、サラダ油には具体的に危険な成分があるのが分かります。現在日本人に安全だと言われている植物油というのはほとんどないのですが、一応、学者によっても違うのですが亜麻仁油と胡麻油がまず大丈夫であると言われていました。

サラダ油が一番危険ですね。今はキャノーラ油と言って、サラダ油から危険な成分を除いたものをカナダで作って売っていますが、これも結構毒性があります。どういう毒性があるのかと言いますと、ホルモンや身体の構造物など脂で出来ているので、悪い肉を食べるより悪い油を食べた方に影響力が直接来るのです。筋肉を別にするとほとんどホルモンなど脂で出来ているので、その構造を引き継いでしまうのです。これは日本栄養油脂学会の長年の研究の成果が最近になって実ってきました。オリーブ油もそうです。簡単に言うと、動物の脂を100摂って

れば30位の植物の油はいいのです。西洋人が牛肉の脂を沢山摂っているのがオリーブ油を摂ってもいいのであって、植物油の方が多量状態というのは危ないと日本栄養油脂学会は言っています。これは現在かなり浸透しております、油については他にもトランス脂肪酸など色んなお話を聞いた事があるかと思いますが、ああいうものが問題になるのは、直接的に身体成分になるのが非常に危ないからです。

それから最後に、これはまだ議論の途中で、意見が医学界の中で2つに分かれているので何とも言えませんが、血圧についてです。私は血圧は高いのが良い派です。だからできるだけ高くしようとしているのですが、残念ながら154で、私の年齢だとだいたい160は越したいと思っていますがなかなか超えません。今は130以下というのが基準です。130以下にするのと160にするのとでは何が異なるかという、130以下にするのと勿論癌が増えます。血の巡りが悪くなるので癌になるに決まっています。皆さん温泉に行って健康になったというのは逆です。

それから170位になると今度は脳溢血の危険性があります。血圧とは何が適切なかではなくて、その人の人生観です。認知症の症状がありながら癌になりたい人と、毎日活発であって脳溢血で亡くなりたい人とで、自分で選択すればいいのです。私は高い方なので、出来るだけピンピンコロリで亡くなりたいと思っていますが、家内などはピンピンコロリで亡くなるならいいけれども半身不随とかは駄目と言ひ、なかなかこれが難しいわけです。

つまり年を取ると血圧が上がる、昔であると年齢+90と言っていました。これは何故かと言うと、年を取ると血管が硬くなるわけです。そこにポンプで液体を送るわけですが、若い頃は血管がバツと開くので血圧が上がりにくいです。ところが、年を取ると血管が脆くなって伸びないので、ここに若い頃と同じように血液を送ろうとすると、当然血圧が上がるわけです。それが年齢+90ですので、私の年だと160なければ若い頃と同じように血が送れません。

血を送るのを優先するか、血が少なくてもいいので血管が破れないようにするか、どちらでもいいわけです。私があるあたりをガンガン主張したので、大阪府の医師会から血圧の正しい決め方という論文を書いて欲しいと頼まれました。血圧は本来いくつがいいのかというのが医者でも分かっていないわけです。血圧の治療というのは全く出来ません。

血圧の治療というのは血管を柔らかくする事なのです。ところが、血管を硬いまま圧力だけを下げたら、その人が認知症になるだけなのです。ところがこれが何故行われていたかと言うと、高血圧学会というのは現在建て売りなのです。医者は総合的にこの人が健康で長生きとは思っていません。自分が高血圧学会に所属していれば、いくら認知症になろうが癌になろうが高血圧系で死ななければいいのです。治療法が偏ってしまって血管壁を柔らかくするものがない。圧力を下げるのはメカニズム的に簡単に降圧剤を使えばいいので、降圧剤市場が血圧値を10減らす毎に300,000,000,000円ずつ売り上げが増えて、今は1,200,000,000,000円になったと。国民の約半分が高血圧病だという状態になってしまいました。

これは考え方なのでご選択いただきたいのですが、ただ1つ大きな間違いは塩と血圧は関係がないと

いう事です。これはそれまで塩と血圧が関係あるというデータがあり、これを東大の医学部の先生が疑問に思って大々的な調査をして、1995年に詳細な論文を出しました。それを読むと非常に簡単なことなのですが、日本人の5人に1人だけが血圧と塩に少しだけ関係があります。10,000人位の集団を捉えて、こちらが食塩の少ない人、こちらが食塩の多い人とすると、5分の4はどちらも同じなのです。5分の1だけが食塩を多く摂るのが高いわけです。平均すると食塩を摂ると血圧が高くなるわけです。これは大学などで最初に学生に教える錯覚で、学生が平均を取ったらこうですというので、平均と個別のデータは違ふと、中を見させる1つの典型的な例なのです。平均が変わっても、その中の事情が変わっていると限りません。これは非常に具体的な例です。

今まで減塩食でつまらない人生を送っていた人は、今日からじゃぶじゃぶと醤油をかけてみては。私は154ですが、いくら塩を摂っても160まで上がらないのですよ。どうやって血圧を上げようかなと検討中であります。煙草の問題は別にしまして、コレステロールとか血圧はもめているわけです。何故もめているのかと言うと、先程の煙草と同じで病人から診ると130以下がいいのです。ところが一昨年、人間ドック学会が1,500,000人の健康な人の中から、どこから見ても健康だという15,000人のデータの平均を取ってみると、実に150だったわけです。やはり健康な人の血圧は150~180位でしょうね。

番組で一緒している、東大医学部のトップだと言われている亀井先生に、「先生の病院では血圧はどの位から治療しますか?」と聞いたところ、「180以下なら治療はしません。」と言っていました。お医者さんの間でも色々ですね。私の方では医者ではないので統計データなのですが、80以上の人は180以上の方が絶対に長寿です。それは恐らく血圧が低いと血の巡りが悪くなって癌とかで亡くなってしまうからです。これも一か八かですね。

ところで、少し本題に入ります。健康上の錯覚というのは沢山あるのですが、本日はもっと学問的な話です。我々は今まではほとんど自殺で死んでいました。自殺とライオンと言いますか。死因というのは若い頃は自殺、年を取ったら癌、これは両方共自殺ですね。自分が死にたいと思って癌に罹るわけですから自殺なわけです。ライオンに喰われるというのはウイルスにやられるのと一緒で、外側から来る。では、人間が全て外敵も来ない、自分が死のうとは思わない場合に何で死ぬのか、この頃はそういうのが多いわけです。

ですから、動物本来が持っている寿命というものを考えるとどうなるのか、簡単にご説明したいと思います。話の順序として枠を書きます。0歳、10歳、25歳、50歳、それ以上。男性と女性。女性の人生というのは非常に素晴らしくて、25歳迄の女性は2人の子供を産むわけです。生理的には25歳迄に産んでもらった方がいいと思います。2人以上産んでもらわないと、日本がそのうち無くなってしまうので、2人産んで欲しいというわけですね。これは誰もあまり反対しないです。

25歳~50歳迄の女性は、2人の子供を育ててくださいと私は言うわけです。旦那に手伝ってもらってはいいけません。イクメンもボスマンも駄目ですよと言

うと、割合と反論が多いです。ちょっと全体図を見てもみますと、25歳迄の男性というのは本来何をやってたかと言うと、ここは兵役なのです。兵隊の訓練。世界では兵隊の訓練というのはだいたい25歳迄に1年半というのが多いのです。兵役というのは結構厳しくて、ものすごく働き盛りの若い男性が1年半国家の為に兵隊の訓練に行く。行かなければ投獄されるという厳しいものです。この1年半というのは本来将校だったら必要だけれども、兵士だったら鉄砲の撃ち方とか突撃とかなので1年半も必要ないです。

何故こうなっているのかと言うと、十月十日×2なのです。つまり、女性だけが苦勞するというのはおかしいじゃないですか。若い女性が2人子供を産む為には、かなりの期間、十月十日×2とは言うのですが、悪阻はある、お腹は大きくなる、産んでもしばらくは自由に動けない。女性だけが苦勞をしているのですかね?男性と共に子供を産むわけですから。だから若い頃の女性が1年半の間、十月十日×2の間、苦しむわけです。自分の行動が制限される。それは男も一緒に協力しないと。それが兵役なのです。これが25歳迄というのと、1年半という理論的根拠です。世界でそのように書いてある国もあります。我が国は女性と男性で平等に国家を支えるのだ。その為に女性は2人の子供を産むので、十月十日×2、男性は1年半の兵役を行うと書いてあります。ですから、これは理屈通り女性と男性が平等に人生を送れるようにしているわけです。

それから25歳~50歳迄の男性は、昔は戦死していました。戦死と言っても全員が死ぬわけではないけれども、召集令状が何故女性には来なかったのかという事です。今度は男性だけが割を食うのか。25歳から会社を作っても死ぬように働いて、35歳になったら召集令状が来て戦地で命を落とすなんておかしいじゃないですか。けれどもこれはどういう制度設計上出来たのかと言うと、勿論これをイコールにする為です。女性が2人の子供を育てるのは結構大変で、掃除洗濯を全部やらなくてはならない。男性はその間何もなくていいのかと言うとそうはいかない。男は戦死しようではないかと。こうなったわけです。

だから今で考えるとすごくおかしいですが、お母さんはおしめを替えたり洗濯をしたりと大変で、夕方になると事もあろうに旦那が酔っばらって帰ってくるわけです。おかしいじゃないですか。それでお母さんは腹を立てたのかという腹を立てないわけです。何故腹を立てないのかと言うと、「あの人は酔っばらってばかりだけれども仕方ないわね。次の戦争でどうせ死ぬのだから。」と。これがバランスだったわけです。だから我慢しているように見せかけて、女性ですから上手く実を取っていたわけです。

事実、戦争の前に社会調査が行われて女性に聞いています。「あなたは2人の子供を苦勞して育てる方がいいですか?それとも戦争に行きますか?」と。戦争でも最前線は男性の方がいいです。けれども、飯を作る兵隊なんて山ほどいるわけですから女性を徴兵することも出来たわけです。だけど女性は100人が100人、当たり前ですが我が子を選びました。そこで、そこまでは事はないだろうという事で最後まで徴兵は男性にしか行われなかったというものがすごく不平等な状態だったわけです。これで戦前では男尊女卑だと何を言っているのか、男性が威張ってい

るように見えて実はちゃんと女性が取るというシステムだったわけです。

もう1つの特徴は、何故このような分担をしていたのかという事です。ここに本質があるのですが、子供を産み、育てる、18歳迄は女性の仕事なのです。18歳迄育てた子供を引き取るのが男性だったのです。何を渡したかと言うと、昔はほとんど百姓でしたから土地です。子育てというのは何かという事です。1つは子供を産んで育てる事。今はこれを子育てと言っていますが、実は違うわけです。もう1つの子育ては、土地を与える事です。つまり、子供が18歳で死んでいいなら土地はいらないです。けれども18歳迄育てたら、子供はそれからの人生がありますから、それを準備するのが実は父親だったわけです。だから、戦場へ行って土地を守る、他国から土地を守って息子に渡す。若しくは今で言えば職ですね。

それから年金。今の年金はご存じの通り1961年に出来たわけですが、何故1961年に出来たのかと言うと、戦争の前は家族主義で子供が親の面倒を見た。しかし家族が崩壊したので年金が必要となった。年金を設計して作ったのは我々の父親なのです。つまり、社会システムは父親が作るわけです。父親が作って子供を受け入れるのですね。必ずそのようにしている。子供は勉強その他をしているので、自分が18歳になってからの社会を作る事が出来ないのです。このタイアップだったのです。ですから昔の女性、母親が「お酒を飲んだら政治の話ばかり」とぼやいていましたが、何故、政治の話ばかりかと言うと、これは全部政治ですからね。

ところが最近、18歳迄育てる事に子育てを限定して、そして夫婦でお互いに押しつけ合っている状態なのです。これが典型的なイクメンですね。だから女性が18歳迄育てるという仕事をやらず、男性に出来るだけ押しつけければ楽だけれども、その代わりこちらが駄目なのです。最近では職がないとか年金は崩壊するだとか言っていますが、それは今の男のやる事だからです。誰もやっていないからそれは崩壊しますよ。ひどい父親は「俺は年金がもらえるけれども、お前の時代は年金が貰えないぞ。」と言っています。そんなふざけた事はないわけです。年金制度を作る事自体が父親の義務なのです。自分がやらないで、今の自分の年金が自分の父親が作ってくれた制度だという事にも思い至らないわけです。

それから、50歳以上になると男性は何をやるのかと言うと、基本的にはあまりする事がなくなるわけですが、まだ1つ残っています。それは台風が来て大雨が降って川が増水すると、土地を守るのが絶対です。その本能が沸き立つわけです。雨の中、おばあさんの制止も聞かずに畑を見に行きます。それで流されて亡くなったりします。これは本能的な事なので、今までおばあさんが流されて亡くなる事はないです。おばあさんは行かないですよ。不思議な事におじいさんだけが行くのです。ところで50歳以上の女性、こちらも子育ては終わっているでしょう。

我々は哺乳動物なのですが、哺乳動物は卵を産みません。人間以外の雌で生理が終わって生きている雌はいません。全部死にます。何故かと言うと意味がありません。雌というのはおっぱいがあるから雌ではありません。子供を産む性を持って雌と定義しています。ですから生理が無くなると雌とは呼ばま

せん。元雌と言います。あまり言うと怒られますね。問題なのは何故生理が終わると雌は死ぬのかという事です。健康なのですよ。健康な雌が脳卒中や癌ではなくてコロッと死ぬのです。この研究が長らく行われていて、これが分からなければ生物の寿命は分からないと言われていました。そして16年前に論文が出て、お母さん、おばあさん、孫の世話をしているおばあさんのホルモンが別の研究で出ます。孫の世話をしているおばあさんがお母さんに近いのです。それでみんなが色めき立って、やはり孫を育てるにはおばあさんが必要であると思いました。

しかし違っていました。その後、詳細な研究をしてみると、50歳以上で閉経後の女性が生きている理由は、人間だけですけどお世話です。つまり、基本的には女性は閉経と共に死のスイッチが入るわけです。この死のスイッチが入っても、それを乗り越える力というのはお世話の力なのです。という事が今はよく分かって、人間の女性が閉経後生きているのが分かりました。

命の長さというのは欲張りだから生きられるというものではないのです。健康だから生きられるというものでもありません。要するに、生きる価値のある生物だけが生きるとというのが原則なのです。例えば動物の生命を決める3原則がありまして、1つが行動の素早さなのです。ネズミは振り返るときにピュッと振り返りますね。例えば1秒で振り返るとします。象は振り返るのに20秒かかるとします。そうすると、ネズミが1年の寿命ならば象は20年の寿命です。これは非常にきれいな法則で、計算されるとピシッと線にのります。

何故かと言うと、自然というか神様はあらゆる動物に同じ時を与えてくれたわけではありません。同じ行動の回数を与えているわけです。ですから振り返る回数が一生に8,000回だとか、ご飯を食べる回数が一生に何回であるかが決まっているわけです。ですから行動が早いものは1年で死んでしまっ、行動ののろいものは20年で死にます。ところが、それぞれにインタビューをするとします。「あなたは1年ですぐに死にましたね。」「いや、結構したよ。」それから20年の動物に聞くと、「私はのろまだから20年でやっと同じ位の人生が送れた。」と言うわけです。亀もそうですが亀のように非常に行動が鈍いものは、ちゃんとその細胞の代謝速度で補正しますと、同じ大きさの動物とほぼ同じ寿命を持つので長寿です。

寿命の第一原則は、あらゆる動物に一生で同じ行動の機会を与えているという素晴らしい原則があります。2つ目は命を大切にするという原則です。この命というのは、日本で言っている命は間違っているのですが、私の命は勿体なくないです。何故かと言うと私は50歳をずっと超えています、50歳の時に死んでも100歳の時に死んでも同じです。五十歩百歩。だってどうせ死ぬのです。命は大切に出来ません。大切にしても死にますから。大切にしても死ぬものは大切にしても元々は意味がありません。だから50年を100年にしても全体としてみれば何の変化もないわけです。

では、命を大切にすると何か。結婚するという事です。結婚すれば私の命は2,000年も20,000年も続くわけです。私が今ここにいる、私が命を持っている

ように思う私の命というのは、実は父と母が結婚してくれたから私の命があるのであって、結婚してくれなかったら私の命はないわけです。だから命を大切にするという事は必ず結婚しなさいという事です。

これでちょっと間違っはいけないのが、10,000人の集団がいれば物理学的統計で、当然結婚しない人もいれば子供もいない人もいるし、3回結婚するひともいるし、10人子供がいる人もいます。平均しか言いませんが必ず分布しますから、結婚しない人や子供がいない人がどうかではなくて、子供がいない人がいるからこそ子供が3人いたり4人いたりする人もいるわけです。

これを象徴するのが鮭であり典型的です。鮭は産卵の時に海から上がってきて、川をずっと上ります。そして上流まで行き、結構時間をかけて相手を探して、そして気に入った相手とペアを作って雌が卵子を排出して雄がそこに精子をかけるというやり方をします。その時に、2匹で生殖活動が終わって、受精したのを見ているわけです。その受精の間、両親である雄と雌の身体の死のスイッチが入ってコロッと死にます。どんなに健康でも関係ありません。先程も言いましたように、寿命というのは健康とは全く関係がありません。病気で死ぬのではありません。病気というのは向こうから攻撃されるから死ぬのであって、攻撃のない状態で死ぬのが本当の寿命です。

何故鮭は死ぬのかと言うと、昔は死なない鮭もいました。今でもごく少数います。しかし今の鮭がほとんど死ぬのは、川の上流で子供を産みますから、孵化した時に川をずっと下って海まで行く時に栄養不足で死んでしまいます。餓死してしまいます。それでそれを防ぐ為、肉の付いているうちにすぐ死ぬのです。稚魚が孵ると、親の腐った肉を食べながら下りてくるのです。それによって生き残る鮭が出てきたのです。それが現在のほとんどの鮭です。この前、北海道大学に行って鮭が専門の先生がいたので話すと、その通りで間違いないですという事でした。鮭の死のスイッチというのは何故産卵直後に入るのかと言うと、それはその命を大切にす最も大切な事は、2人が死ぬ事なのです。産卵直後の出来るだけ早い時期に死ぬ。それによって子供の命に繋がる。これが命を大切にすという事なのですが、なかなか世の中そのように思っはいいないです。

それから3つ目は、生理が終わった雌が死ぬのもそうですが、全く同じ現象が雄にもあります。哺乳動物のほとんどが一夫多妻です。そうすると、10匹の雄と10匹の雌がいて、だいたい子供は50匹産まないと病気になったり襲われたりしますから、20匹の集団は繋がりません。そうすると雌は1匹当たり5匹ずつ産まないといけないから絶対大切に、雌を殺すというわけにはいきません。雄は精子が沢山あるから、食べ物の確保の意味では雄は1匹だけでよくて、あとの9匹はいらないです。そこで雄同士が戦って、1匹だけに決めるわけです。これがボス争いですね。そして負けた雄ははぐれ雄になります。これはちょうど雌の生理が終わって死ぬのと同じように死んでいきます。

身体は一般的にはぐれ雄の方がいいのです。何故なら彼らは全て素手で戦いますから、メタボの雄が残るのです。筋肉質とか健康そうな雄は負けるので

す。負けた雄は気軽に食料もいくらでもあるし、雌の安全も守らなくてもいいし、苦労はとても少ないのですがバタバタと死んでいきます。これは要するにその社会からいらないと思ったら死ぬのです。言ってみれば「あなたははぐれになったのに何故生きているの?」という目が怖いわけです。これはまだ分からないのですが、鯛などは回遊魚なので、100匹の鯛が回遊している所に10匹の鯛を増やすと110匹になりますが、しばらくすると10匹の鯛が鱗をこすって傷つけて自殺をします。群れというものは常にその何故なのか分からないのです。要するに、その鯛が今110匹で10匹オーバーしているなんて分かるはずないのですが、分かるのです。だから全体の群れとしての必要性を個体を感じるの間違いないです。そういう事で3つ原則があります。

女性の0歳からの平均余命が86歳ですから、実際40歳位まで生きた人は95歳位なのですが、まあ86歳ですね。これは女性の場合、結婚しても独身でも離婚しても死別しても全然変わりません。ある時にテレビで、離婚した女性は長生きだというのでよくデータを見てみると、86.3と86.6位でほとんど差がありません。これは女性が独立して意味があるという事です。

男性の場合は、50歳以上の男性が何故生きているのかという研究も同時に行われているのです。今のところは、私の意見ではないですが全く意味がないという事になっています。50歳以上の男性は意味が無く生きていますよ。これを明石家さんまさんに言ったら、さんまさんがちょうど55歳の時で「俺は55歳でまだ生きて意味があると思う。何故ないのか。」と言うので、50歳以上の男の3悪だと言ったのです。「うるさい、くさい、便所掃除をしない」。つまり便所掃除のような日常的な事はしないか出来ないでしょう。加齢臭で臭い。しかも口うるさいと。何の為に生きていますか。私は50歳以上の男性で生きていて意味がある人はあまり見た事がないです。

そうすると、女子学生が元気なのは当たり前です。女子学生から上を見ると、2人の子供を産んで育てて、お世話をする。完璧ですよ。例え独身でも同じ年齢まで幸福に生きていける。男子学生から見る将来は、兵役はない、戦死も出来ない、元々意味がない。よく生きていますよね。こういう状態の時に、実は本当は必要だという事があるわけです。

それは、昔は母親が「うちのお父さんは酒を呑んだら政治の話ばかり。」と言ったのが何故そうなのかと言うと、自分の子供が中学生で、目の前にいるのです。母親は中学生の子供に一生懸命ご飯を食べさせているわけです。父親は子供の将来を作る為に、戦場で死ぬなど色んな事をやっていたわけです。だから我が子の将来の日本を考えたのです。ところが、今の40代の男性は酒だけ呑んでいるわけですよ。そして酒を呑んでいる時に、私がTPPはどうだとか安保はどうだと話題をふりかけるわけです。全然駄目です。日本にはF15が160機あります。中国の太平洋岸の動員出来るミグは400機だと。これと闘ってどっちが勝つのかと。これが分からなかったら防衛は出来ません。我が子を一生懸命奥さんが育てても、育った後は全部中国の領土だったという事になります。それが父親の役割なのです。今は土地も職も年

金もないかもしれないという状態なのです。

それは当然なのです。我が子が中学生の男が何もやらないのですからひどい話です。もし、それを女性がしようと思ってればいいのですが、女性が子育てを男に頼んだ時に、F15の性能表を見ればいいのですが、それをせずにお茶をしたりしているわけです。そうすると子供が割を食うわけです。今は両親がいないような状態です。18歳迄育てるだけの、生物学的な両親がいるだけで、人間の両親がすべき行動というのが大きく欠けているわけです。

これが問題で、例えばこれが一番はっきりと出たのが安保法政です。あれは2012年の総選挙で自民党が294議席取って、すぐ国防軍を作ると言ってアメリカとの交渉に入って24回、途中経過は全部新聞等に報告されていました。それから一年半後の2014年7月に、もう憲法改正は止めて集団的自衛権だけ国会に提案すると言いました。その半年後に選挙が行われ、これもやはり自民党が大勝して291議席。それで国会に勿論自民党の公約を提出する、それが集団的自衛権の11法案です。これが衆議院で可決されると何が起こったと思いますか?国民の75%が反対したのです。何故、2年半もあって反対したのでしょうか。2回も自民党に投票して。しかも反対するというのは何なのでしょう。

これは、例えば日本を防衛するという事に対して、全く男性が議論をしていなかった。だからそれが露呈してしまったのです。私はトヨタの社長に会うと、絶対外国に工場を造ってくれるなど言います。我々男性の目的は金を稼ぐ事ではない、副業でも金は稼げるのだ。大切なのは息子に職を渡す事、つまり土地を残す事である。だからトヨタの第一目標は、日本に工場を造ってくれる事であると。それが有り余ったら仕方なく外国に造ってもいい。若しくは時代に合わせて少子高齢化に合わせて年金を作る事なのだ。これは女性がそこまで手が回らないので、男性がやるのです。これは男だ女だとかいうケチな話ではありません。両親が分担してればいいのですから、それは男性が子育てをして女性が年金を作ってもいいのです。

私は政治討論会で議論をした時に、質疑応答で「ほうれん草の値段を知らない人は政治家になれない」と言った女性代議士に言いました。私は意見が違って「ほうれん草の値段を知っている人は政治家にはなれない。つまり政治には2つあり、現在の生活を良くして子育てをするのに大切な政治と、それから土地を確保し、30年後50年後の日本を設計する政治である。今はほうれん草の値段を知っている政治家しかいないから、日本の将来はどんどん暗くなっていく、というのが私の見方なのです。」若い40歳の方は自分の息子や娘を見て、この子供の時代の社会を作ろうと。我々がこのようなホテルで食事が出来るのも、祖父が戦争で亡くなって、父親が高度成長をしたからです。では我々は子供に対して何をするのか、それが一番問われるのではないかと思います。それを全部さぼっていて、それでも息子には年金がないと言っている、TPPなどほとんど議論をしない状態を長く続けるのは良くないのではないかと思います。

私が実はリサイクルなんてしなくていいとか、石油は無くならない、温暖化には絶対にならないと



言っている理由は何かと言うと、皆さま知っているように1997年を基準にすると、平均賃金は欧米では全部1.5倍なのに対して日本だけが90%です。当たり前ですよ。節約しろと言い、元気を無くしていいと言い、自分勝手な行動をしていいと言っている、それはいくら何でも駄目な国になります。その駄目な国を我々の子供達に本当に引き継いでいいのかという事なのです。

非常に馬鹿らしいのが石油を節約する事です。石油というのは日本人が節約したからといって残る物でもないのです。中国人が使うのですから、そんなものを節約してどうするのかという話です。ところが、自分だけは節約をしていい子のふりをする。では日本が使わなかった石油を誰が使うのかと言えば、中国とインドです。中国とインドが繁栄して、その中国が日本に攻めてくるのをどんなに中国を恨んでも、私は駄目だと思います。

もう少し頭を働かせて、中国が石油を現在だいたい1,800,000,000トン位使っています。日本は昔、中国と同じ位使っていたのに、節約に節約を重ねて今ではついに500,000,000トンです。3分の1です。2,050年の政府計画を比較すると、日本は更に減らして400,000,000トン。それから中国は2,030年迄しか正式目標がないのですが、それを外挿していくと2,050年には4,000,000,000トンです。国の力が1対10になります。そしたら全く歯が立ちません。

沖縄県をくれ、石川県をくれと言われれば出さざるを得ません。ただ私は商工会議所でよく講演をする時に、皆さん本当にそういう気持ちなのですかと言います。我々親は子供の時代にもう中国にどうしようもない状態、中国というのは非常に危険な国ですから、それが横にあるという事を知っていながらわざわざ国の力を落とすのですかと言っています。非常に矛盾した政策を親が取っているように思います。私が思うに煙草や血圧の話をしました、あんなものに誤魔化されているのは中国に誤魔化されますよ。中国人はもっと強かですから。

だからそのところをじっくりと考えて、日本の40代の男性が自分達の子供の事を考える。私は実は名古屋の経営アドバイザーになる時に、政治的に河村市長とは全く移管が違うのですが、「私は中央自治なんて全然分かりませんが、30年後50年後の名古屋の子供達が、東京でも大阪でもなく名古屋に生まれて良かったというような長期的政策だけやらせてください。」と言いました。それが一番大切なのだと。RCもそういう1つのチャンスでありますから、是非我々の子供に焦点を当てて、立派な日本を引き継いで貰えればと思います。

## ■ 9 月度理事会 議事録 ■

報告者 加藤 英敏さん

日時 2016年9月13日(火) 17:00～  
場所 名古屋マリオットアソシアホテル  
17F『パイン』

出席者 木下、朝比、入谷、細井、坂本、  
加藤(宜)、加藤(英)、大橋、三島、三浦(和)、  
川辺、安藤、佐々木

17名中13名参加

### ◎審議事項

- 一、休会者年会費減額の件 <幹事 細井 俊男さん>  
水野 俊男さん半期休会  
→ 半期会費の半額を減額することを承認
- 一、ロータリー希望の風奨学金支援依頼の件  
<幹事 細井 俊男さん>  
昨年度同様募金箱を例会受付及び例会時に回す

### ◎協議事項

- 一、9/27 委員会担当卓話の件  
<国際奉仕委員長 三浦 和人さん>  
中部名古屋みらいRC 会員 ポカレル・バラス・マニ  
さんの卓話  
内容「ネパール地震後の現況」
- 一、10/4 委員会担当卓話の件  
<米山記念奨学委員長 (兼会長エレクト) 入谷 直行さん>  
米山奨学生 楊 光心さんへ依頼
- 一、12/13 忘年家族会内容の件  
<親睦活動・家族委員長 安藤 修さん>  
3案にて審議、下記にて再検討とする。(ピエロは決定)  
① バンド+ピエロ+テーブル対抗クイズ(手品)  
② 仮装パーティ+ピエロ  
③ バンド・女性ジャズボーカル+ピエロ  
会員参加費 5,000円→承認

### ◎報告事項

- 一、10月～12月度プログラムの件  
<会場運営・プログラム委員長 佐々木 暢さん>  
11月22日卓話  
2月予定の社会奉仕委員会卓話とする

### ◎その他

- 一、外部卓話講師の紹介をお願いします

### ※ 10 月度理事会

10月4日(火) 17:30～  
名古屋マリオットアソシアホテル  
17F『パイン』

## 第 1194 回例会 (10月4日) のご案内

委員会担当卓話

