

ば、まず心配は要らないだろう。そして、これらの食べ物と並んでオススメしたいのは、「水素水」である。

太田教授は二〇〇七年五月、水素が体内の活性酸素をなくし、動脈硬化、がん、脳梗塞など生活習慣病対策に大きな効果があるという研究結果を、「ネイチャー・メディシン」などで発表している。これまで、水素が医学的に効果があるという結果を報告する論文が、各

国から百本以上寄せられているが、その先駆けとなったのが太田氏だった。水素水と聞くと、うさぐさい印象をもつ人も少なくないだろう。水素は水に溶けにくいというイメージがあるし、インチキな業者も少なくないからだ。だが、水素は酸素と同じくらい水にとけ、安心な水素水が既に流通している。そして、活性酸素を退治するのに、水素ほど効果があるものはない、と私は信じている。

NASAでも水素水を研究

これは何も私ひとりの考えではない。たとえば昨年、中国・上海の第二軍事医科大がまとめた研究。マウスの集団に放射線で急性大量被曝をさせ、二つの群に分けた。一つは水素がとけていない普通の水を飲ませた群。もう一つは水素水を飲ませ続けた群。すると、普通の水を飲ませた群は十日ほどで九割五分が死んだが、水素水を飲ませた

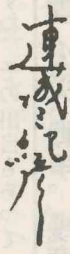
群は二割しか死ななかった。あるいは、米ピッツバーグ大学でのネズミの臓器移植の研究。通常、臓器移植の際、免疫抑制剤を使わないと免疫抗体で拒絶反応が出て、八割以上は死ぬ。ところが、この実験では、水素水を飲ませた群は、免疫抑制剤なしで七割が生き残った。

米国航空宇宙局(NASA)でも放射線対策に水素

水の研究をはじめている。活性酸素の主成分であるヒドロキシルラジカルという物質は、水素と結びつく化学反応で消滅する。また、水素は分子サイズが小さいので、どこの部位や器官にも透過していく。そこで、体中に散らばる活性酸素を潰していけるのも強みである。

水素水は大手飲料メーカーでも出しているの、関心をもたれた方は一度飲まれてみるといい。ちなみに、水素はプラスチックボトルでは透過して外に出てしまう。ペットボトルに入れて販売している業者があったら、それこそ怪しいモノか、私の知らない特殊技術を開発したかのどちらかであろう。

ここにきてきたように、「放射能に勝つ」食材もあるのだ。たとえ原発からの放射性物質放出が長引いたとしても、慌てる必要はない。また、科学的根拠のない風評被害は、人災である。是非、冷静な対応で、風評被害を助長しないよう、心からお願ひしたい。



くつろぎの時間(3)

その「手」に出逢ったのは、どこの美術館だったか。何十年も前のことで忘れてしまっただが、居並ぶ彫刻の名品の中、強烈な黒い光を放ち、二本の指でまっすぐ天を衝いたその左手を見た時の衝撃は生涯忘れないうらさう。

高村光太郎の名高い手の彫刻だ。手だけなのに、何億人分の、地球規模のエネルギーがそこに凝縮されていて、太平洋やゴビ砂漠のド真ん中から突き出した地球そのものの手だという気がした。いや、神の手だろうか。

感動しながらも、その完璧な芸術品を前に、僕はまたもよからぬ衝動を覚え、ポケットに手を入れた。またも、というのには前に書いたモナリザのと同じように、その彫刻の、印を結んだ人差し指と中指のあいだに煙草をはさみたくなっていたのだ。二本の指はくっついていたらと思うが、ちょっと見には透明な煙草をはさ



んだような格好に見えないこともない。幽霊より神と出逢う方が怖い。完璧なものを見ると、少なくとも僕は怖くなり、その隅っこの一かけらでいいから壊したくなる。もちろん、神の手は煙草どころか凡人の手を寄せつけようと思わず、僕の方が彫刻となつて指一本動かさずにいたのだが……それから数十年後。昨年。生命に関わる大病で入院したが、手術後、「無事に終わりましたよ」といふ声と共に、医師の手が目の前にあった。完璧な一仕事を終え自信に満ちたその手は力強く、麻酔から覚めたばかりの霞んだ目に一瞬高村光太郎の彫刻と重なって見えたが、同時にずんぐりとした素朴さも持っていて、思わず僕が伸ばした手を、ガッツポーズで握り返してくれた。

神の手より人間の手の方がいい。メスより煙草の方が似合う手だった。(れんじょうみき ひこ・作家)



の、とき、想

次号5月5・12日号はGW特大号!!4月27日(水)発売、特別定価6800円です