

ひとの健やかでこころ豊かな未来を実現するために

# ひと・健康・未来

vol. **35**

2023. 11

**特集** 第28回ひと・健康・未来シンポジウム 2023 京都

## 身体を通してこころを感じる

—ポストコロナ社会で幸せを感じる生き方を探そう—

スペシャルインタビュー

## 思いやりの心を積み重ねるなかで品格が生まれる

伊東 久重 有職御人形司十二世

第52回 未来研究会

## 視覚化される味覚 ～「映(ば)え」と「離(ばな)れ」の遠心的美学～

藤本 憲一 武庫川女子大学 社会情報学部 教授



# ひと・健康・未来

第35号 2023年11月発行

発行 公益財団法人 ひと・健康・未来研究財団  
〒604-8171 京都市中京区烏丸通御池下ル虎屋町 566-1  
井門明治安田生命ビル 6F  
TEL & FAX 075-212-1854

印刷所 株式会社あおぞら印刷  
〒604-8431 京都市中京区西ノ京原町 15  
TEL 075-813-3350 FAX 075-813-3331

公益財団法人 ひと・健康・未来研究財団では、ホームページを運営し事業の広報活動を展開しています。研究助成公募や市民公開講座に関する内容はホームページをご確認ください。

ホームページアドレス

<https://www.jnhf.or.jp/>



04

特集

第28回ひと・健康・未来シンポジウム2023京都

## 身体を通して

### こころを感じる

—ポストコロナ社会で  
幸せを感じる生き方を探そう—

● 「身体を通してこころを感じる」

—ポストコロナ社会で幸せを感じる生き方を探そう—

〈シンポジウム企画／コーディネーター〉京都大学大学院教育学研究科教授  
公益財団法人ひと・健康・未来研究財団理事

明和政子

● 「身体・脳・心」

名古屋大学大学院情報学研究科 心理・認知科学専攻 教授

大平英樹

● 「伝統から学ぶ生きる力

〈型を知ってこそできる型破り〉

宝生流能楽師 シテ方

佐野 登

● 「ポストコロナ社会での健康キーワード、レジリエンスについて」

大阪大学大学院医学系研究科  
先進融合医学共同研究講座 特任教授

萩原 圭祐

20

スペシャルインタビュー

思いやりの心を積み重ねるなかで品格が生まれる

有職御人形司十二世

伊東久重

30

未来研究会

視覚化される味覚

〈「映(ば)え」と「離(ば)なれ」の遠心的美学〉

武庫川女子大学 社会情報学部 教授

藤本 憲一

36

研究助成

2023年度 研究助成採用結果

37

研究助成

2024年度 研究助成の募集

38

コラム

ひとと健康と未来と —財団の窓から—

第4回 「ニューノーマル」の時代に

公益財団法人ひと・健康・未来研究財団 理事長  
京都大学名誉教授・滋賀医科大学名誉教授

塩田 浩平

39

インフォメーション・編集後記

シンポジウムのご案内



#### 表紙について

特集をテーマに、京都市立芸術大学大学院の皆さんに描いていただいています。



〈作者〉

古曾志 陽 さん 京都市立芸術大学 大学院美術研究科 デザイン専攻ビジュアルデザイン1回生  
(制作当時)

監修／辰巳 明久 教授

心と身体の間を漫画調の描き方で可視化した作品です。

# 身体を通して

## こころを感じる

—ポストコロナ社会で  
幸せを感じる生き方を探そう—



### 「身体・脳・心」

大平 英樹 おおひら ひでき

名古屋大学大学院情報学研究科 心理・認知科学専攻 教授

東京大学文学部卒業、同大学院社会学研究科修了。博士（医学）。東海女子大学文学部助手、講師、助教授を経て、2000年名古屋大学大学院環境学研究科助教授、2007年同教授、2018年改組により同大学大学院情報学研究科教授。生理心理学および認知神経科学を専門とする。脳と身体の相互作用から、感情、認知、意思決定、行動などのこころの働きが立ち顕れてくるメカニズムを探求している。



2023年7月22日 京都大学 芝蘭会館



### 「伝統から学ぶ生きる力 ～型を知ってこそできる型破り」

佐野 登 さの のぼる

宝生流能楽師 シテ方

重要無形文化財総合指定（能楽）保持者。東京藝術大学卒。宝生流18代宗家宝生英雄に師事。全国各地での演能活動、謡曲・仕舞を指導。「生きる力」をテーマに学校・幼児教育における次世代育成の日本の伝統・文化理解、体験型プログラムや授業を実施。教員・教育関係者への講演も多数行う。海外公演への参加や中島みゆき「夜会」出演をはじめ、他ジャンルのアーティストとの交流も多く、現代に生きる能楽を目指し、積極的に活動をしている。

### 「ポストコロナ社会での健康キーワード、 レジリエンスについて」

萩原 圭祐 はぎはら けいすけ

大阪大学大学院医学系研究科  
先進融合医学共同研究講座 特任教授

- 1994年 広島大学医学部医学科卒業
- 2004年 大阪大学医学系大学院博士課程 修了
- 2006年 大阪大学医学系研究科呼吸器・免疫アレルギー内科 助教
- 2011年 大阪大学医学系研究科漢方医学寄附講座 准教授
- 2017年4月より現職となり、先進医学と伝統医学の融合を目指し研究活動を進めている  
総合内科専門医 内科指導医 リウマチ専門医 リウマチ指導医  
漢方専門医 漢方指導医
- 2004.05年 第32,33回日本臨床免疫学会優秀ポスター賞
- 2007年 アクテリオン アカデミアプライズ奨励賞



### 「身体を通してこころを感じる」

—ポストコロナ社会で幸せを感じる生き方を探そう—

シンポジウム企画 / コーディネーター

明和 政子 みょうわ まさこ

京都大学大学院教育学研究科 教授

公益財団法人ひと・健康・未来研究財団 理事



京都大学大学院教育学研究科博士後期課程修了。博士（教育学）。京都大学霊長類研究所研究員、京都大学大学院教育学研究科准教授などを経て、現在、京都大学大学院教育学研究科教授、日本学術会議会員、文部科学省科学技術・学術審議会委員。こども家庭庁こども家庭審議会臨時委員。ヒトとヒト以外の霊長類を胎児期から比較し、ヒト特有の脳と心、その進化的基盤を明らかにする「比較認知発達科学」という分野を世界にさきがけて開拓した。近著に「マスク社会が危ない—子どもの発達に「毎日マスク」はどう影響するか？」（宝島新書）『ヒトの発達の謎を解く—胎児期から人類の未来まで』（ちくま新書）など多数。

# 身体を通して「こころを感じる」

## 「ポストコロナ社会で幸せを感じる生き方を探そう」

京都大学大学院教育研究科 教授 明和 政子  
公益財団法人ひと・健康・未来研究財団 理事 みょうわ まさこ

今回のテーマは3年前に企画しましたが、パンデミックが起った年と重なり、長く開催することができませんでした。いまだ新型コロナウイルス感染症は収束してはいませんが、この時代に生きているからこそ必要なテーマであると感じ、3年越しに開催させていただくこととしました。

なぜ、今、このテーマに向き合うことが必要なのか、企画趣旨として説明させていただきます。

### ソサエティ5.0

「ソサエティ5.0 (Society 5.0)」という言葉をご存じでしょうか。多くの方が初めてお聞きになるのではないかと思います。狩猟社会(ソサエティ1.0)、農耕社会(ソサエティ2.0)、工業社会(ソサエティ3.0)、情報社会(ソサエティ4.0)の次の社会、内閣府が提唱する日本が今後目指すべき未来社会、それが「ソサエティ5.0」です。

間、サイバー(仮想)空間とありますね。私は、昭和という時代に生まれ、昭和の時代に幼少期を過ごし、脳を発達させてきた世代です。私は、自分の脳を「昭和脳」と呼んでいるのですが、私たちはフィジカル空間で日常を過ごしてきた世代です。しかし、今は、サイバー空間で1日の多くの時間を過ごす時代となっています。この流れはパンデミックによって一気に加速しました。ソサエティ5.0というのは、私たちが身体をもつて生きているフィジカル空間と、仮サイバー空間の間にある境目をなくしてしまおう、とするものです。それにより、私たちは身体がもつ物理的制約にとらわれることなく、一人ひとりが「より自由に、より幸せに」生きることができると想定されています。この施策は、じつはコロナ禍以前から始まっていましたが、多くの日本人がこうした流れで国の未来設計が進められていることを理解していないのではないのでしょうか。

### 人類は、『何を、何のために、どのように学ぶのか』

私はヒト (Homo sapiens) という生物がもつ脳と心が、いつ、どのように生まれ、なぜそれが多様な軌跡をたどって発達していくかを知りたくて研究を行っている者です。ヒトの特性は、遺伝子レベルだけで決まっているわけではなく、とくに幼少期は環境の影響を大きく受けながら発達することがわかっています。こうした立場から、今とても気になっていることのひとつは、生成・対話型AI(人工知能)の登場です。

このAIは、これまでの検索型AIのもつ力をはるかに超えています。私たちと会話してくれる、まさに相談相手となってくれるのです。これは、学術に携わる者だけではなく、一般社会、私たちの日常を大きく変えていく技術革新であると思います。言い換えると、生成AIの使用が日常化していく今、人類は『何を、何のために、どのように学ぶのか』という教育の本質そのものを再考しなければならぬ時代を迎えているのです。

皆さん、「ChatGPT」という生成AIを実際に使ってみたことはありませんか?使ってみると本当に驚きます。ぜひ一度使ってみてください。例えば、ChatGPT-4(最新版)に、「幸せになるにはどうしたらいいですか」と聞くと、たった5秒でそれなりにまとまった答えが返ってきます。さらに驚いたのは、「これらの点を考慮することは重要ですが、幸せの定義は個人によって異なるので、以下のアドバイスは一般的なものです。自分にとって何が幸せを見つかることが大切です」というコメントまでつけてくれるのです。幸せになるためにはどうしたらいいの?と悩む私の相談相手になってくれるのですね。

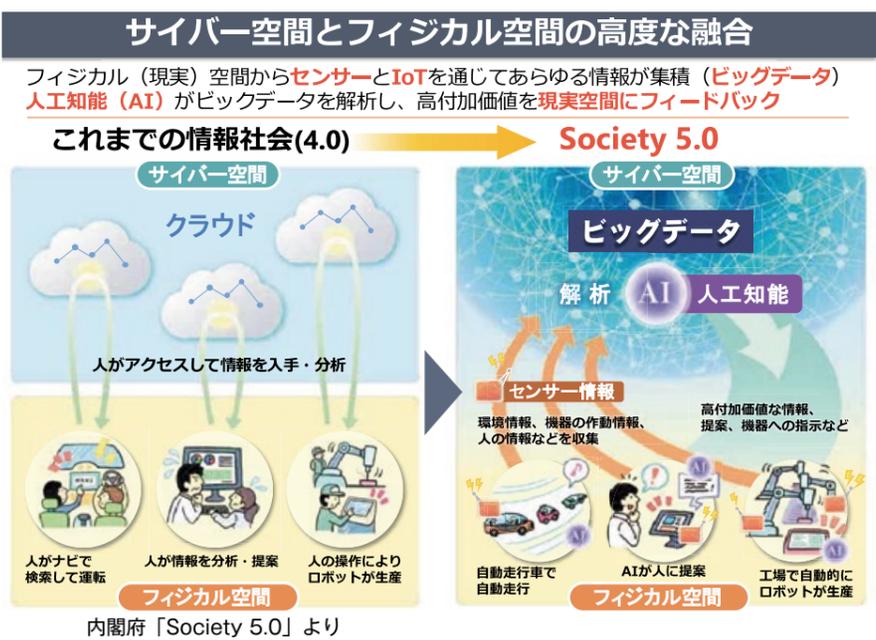
### 生物としてのヒトの学び

しかし、ChatGPTは身体をもたない存在です。そこにヒトとAIの決定的な違いがあると思います。私たちは、他人の痛みがわかる生物です。それは、自分の身体で痛いという体験があるからです。自分の身体で体験した行為を行ったときと、それと同じ行為を観察したときに同時に発火する「ミラーニューロン」と呼ばれる神経細胞があります。ChatGPTが、一見私たちに共感、寄り添ってくれるような答えを示してくれても、幸せを分かち合えるパートナーになり得るかという、それは無理だと思えます。

私たちが他者の心に分かれ、共感し、ともに幸せを感じるためには、身体というものは不可欠です。**多数が有益とする画一的知能とヒトらしさを生み出す知性**

ChatGPTに代表される生成AIの学習と、ヒトという身体を持った生物の学習の決定的な違いをかんたんにまとめました。

生成AIも、ヒトと同じく日々学習しています。その学習の素材というのは、インターネット上にある無数の情報です。これらの情報には、私たち情報を使うユーザーが評価をしています。例えば、「いいね!」ボタンを押すといったようなことですね。このような、私たちユーザーが「正しい」「望ましい」と評価した情報を、ChatGPTは「正解」として学習を進めていきます。つまり、ChatGPTが学習して創り出していく知は、大多数の人が正しいとする知です。言い換えると、少数派の意見は「正しくない」情報としてChatGPTは扱っていることになります。それに対して、身体を持った生物であるヒトは、どんな



ふうに「人間らしい知」というものを身につけていくかという、身体を環境と日々相互作用させながら、身体を使って「実験―観察」を繰り返して、自分の知というものをオンラインに構築していくのです。具体例をあげましょう。赤ちゃんは、身体全体を使っていろいろなものを積極的に探索しますね。何でもなめてみたり、手に取ってみようとしたりします。自分の身体で体験することで、驚きや、興奮、感動を身体の反応として得ます。それは、さらなる知の探索への動機づけへと結びついていくのです。

### 驚き、感動の共有

もうひとつ、生成AIの学びとは決定的に異なる面があります。それは、ヒトは自分が発見した知への驚き、感動を、他者と共有したがるという性質です。子どもたちは公園で遊んでいるときに、例えば何の変哲もない石ころを見つけて、「お母さん、見て。こんなきれいな石があったよ!」と興奮した様子で伝えてきます。私の子育ての反省も含めてなのですが、大人はそうした子どもからのメッセージを無視してしまいがちです。しかし、こうした子どもの姿は、まさに主体的に学んでいるヒトらしさそのものなのです。大切にしたいですね。今後も、情報技術は発展し、社会はどんどん変化していくでしょう。繰り返しになりますが、生成AIの学びは、多数が有益とする画一的な「知能 (Intelligence)」です。それに対して、人間らしさを支える「知性 (Intellect)」をいかに持続的に次世代に育んでいくことができるか、その再考が求められている時代にあると思います。本日のシンポジウムのテーマである「身体」は、まさに、次世代人類の未来を考えるうえで欠くことのできないキーワードのひとつと言えます。

# 身体・脳・心

名古屋大学大学院情報科学研究科心理・認知科学専攻教授

おおひら ひでき  
大平 英樹

## 脳は予測によって「心」を創っている

心はどのようにできるのか。昔の人は心が心臓にあるとか、お腹にあるか思っていました。今のは、心臓、大脳、脳にあるか思っています。ただし、その心は、予測によって作られる、というのが、最初にお伝えしたいメッセージです。

脳は自動的に世界からの信号を待っているわけではありませぬし、「見ること」視覚は、デジタルカメラで撮影した映像を脳のスクリーンに映しているのではありません。「聞くこと」聴覚は、マイクで録音した音を再生して聞いているような仕組みとは全く違います。「味わうこと」「においを嗅ぐこと」は、単なる化学成分、分子が口や鼻に入ってきて、受容体に反応することでもありません。脳は、この世界や自分自身が、どのような姿なのかを表現するモデルを作り、やってくる信号を予測することで、私たちの主観的な経験を創っています。いわば脳の中にバーチャル空間があると思ってください。脳の立場になって考えてみましょう。脳は頭蓋骨の奥深くに孤立していて、光も音も届きません。時々、目や耳という器官から電気信号が流れてきますが、ノイズに満ちていて、すごく弱いです。それだけでは、それが何の意味かは全くわからないはず。そこで、脳は自分が持っている知識や、行動してきた経験から、きつと自分が生きているこの世界はこんな姿をして、こんな性質だ

ろうと推測をします。例えば、目からある電気信号が得られているとき、今、自分が見ているものはこれに違いないと推測する。このプロセスを常に繰り返しているのです。この考え方を予測的処理といいます。最近の脳科学ではこの理論が非常に優勢で、イギリスの天才的な脳科学者カール・フリストンと弟子のアニル・セスの2人が提唱したものです。

脳というのは、知覚、身体の運動、内臓などの自分の身体の中からの情報について、これからどんな信号がくるのか予測し、実際に信号が入ってくると、比較をします。当然、予測なので、はずれることもあり、このずれを予測誤差 (prediction error) といいます。脳がやろうとしていたことはただ一つ、自分が出す予測と入ってきた信号のずれ、予測誤差をなるべく小さくすることです。それはどうするか、一つは、予測を更新する、もう一つは、「いやいや、身体が間違ってるんだ」と考えて身体の状態を変える。この二つを同時並行的に行います。そして場合によって、その重みづけを変えることもします。

こういう脳の予測の働きに関与する場所はいくつかありますが、今日は一つだけ言及します。それが島(島皮質)と書いてトウ (insula cortex) と呼ばれる脳の部位です。ここに身体の信号が集まってきます。胃、心臓、腸、皮膚、血管から、全ての信号が島の後ろの方に入ってきて、前の方に行くに従い、それがまとめられます。一番前で全て統合され、自分の体調、という

ぜAが濃く見えるのか。それは、「Bには影がかかってるから暗く見えるけど、影がなければ本当はもつと薄い」と私たちの脳が思うからです。だから、私たちが見ているものはそのものの本当の姿ではない。音を聞くのもそうです。本当の音が聞こえてくるわけではなく、脳がバーチャルに音を鳴らしている。次に、図3は何でしょう。

AとBはどちらが濃い色ですか？

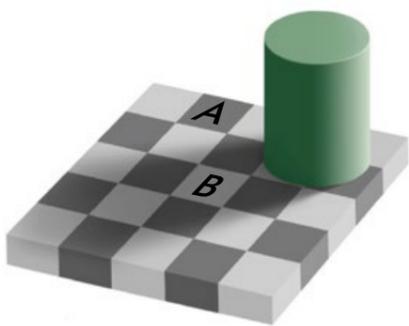
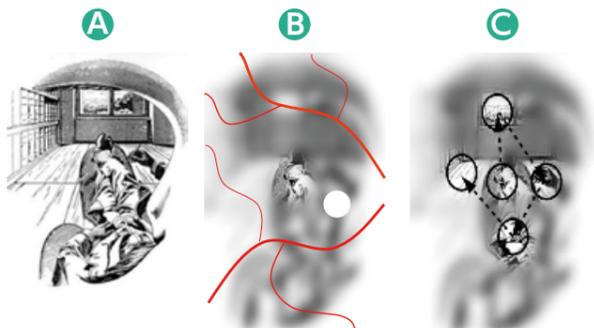


図2

これは何でしょう？



図3



エルンスト・マッハ「感覚の分析」より

図4

実際に、ハチが花の蜜を吸っている姿です。(※P.11写真参照) 答えを見てから図3を見ると、もうハチにしか見えない。しかも、ないはずの、羽の輪郭や、目が見えます。これを心理学では主観的輪郭といい、脳は、ないはずの線までも描いていることが分かります。わけのわからない信号から、意味のあるこの世界の像をバーチャルに作り上げること、私たちがいるものを見ている、という知覚が作られています。

で、サーチライトのように動かしてサンプリングをしている(図C)。でも、いくら速く眼球を動かしても、それだけでは遅いので、限られた情報から、例えば、床を見ると、経験から床についているのはこう広がっているはずだ、そして、自分の手が見えると、手というのはここに腕がつながっているはずだというように予測して、そして、(A)の姿を一瞬のうちに感じさせている。まさにこれ、コンピュータグラフィックスです。脳は生まれながらの精密機械なんです。皆さんは、その仕組みを持って、皆さんの心を作り上げているわけです。

## 予測して運動する

次に、運動です。右手を挙げてください。右手を挙げたのは自分自身ですよ。誰かにつかまれて右手を上げたと思うのは、統合失調症という精神疾患の症状です。統合失調症の患者さんは、宇宙人が電波を送って自分の身体を操りましたなどと言います。これは、作り話でも何でもありません。心臓そう思ってしまう。でも私たちが、右手を挙げたのは自分だと思えます。これは奇妙なようなことなんです。脳は手を挙げたのが、自分か宇宙人かを区別できない。では、どう区別しているのか。これもやっぱり予測なんです。自分が右手を動かしたら、その周辺の筋肉が突っ張って、逆の筋肉が伸びて、みたいな予測を立て、やってみると確かにそのとおりの感覚がきます。これが一致すると、自分がやったのだと思えます。人につかまれて、予測がないのにこの感覚がきたら、これは自分じゃないとなります。さらに、運動するときには、心拍を上げて、血圧を上げて、エネルギーを供給しないとイケないといった自分の身体の調整をやっている。うまく予測を立てながら調整をかけ合う。こうして

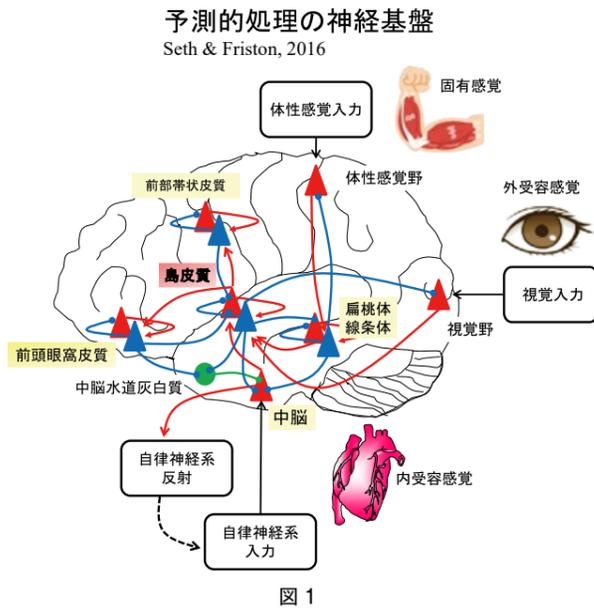


図1

生じる、この動きは自分がやっている、という感覚を、心理学では自己主体感 (sense of agency) といいます。

野球もそうです。私は2018年に大谷翔平選手をみるためにアナハイム球場に行きました。このときの相手球団がニューヨーク・ヤンキースで、先発は田中将大選手でした。大谷選手は故障で出場していませんでしたが、田中選手の投球は、シーズンで一番の出来。ばったばったと三振を取りました。一流のピッチャーの投げるボールは150〜160キロです。これは、見てから打つのでは、絶対打てません。ボールをリリースして、バットまで0.3秒。バッターがスイングを判断してからコンタクトまで0.4秒。理屈上、絶対打てない。どうやって打っているのかというと、その原理は予測です。ボールの軌道を予測し、先回りして打ちます。実際、バッターの目には、今のボールではなく、予測されたボールが見えています。打撃の神様、川上哲治選手が、ボールが止まって見えると言っていました。あれはうそじゃない。予測どおりだから止まって見える、だから打てる。でも、ピッチャーもそれはわかっている。で、それをいかにはずすが投球技術。160キロの速球が来ると思わせといて、スプリットで落とします。すると、わかっていても、打てない。ボールが来たときには修正は不可能になっていて、ボールが消える。これは別にプロのスポーツ選手だけではなく、私たちの歩く動作でさえ、脳にとってはものすごい難しい計算をしているのです。これができるのは、歩行のモデルが私たちの脳にあって予測をしてくれているからなんです。

もう一つ重要なのは、内受容感覚です。心臓、胃、腸、血液など、体内の情報です。これらの情報が脳の中へすべて届けられ、私たちの心を作っています。ただ、この考え方は分かりにくいと思います。ものを見るとか

**内受容感覚が感情を生む**

このように、内受容感覚が私たちの感情の源泉であると主張しているのが、アントニオ・ダマシオ (神経科学者) です。情動、感情とは、例えば、「怖いものに出会った際に、そこから逃げようという行動、心臓の鼓動が高まる、身体が震えるなどの生理反応、それらの信号を受け取った脳の反応」このワンセットです。脳だけで感じるのではなく、心臓や身体への反応がワンセットであることが重要です。そこに、怖いものが近くにあるからだという認知と合わさって、生き生きとした感情が生まれてくるのだと主張されています。

そこでは予測が重要で、予測誤差を縮められることは気持ちがいいわけです。一番わかりやすいのはスポーツです。例えば、バッティングセンターで、クリーンヒットできると気持ちいい。ボールが来たら、こう打つんだと予測します。実際に身体をそのように動かすことができると予測誤差を最小化できると気持ちいい。他のスポーツでもそうです。逆に、予測誤差が広がってしまうと不快になります。スポーツにおけるスランプはこの姿です。いくら長い練習によって培ったモデルでも脳は弱さを持っていて、ちょっとしたきっかけで壊れます。そうするとスランプになり自分でも気づけません。それは長い間作った予測ほど無意識だからです。例えば普段、歩くことには何の意識もないですよ。ところが、腰を痛めて歩行が困難になると、一歩歩くのがこんなに大変かと感じます。予測誤差を縮小できないのが本当に不快で苦しい。スポーツや音楽演奏、習い事がないで楽しいかという、反復練習によって、最初難しいのに、だんだん予測誤差を小さくする体験ができるからです。ただ、予測誤差がゼロになると、いわゆる無心の境地になります。そうすると、何も感じないから楽しくない、うまくできて感じない。そこで、人間はわざわざ予測誤

身体を動かすことは実感できます。しかし、私たちが身体内部の信号を監視しており、しかもそれが心を作るとは、どういうことでしょうか？

**味覚障害を起こすバイズ脳**

個人的な体験を例として、このことを説明したいと思います。以前、新型コロナウイルスに感染したのですが、発熱もなく、ただの風邪の症状でしたが、後遺症で軽い味覚障がいになりました。赤ワインの味だけがわからない。私は赤ワインが好きで、ボルドーのサンテミリオンの味と香りはよく覚えていました。ところが、ポジョレーヌーボーのような味がするのです。私は研究者なので、いろんなアルコールを実験的に試してみたのですが、味覚に問題はない。ご飯を食べても違和感がない。一番好きな赤ワインだけがわからない。そして、追加ワクチン (4回目) を打つたら治りました。実際、味覚障がいを含め、ワクチンを打つとコロナ後遺症が治ったという例は結構あります。後遺症の症状を多い順に見ると、疲労感、味覚障がい、集中心力低下、記憶障がい、呼吸困難ですが、これらはよく考えると全部、心や脳の問題なんです。なぜウイルスは呼吸器官感染なのに脳に影響が起きるのでしょうか。

後遺症で脳が機能低下した場所を探索した研究で、本日の主役である島皮質、前部帯状皮質、前頭眼窩皮質が実際に機能低下しているというエビデンスがあります。そうすると、もの見たり、味わったり、運動したりする機能が低下する可能性は大いにあります。『ネイチャー』に発表された論文で、機能低下だけでなく、これらの脳部位が委縮している、つまり、脳細胞が死んで脳が小さくなると報告されています。要するに、感染後に、内受容感覚を含む予測のネットワークが障害されていると考えられます。

差を作るのです。例えばギャンブル、危険なスポーツ、絶叫マシンなどの体験により、予測誤差を自ら作り出します。そして、ギャンブルで勝った、怖かったけど大丈夫だった、というように、予測誤差を収束させて快感を得るのです。

私自身の研究ですが、MRSという技法を使って、脳の興奮させる物質、それを鎮静させる物質の濃度を測りました。被験者さんに簡単なギャンブル課題をやらせてもらいます。一方はハイリスクハイリターン、もう一方はリスクもリターンも小さくて少額ですが確実に利益を得られる、という選択です。その結果、リスクをとらない人は線条体の働きが低い。一方、高いリスクを求め、ワクワクする人ほど島皮質の働きが高いことが示されました。リスクを取って新しいことにチャレンジしたい人と、私は怖いか、安全にいききたいという保守的な人がいますが、それは恐らくこのバランスによって決定されるのです。

次に、その源を別の研究で検討しました。同じギャンブル課題をやらせてもらい、血液中のアドレナリン (興奮性ホルモン) を測りました。大量のアドレナリンが出る、心臓の鼓動が高まり、呼吸が速くなり、身体のエネルギーが高まった状態になります。ギャンブルをやる、そのスリルにより興奮しますよね。その結果、アドレナリンが多く出る人ほど、エントロピー (探索傾向) が大きくなり、リスクを取る方向に動くことがわかりました。逆もしかりで、ギャンブルが好きではない人は、アドレナリンはほとんど出ず、島皮質は動きません。だから、危ないことはやめておけ、という調整がかかる。これは自然な個人差であって、人類みんながリスクを取つたら大変です。今頃人類は減びてますよ。逆に、人類みんな保守的だったら、おそらく私たちはネアンデルタールとあまり変わってないでしょう。この多様性があつたから、人類は生き延びてきたのだとも考えられます。

**バイズ脳 (Bayesian brain)**

知覚経験は、予測誤差と精度 (分散の逆数) によって規定される

$$P(A|B) = \frac{P(B|A)P(A)}{P(B)}$$

バイズの定理

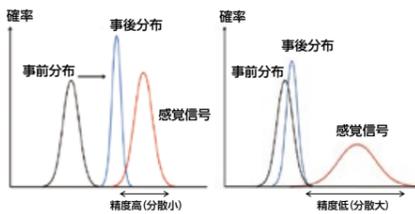


図5

脳が行う予測に基づく処理のメカニズムとして、バイズ脳と呼ばれる理論があります (図5)。事前分布と書かれているものは、脳が出す事前の予測です。例えば、サンテミリオンという赤ワインの味や濃さを予測します。ノイズがあるので少し幅を持っています。赤ワインを飲むと、舌を介して味が脳に伝えられます。これが感覚信号です。このずれが、予測誤差です。この二つを元に、バイズの定理で計算することで事後分布が得られます。私の体験では、この感覚信号がコロナ感染によってぼやけてしまったのだと考えられます (図5、右図)。すると、モデルに沿って、実際の間隔信号とはかなり違う味を感じるようになります。しかしこの場合、大きな予測誤差が生じ続けることとなります。これが、いつまでも解消できないともやもやして、苦しいという知覚を惹起するのでしょう。人間にとって予測誤差が解消できないのは違和感を感じて本当に苦しい。あまり飲みつけないお酒だと、そのモデルの精度が低いので、大きなノイズを伴う信号が入ってきてても、こんな味なのかなって解消されるでしょう。

人間を含む生物にとって、生きていくためのパターンを作り、それを脳に刻み込むことが、まず第一です。でも、そうすると、うまく生きていくことはできるけど、無心になって、あまり楽しくないかもしれない。そこで行動レバトリを増やすためにスリルやチャレンジという心の仕組みが生まれたのでしょう。こうしたメカニズムは、生身のこの身体があるからこそ可能になる。本日の冒頭の明和先生のお話とここで結びつくのですが、チャットGPT、AIにはこれがありません。彼らはうまく生きていく計算は、もう人間をはるかにしのいでいます。ただ、わざわざそこをすらしで喜びを感じようとは、少なくとも今のAIはしない。

3年に及んだコロナ禍、ステイホームやオンラインでの仕事や授業、バーチャルな社会、マスクごしのコミュニケーションなど、リアルな経験が失われることが多かったです。でも、慣れましたよね、人間って慣れる動物なんです。どんな環境にも、その予測誤差を速やかに収束させる適応力も持っています。いい面もあって、オンラインでの授業や仕事は便利ですよ。慣れると、それでいいやと思いがちです。マスクもそうですよね。ただ、本当にそれでいいの。あえて変化や刺激を導入する。そこで新たな出会いを求め、身体を活性化していくことが人間らしく生きていくうえで大事だと思います。最後のメッセージです。安定や安心、安全で生きていける環境や仕組みは本当に大事だけれども、一方で、少しのリスクをみんなが取って、そこで新しいことをして変化し続けながら適用していく、ここにポストコロナ、将来の人類の幸せがあると思います。



# 伝統から学ぶ生きる力 型を知ってこそできる型破り

宝生流能楽師シテ方 佐野 登さの のぼる

私たちが舞台上のことを教わる中で、それぞれの家によつて育て方、伝え方がありますが、私がどういふふうにしてこの世界の中でもものを教わつてきて、今、何を思つてるか、そんなお話をしていこうと思ひます。

父方の家は金沢で能を家業としており、特に明治以降の金沢能楽復興には尽力しました。今の石川県立能楽堂は、祖父の育つた家の中にあつた能舞台です。祖父は兄弟3人が同業者でしたので、いろいろ競い合うこともあつたでしょう。途中から兄2人は金沢に残り、祖父は東京へ出て、それ以降は東京を中心に活動することになります。そんなこともあつて、祖父は無条件で長男に跡を継がせました。その長男というのは私の伯父にあたりますが、娘しかおらず、能は男が演じるので、私がその跡を継ぐことになりました。適当な距離感の身内でもあり、親子でもないのです。とても厳しく、ある意味、冷たく育てられました。

家を継ぐという決断、能の世界でやっていくことを決めたのは、中学校卒業のときで、そこがタイムリミットでした。周囲の誰も強制はしませんでした。継いでほしいという思いがもうひしひしと伝わっていました。事情を知る中学校の担任からは「親元を離れて東京に行くのか、後悔しないのか」と毎日のように問いかけられていました。父親から、なんて言われたか聞かれ、「後悔



だな。それは時に舞台上でも起こり得る臨機応変の場面があつたり、相手の居場所によつて、その都度、自分がマニュアルとは違つても間違いないことをしていく、そういうことを経験と共に身につけていく。でも、絶対はずさない場所、絶対にしない、型にはめるといふことです。

「黙つてやれ」「いつかわかる」「俺が死ななきゃわからない」。そう言われて稽古をしてきましたが、私の伯父である師匠がいなくなつて、言われたとおりだったんだと気づきました。言われてる間は、うるさいな、めんどくさい、そう思いながらずっとやってきましたが、教える、教わるという中の何が大事かということも、その稽古の途中で身につけました。最初は本当にわからないことでした。

年齢とともに、自分が指導する立場になりますが、教える側は、絶対にこいつを育てる、他人に笑われるようにはしない、そういう責任、覚悟が必要だと思つていきます。教わる側は、この人を信じてきちつと稽古を受けます。その謙虚さが必要なんだと。どちらも、その覚悟と責任、それが本来の師弟関係だということも今になって気づきました。

しないかと聞かれた」と言う、「後悔？それはやった人間の言うせりふだ、やりもしないで後悔、そんなやつに言う言葉はない」と激怒されました。そのときにふと思つたのは、何十年後かに他人が継いでいるのを見たとき、私は後悔するのではと。それで、最終的に私がやる、という返事をしました。それから今に至ります。

## しちやあいけないことから学ぶ

私たちが教わる稽古とは、何度も何度も同じことを言われながら、ある一つの型にはめることをさせられます。よく誤解されます。型にはめるといふと、「型にはめないで」「そんなちっちゃい人間にしないで」なんて言われますが、この「型」の意味は全く逆で、これももう100%の出来栄え、100点満点、それが型にはめる、ということなんです。ですので、そのままのことを私たちがやってると、いつまで同じことやってる？となり、そこからが本当の意味の型破り、になります。その型を知るために、徹底的に子どもときから稽古をさせられました。

先ず、手本を示され、それを見てない、聞いてない、うまく真似できないときにごとごとく怒られてきました。右手で扇のこの辺を持つ、と言われて、見て真似すればいいものを、「え？右ですか左ですか」なんて言うのだな。それは時に舞台上でも起こり得る臨機応変の場面があつたり、相手の居場所によつて、その都度、自分がマニュアルとは違つても間違いないことをしていく、そういうことを経験と共に身につけていく。でも、絶対はずさない場所、絶対にしない、型にはめるといふことです。

## 舞台からのメッセージ

私たちは、ただただ言われる言葉、意味を教わらずに、語られることからさせられます。中学生のときに初めて意味を調べたフレーズがあります。琵琶湖に浮かぶ竹生島へ船に乗って向かう景色を歌つたフレーズです。『緑樹影沈んで 魚木に登る景色あり 月海上に浮かんで 兎も波を走るか 面白の浦の景色や』。『緑樹影沈んで』、月の光に照らされて、木の影が琵琶湖の水面に映つてます。「魚木に登る景色あり」、これ、絵本百科で見た木に登る魚かなと思つたのですが、水中を泳ぐ魚が水面に映る木立の影を登つるように見える、そういうことでした。「月海上に浮かんで 兎も波を走る」と月のウサギがまるで走つるように見える、面白い景色だ、という意味です。つまらない文章だと思つていましたが、何かおもしろく、思わず絵を描いてしまいました。今でもその構図を覚えていて、私の絵は三次元の世界を表していました。それから、様々な情景を想像しながら見るようになりました。

謡にこういうフレーズがあります。「ある人は月を見て眉毛だと思つた。魚は月を見て釣り針だと思つて怖がった。鳥は月を見て弓矢だと思つて恐れた」どんな月でしょう、三日月だなんて想像できてしまう。そんな話を、まじめな顔して謡っています。古典の文章は言葉遊びが多いですが、一つのストーリーになっており、必ず大きなテーマがあります。「天下泰平」「国土安穩」「五穀豊穰」「子孫繁栄」。自然の中で生かされている人間は生きていくために祈る、願う、それしかない。それが能の根底で伝えたいメッセージです。思うようにいかないからこそ祈る。自分が祈るためにすべきことが何かあ

と、その時点でもう、ぼろかすに怒られます。じゃあ、右手に持つて、えつと、なんてやってると、「ちゃんと見とけ、こういう格好をするんだ」と、とにかく真似しろと言われます。一つの型といわれる所作、例えば、高いつか低いとか、手の位置ですね。遠くの山を表すときに下を指すと、「どこにあるんだ、もつと向こうだろ」。遠くの山は遠くを指す。川が流れている、は下を指す。そうやって当たり前にあるべき場所を指すことから教わっていきます。三間四方の舞台が客席に張り出している、それが能舞台の特性で、正面からも横からも、どこから見られても大丈夫な私たち、演技を教わります。

能舞台は4本の柱で仕切られていて、お客様から見ると左側にある前側の柱に向かって出て行くことが一番多いんです。「この柱の角に向かって右左で止まれ。手を挙げても柱にぶつからないぎりぎりまで行け」と言われます。その柱をはずすと、「何やってんだ、もつと右だ、もつと後ろだ」と怒られます。ここだって言われる一点の場所を指すことを教わります。今どきなら、舞台上に印がついてるのでしようが、そういう教わり方ではない。ここに来いって言われて、それを真似できないことを怒られます。要するに、話をよく聞く、よく見る、そして真似すること。そういうふうにして、本人のレベルによつて、絶対しちやあいけないことから教わっていきます。決められた場所も年齢とともに精査されますが、目標とされる地点は、子どもときから大人になつても一緒です。

ただ、ちよつとずれても怒られない場所があります。ここOK、ここダメ、そういうのが舞台上にあつて、その理屈はあとでわかってきますが、ゆとりつてそういうものだと知りました。一点のように言われても、実はやつちやいけない場所じゃないところであればOKなんるんじゃないか、そんなメッセージを能のストーリーの中で皆さんに伝えていきます。

そこにはいろんな役柄の人間や、人間以外のものが登場します。基本的には真似をしますが、狂言と違つて、具体的にわかりやすい真似はしません。人間の役、植物の精、動物の精、それをどういふふう演じるのかを書いた伝書があります。男の役、男だからわかるだろう。老人の役、周りに手本があるだろう、それを見て真似る。さらに、老人は、年を取ると若者ぶる、だから老人の役者にやらせてはいけないと書いてあります。動物の役、鳴き声があるだろ、動きもあるだろ、それを見て考えろ。こういう極論で書いてありますが、決して私たちは、鳴き声とか、動き方を真似するような演技はしません。普通に歩いて登場します。難しいのは植物の役です。なぜなら、動きもない、鳴き声もない、声をかけても返事をしない、言葉も通じない。じゃあ、それをどうすればいいか。「それはおまえが察しなきゃいけない。こうしろあしろ、これするな」ってことから教わっていきます。こうすればいいよりも、これはしちやいけない、それを小さいときから先に教わっていきます。そのうちにだんだん正解に近づいて、できるようになると、「いつまで同じことやってんだ、自分で考えろ」それが先ほど申し上げた、型を知つて初めてできる型破りなんだと、そんな気がします。

能の話では、生きてる人間だけではなくて、死んだ人間や生き物がメッセージを送ります。でも、本当はどうなのか誰にもわからないです。親が生きていたら、こういうふうに言うんじゃないか、散々言われてきたことや教わつてきたことを想像することがみなさんもあると思います。私たちの演じ方もそういう演じ方です。死者が幽霊となつて出てきてメッセージを送りますが、死んで

よかった、というメッセージは1人もいません。「死んで、こういう苦しみを受けているので、あとを弔ってほしい」。じゃあ、そのためにいなくなる。能は、途中から夢の話になるような演出なので、「ふと夢から覚めました、じゃあ、あとは皆さん考えてください」となります。最後の最後まで、「だからみんなこういうふう生きなさいけませんよ」とは言いません。「それから先は皆さんが考えてください」。それが客席へ向けて伝えるメッセージです。

## 伝統を支える

能の稽古は、すごく手厳しく、やかましく、ものごとを教わっていきます。道に例えて、修行の途中の様子を説明されます。どんどん進め。山にぶつかったらどんどん登っていき、ひたすら登ることをやかましく言われていきます。時にスランプになると、どう解決するか。山は登ったら必ず下る、下ったら必ず平らな道になる、真つすぐ進め。道は必ず山にぶつかる、そしたらまた登ればいいと伝書に書いてあります。でもそういう話は最初には教わらない、とにかく黙ってやれ、進め、もつと行け。それで、やる気を出す、本気になる、アクセルを踏み込むようになって、何か起きたときに初めて、優しい言葉になります。ものの教え方、伝え方、すごく難しいな、それを感じることがあります。能は600年、700年続きました。トンネルに例えると、長いトンネルは決して自分が掘ってきたのではなくて、それを伝えてくれた先人たちがいる。じゃあ、自分が今やるべきことは、今生きてる人たちに、自分が教わってきたことを工夫して伝えたいのか、それを考えていくことが自分たちの役割だと思っています。

が自分も稽古してきた中で思ったことですし、稽古されてる方にも伝えてることです。

## 羽衣

私は今、学校などで伝えることをむきになってやっています。特に幼稚園、保育園、小学校のように、ちっちゃい子たちに向けても授業をやっています。決して、能がすごいですよなんて、そんな話ではなくて、これをやることによって、見る、聞く、考える、何かそういう能力を高めるための一つのツールになるのではないかと考えています。本日は子どもたちにもやって『羽衣』のお話をします。この話、ご存じの方も多いと思います。能で言う『羽衣』は、三保の松原、静岡のお話です。簡単にあらすじを申します。

ところは駿河の国、三保の松原。白龍という漁師がいました。いつものように漁に出ますが、風が強くて漁になりません。漁を終えて砂浜に上がると、松原の様子がいつもと違います。すてきな音楽が聞こえて、いい香りがあります。ふと見ると、一本の松に美しい衣がかかっています。「これはすごい、家の宝物にしよう」と持って帰ろうとすると、後ろから声をかけられます。「ちよつと待ってください、それ、私の衣なんです」「いやいや、俺が拾ったんだから返さないよ」「いや、それは天人の衣なんです、私はそれがないと月の世界に帰ることができません」「天人の衣、家の宝どころじゃない、国の宝物にしよう」、すると天女は弱り果てていきます。その姿を見て白龍は言います。「だったら、天人の舞楽とやらを見せてくれるなら、この衣を返そう」「ありがとうございませぬ。まずは、その衣をお返しください」「いや、おまえ、これを渡したら、そのまま帰っちゃうだろ」天女は

これまで、能の世界にも危機的な状況というのが何回かありましたが、特に大きな出来事は、江戸時代から明治に入るときです。それまでは、將軍を含め諸大名たちは皆、能をたしなまなさいけない、強制的にさせられてきた芸能で、武士たちだけが演じて、見て楽しむというもので、庶民には無縁でした。その大バトロンであった武士の世界がなくなるときに、能楽絶滅の危機が訪れます。当時、私どもの流儀の宝生太夫は、時代が変わって宝生宗家、家元に名称が変わりますが、明治に入るときに、廃業しようとしています。こんなに西洋化されてしまった世の中で自分たちが伝えようと思ったこの気持ち伝わりつけないと。何とか復興しようという思いのある人たちがいて、そこから誘われても、いや、俺はやらない。ただ、のちのちはやっていけるような状態にはしながら、自分がやることはひたすら拒否してしました。そんなときに、岩倉具視や、華族、皇族が新たな理解者となって支えたことで、途切れることなく、今の時代に伝わりました。その後もいろいろあつたようで、うちの流儀のレパートリーは210曲ありましたが、つまらない曲、経費のかかる曲はやめる、同じような曲はどちらかを残す、そうして30曲を廃曲にしたようです。

そして、関東大震災。もう世の中それどころじゃないという中で、廃業していく仲間たちがいても、祖父は必死に続けていきます。今まで想像したことのない地震が起きた、津波のように音が響き、遠くを見ると火の手が上がっている。当時、うちの流儀のトップは新潟に避暑に出かけていましたので、留守を預かる住み込みの弟子たち、その中のトップが祖父でしたが、私たちの一番大事な能の面、それから伝書、装束も持って逃げるけど、持ちきれないものは蔵の扉にみそを塗って、みんながばらばらの方向に逃げたそうです。そのときに祖父は鼻緒

弱り果てながらこう言います。「そんな嘘や偽りは人間の世界だけのことです。私たち天の世界には、そんなうそや偽りはございませぬ」「いや、何てこと言ってます。たんだらう」と白龍が衣を返すと、その美しい衣をまとった天女は、三保の松原、富士山の景観を称えながら美しい舞を見せて、この街の人たち、この国の人たちが平和に暮らせるように、宝物を降らしながら、空高く月の世界へ帰って行きました、という話です。

この天女は、この物語の中で、「白衣黒衣の天人の。数を三五にわかつて。一月夜々の天乙女。奉仕を定め役をなす」、私の住んでいる月の世界は、白い衣の天女と黒い衣の天女が15人ずついて、その中の15人が毎晩、舞を舞います。私もその中の1人です。白と黒が1日ごとに入れ替わります。宮殿で舞っている白い衣の天女が増えたり減ったりするのが、みんなの見ている月の満ち欠けですよ、そんな話をします。そして、この衣を返してもらった天女が帰っていったあと、十五夜の月が出てきます。羽衣は、そんなお話なんです。詞章にある、「七宝充満の宝を降らし」は、先ほどお話しましたテーマ、天下泰平、国土安穩、そこにつながるメッセージです。皆さん元気で平和に暮らしてください。天女は宝物



が切れないように、一番新しい履物を履いて逃げたという記録が残っています。そして何にもなくなったところからまた復興していく。その次は戦争。また復興するときに、大変な思いをしています。その先人たちが、復興する度に何をされたのか。とても簡単に当たり前なことでした。何が起きて今までどおりのことをひたすら続ける、それが最大の復興であり復活であると。

私たちの仕事も、コロナになってどうしよう、となり、催し物が中止になる中、観客を入れない、人数を減らすなど、いろんな方法を模索し、止めてしまうことは避けていこうとしました。その中で気づいたこと、今までやらなかったことを、何かオンラインで発信していく、新しい稽古の仕方、そうしたことのできる可能性に気づいたと同時に、対面でなければ伝えられないこともあることに気づきました。特に私たちが教わってきたこと、伝えようとしていることは、本当に見て、聞いて、できるようになったところで、やる気を出して、本気になって、そういう生きていく力を身につける。それ

を降らしながら月の世界に帰っていきました。もう愛鷹山、富士山までも小さく見えます、なんていう、天女から見えるいろんな景色を、この文章の中で語り込んでいます。ちっちゃい子たちにも、言葉がわからないじゃなくて、伝えることによって想像してもらおう。

また、私たちが使うほとんどの衣装は、京都、西陣の技術を使って作っています。今は、みなさんの日常生活を彩るさまざまな道具に変えて商品にしていますが、もともとは贅沢な衣装を作る技術で、多様な要望に応えることでどんどん技術力が上がりました。この衣装も西陣で作ってもらいました。結構、高いです。色がたくさん入って、細かくて、地にも金の模様が入っているんです。私たちがきちつとしたものを作っていくことによって技術がどんどん進歩していく。また、こういう仕事の人たちも生活できれば後継者が育ちます。高価なものを作るお客さんがいなくなると、装束屋さんも能装束だけ作っていても、仕事にならないですから、私たちが衣装を作ることは次に技術を伝えていく一つの役割かなと思っています。

これから、羽衣を舞って、今日の仕舞にしようと思えます。私たちは、紋付袴姿、衣装をつけずに、謡だけに合わせて舞うことを「仕舞」と言います。当時の大名將軍からアンコールのように、「ちよつと何か舞え」「舞を仕ります」、それが「仕舞」という言葉の元です。そして1日の最後に舞った仕舞が、もののおしまいと、ものをしまおう、という言葉の元ですね。では、その仕舞をもって本日のおしまいにします。

最後に、本当にものごとをきちつと土台から教え込まれて、それをもって、自信、何か確固たるおのれの信念とか考えを持つことが、心も体も強くしていくことではないのかなと思っています。今日はありがとうございました。

# ポストコロナ社会での健康キーワード、レジリエンスについて

大阪大学大学院医学系研究科 先進融合医学共同研究講座 特任教授

萩原 圭祐

みなさん、レジリエンス（回復力）についてご存じですか？正直、聞いたことあるな、ぐらいいの印象の方が多いと思います。レジリエンスは、最近、様々な分野で注目されています。例えば、レジリエンス住宅とは、地震や豪雨、災害に強い住宅ということを意味します。会社では、入社後すぐ退職する人やうつになる人が増えないように、組織のレジリエンスを高めることが注目されています。その他には、私が子どもの頃とは天候が激変しています。環境が安定するように、環境のレジリエンスを高めるといことも注目を集めています。

私たちが生活していると、阪神大震災や新型コロナウイルスの感染蔓延など、個人ではどうしようもない避けがたい不幸に見舞われます。その後、問題になるのが、PTSD（心的外傷後ストレス障害）なんです。落ち込んで、心理的に立ち上がれなくなってしまふ。なかなか、治療もむずかしい。では、こういった強いストレスを受けると、全員PTSDになるのかというと、実は必ずしもそうではないことがわかってきました。

## レジリエンスとは

アメリカはすごくレジリエンスの研究が進んでいて、ボナノ（心理学研究者）は2002年から10年間、15000人を対象に、そのうち配偶者を亡くした205

人を調査しました。一般に、人生において最もストレスの高い悲しい出来事は、配偶者を亡くすることだと言われています。こうしたショックがあったときに、PTSDはどれくらい発症するのか。慢性的な抑うつ状態は全体の25%、それでも悲しみに暮れた20%は自然に回復し、45・9%は、衰弱を伴う悲しみに全く見られませんでした。ボナノはその全く見られなかったグループを、レジリエントと呼びました。

9・11でも同様の調査が行われました。映画のようなテロ事件が起こったときでも、PTSDは大体30%程度で、70%の人は何とか立ち直っていくのです。実は、全員がPTSDになるわけではない、レジリエンスがキーワードになるということで、この考え方が注目されるようになりました。悲しいこと、どうしようもないことを、取り除こうとしても難しいですよ。レジリエンスとは、状況変化に直面したときに、基本的な目的と健全性を維持する能力です。もともとは物理の用語「外力による歪みを撥ね返す力」として使われ始めましたが、現在は、社会学、心理学の分野で注目されていて、すごく広い概念になりますので、本日は医学的な、個人に焦点を当ててお話しします。

健康な状態のとき、みなさん健康のことを意識しませんよね？それは、健康な状態を維持しているときは、レジリエンスが非常にうまく働いて、バランスが取れている

れます。そういう中で、70代の女性の方が、手と足の皮膚が角化でかさかさになり、近所の皮膚科で診察を受けましたが原因が分からないということで来院されました。

当初、お会いしたとき何となく沈んでおられるなと思っただのですが、その時は別にそんなに気にしていませんでした。抗アレルギー剤と、更年期の女性によく使われる加味逍遙散という漢方を処方しました。加味逍遙散は主婦湿疹にもよく効くんですね。実際、足底の皮膚はつるつるになって、ご婦人の表情もだんだん明るくなって、手を握ってすごく喜んでくれました。その喜ばれる姿を見て、正直、よっぽど皮膚の症状で悩んでおられたのかな？少し不思議な感じを覚えていました。そして、ある日の外来で、診察が終わったあとに、実は先生、ちょっとお話ししたいことがありますと言われて、そのご婦人の深い悲しみのお話を聞くことになりました。このご婦人には、元々、とても立派な息子さんがいて、性格がよく、社会的地位もあって、すごく頼りにされていたそうです。それが、ある日突然に、その息子さんが、交通事故で死亡くなりました。病気がまだ覚悟も

満足そうな笑顔を見せられ帰っていかれました。このエピソードは、僕の心の中に深く残るようになりました。

医学部に入學して、心と身体は分けて教育を受けてきましたが、実はそうじゃないんですね。心と身体、そして人とのつながりが、レジリエンスを働かせるためには、すごく大切だとわかってきました。温かい思いやりや、自己肯定感が、その三つをつなげる潤滑油となってレジリエンスが動き始めることになります。

## かかわりとつながり

レジリエンスが個人で当てはまる場合ですが、子どものときに偉人伝とか読みますよね。でも、金持ちの家に生まれて、成績もよくてイケメンで、とても偉くなりました、という話はあまり見ないですよ。大体、生まれたときお金持ちでしたが、いろいろあって貧乏になって、苦労して偉くなった、というケースが多いと思います。それは、単に逆境があるということではなくて、それを乗り越えていく力、レジリエンスが発揮されていることを意味します。

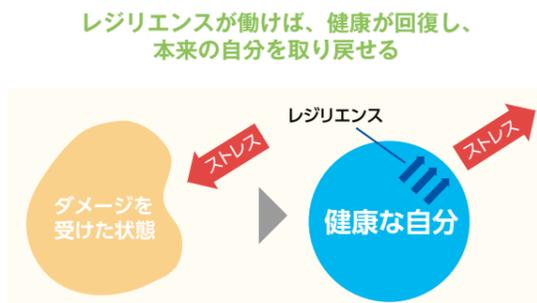
組織でも同じような力が働きます。会社が潰れそうという大変な危機があったときに、普通の社員だった方々が力を発揮して、それぞれの力で、「1+1」が2ではなく、10にも20にもなつて、組織が再生していくという物語ですね。そして、生態系。サンゴ礁は今、温暖化で危機に陥っていますが、温暖化だけが問題ではなくて、海藻とか魚とか、いろんなものが関わって、サンゴ礁は維持されています。結局、レジリエンスが発揮されるのは、いろんな人が関わりながら、助け合いながら、励まし合いながら発揮されるものだと思います。

先生が初めてです、ありがとうございます」と言つて、

阪神大震災のとき、オリックスが初優勝しました。イ

からです。しかし、ちょっとしたストレス、例えば、花粉症で鼻が詰まったりしても、バランスが崩れ、調子が悪くなります。もちろん、がんのような大きな病気になるとすごくバランスが崩れて、健康が損なわれます。では、永遠にダメージを受けるかというと、人には、誰でもレジリエンスが備わっていますから、いつかストレスを跳ね返していくんですね。身心を元に戻そうとする力が働く、それがレジリエンスなんです。最近では、レジリエンスが高まれば、うつや精神疾患になりにくくなるという報告もあります。そして生活習慣、食事、運動や睡眠、こういった生活の基本的な要素が、レジリエンスを高めるためにすごく重要なんです。

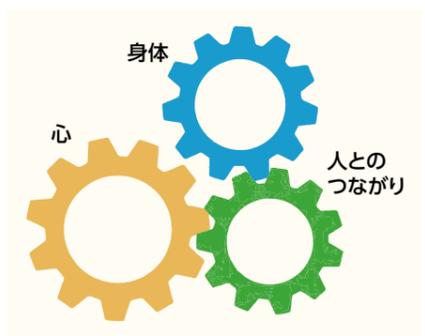
私がレジリエンスに注目するようになった、ある患者さんのエピソードをご紹介します。私は普段、大阪大学の総合外来で、免疫難治疾患、内分泌系や神経系の難病の患者さんを中心に診ています。周囲の先生たちが治療に



チロー選手が超人的な活躍をしました。2011年に東日本大震災があつて、このときは「がんばろう東北」を合言葉に、それまで低迷していた楽天が優勝し、日本一になりました。マークンこと田中将大投手が24勝0敗という驚くような記録を達成する活躍を見せました。面白いのはイチローもマークンも、超一流になって、どちらもメジャーリーグに行つて大活躍したんですね。

じゃあ、私たちに当てはめたらどうでしょうか？レジリエンスって、高い人と低い人がいる、個人の特性じゃないかと思つてしまふ。あの人はもうストレス強いから大丈夫ですね、あの人はちょっとストレスに弱いからダメですか。何となく腫れものにさわるようになったりします。「ONE PIECE」という大人気漫画の主人公、ルフィは文字通りゴム人間として、強いストレスを受けてもゴムのように跳ね返していきます。まさに、レジリエンスの象徴みたいな主人公です。じゃあ、こういうキャラクターじゃないと、レジリエンスは発揮できないのか、イチローとかマークンは特別なんでしょうか？実は、そうではないんです。日本の社会は、みん

レジリエンスをうまく働かせるためには心と身体のバランス、人とのつながりが必要



なで喜びとか悲しみを分かちあうことで、レジリエンスが発揮されるんです。そこで私たちは、感情のコントロールや社会とのつながりに焦点を当て、レジリエンスの見える化研究を進めています。

皆さんも明日からできる、レジリエンスを導いていくために必要な方法です。まずは、ストレスと向き合うことがすごく大切になります。何かつらいことがあったとき、やっぱり逃げてしまいませんか。怖いし嫌ですが、でも、このストレスに正面から向き合うことで、ストレス反応がみちびかれ、もともと持っている能力が10としたり、15にも20にもなると、普段発揮できないような力が発揮できる。それで、すべてが解決に向かうと思いたいんですが、必ず失敗するんですね。みなさんも、ご経験があると思うのですが、今回の試験頑張るぞって必死で勉強しても、思ったように結果が出なかったりしますよね。研究でも、同じように必死で頑張っても、意外とだめだったりします。そういうときにすごく大切なのが、お互いをいたわり合うことですね。失敗したとき、うまくいかないときに、いたわり合っていく関係性がすごく重要なんです。先ほどのオリックスの話でもそうです。オリックスはリーグ優勝しましたが、初年度は、日本シリーズでヤクルトに負けているんですね。イチローはあんまり活躍できなかった。でも、誰もイチローを責めなかったです。そのことが、次の年のオリックス日本一につながっています。楽天が勝ったときも、マークくん、日本シリーズで打たれています。でも、誰もマークくんのことを責めなかった。それが最後、胴上げにつながっている。実はこのあたりなのですが、今、日本社会で大いに失われているところのように感じます。このポストコロナ時代、ちょっと殺伐としていきますよね。すぐにリスクをどうするんだ？などと言われます

が、そもそも論で言うと、リスクゼロ社会は存在しないんです。1ミリでもミスしたら、責任どうするんや、みたいな感じになっていきます。実は、こういった議論をすると、全くレジリエンスが発揮されなくなっちゃうんです。

国民的な人気漫画『ドラえもん』では、のび太くんにとって最大のストレスはジャイアンです。のび太くんは、ジャイアンにいじめられて困ってしまうと、ドラえもんに泣きついて、秘密の道具を出してもらっています。実は、ドラえもんは、一度連載が終わってしまっています。その最終回、ドラえもんは未来に帰るのですが、そのとき初めてのび太くんが、「僕だけの力でジャイアンに勝たないとドラえもんが安心して帰れないんだ」と初めて最大のストレスであるジャイアンと向きあうのです。そしてジャイアンは根負けして逃げていくのですが、そのあと2人はいたわり合います。ドラえもんは泣きながらのび太くんを支えます。のび太くんは、「見たろ、ドラえもん、勝ったんだよ、僕一人で。もう安心して帰れるだろ、ドラえもん」。いつも応援してくれたドラえもんに対し感謝を伝えます。いたわりあい感謝する関係。この関係性がすごく大事で、日本人は好きですよ。逆に、レジリエンスが発揮されにくい状況というのは、自分なんかは、どうせだめだし、どうせうまくいかない、と言ってしまうんです。でもこれ、ついつい言ってしまうんですよ。結局、普段自分に一番声かけをしているのは自分なんです。だからネガティブな言葉を使ってしまうと、レジリエンスを下げる方向に向かってしまうということになります。

### ネガティブな感情と向き合う

ただし、レジリエンスについて、いくつか誤解がある

ち直るきっかけをつかまれ、お元気になられました。この患者さんで分かるように、人間って、落ち込んで元気になるうとしますが、ショックが大き過ぎると立ち直るのは難しいですよ。でも、思い出やつながりがあると、背中を押してもらえ。強いトラウマも克服することができ。このレジリエンスがうまく働かないということが、やはり健康が維持できない根本の原因の一つじゃないかと、私自身は考えております。

### レジリエンスの見える化

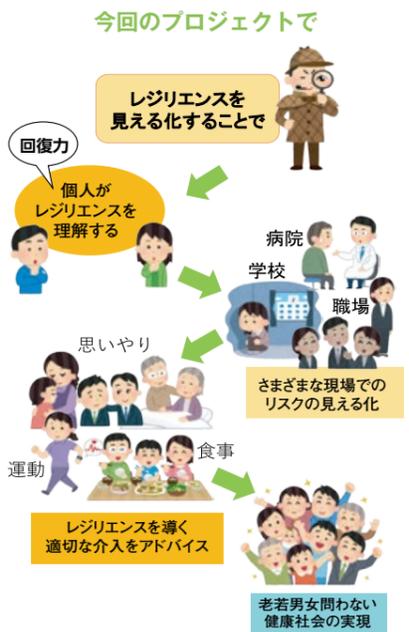
では、見える化するにはどうしたらいいでしょうか？現在、京都大学と共同で研究を進めております。欧米のレジリエンスの考え方について面白くて、レジリエンスを測る設問でも、例えば、「私のことを好きではない人がいても構わない」というのがあるんですよ。こんな人います？日本人に（笑）。それから、「もしそうせざるを得ないなら、ひとりだけでやっていける」、こういう日本人もあ

ときから天才と言われ、ずっとピアノがうまく、うまいからもっと練習して、もうめっちゃうまいわけですよ。だから、右手が動かないなんて本来絶望しかありません。でも、逆に左手だけでも音楽を演奏できる、音楽を楽しむことができる、多くの人たちが音楽を分かち合っている。喜んでもらうという、自分の人生の目的を取り戻すことができる。それこそがレジリエンスのいい例かなと思います。

この数年、新型コロナの影響で人間関係が一段と希薄になりました。霊長類ヒト科である私たち人間は、やっぱり人と人がつながらないと幸せを実感しません。今こそ、我々の本来の目的と目標を取り戻していかないとけないと思います。

このようなエピソードをまとめて、本を出版したのですが、そこでまた、嬉しいことがありました。私の外来に通院している70代の女性、肺癌術後、深部静脈血栓症の患者さんです。血をさらさらにする薬を使って足の浮腫などはよくなつてたんです。いつもパーキンソン病の旦那さんと一緒に通院されていたので、一緒に診察をしていました。しかし、あることがきっかけで旦那さんの病状は一気に悪化し、お亡くなりになりました。当然、この患者さんはすっかり元気がなくなつて、本当に落ち込まれました。

それがある日、僕の本を読んでもくれました。本の中にはラグビーやピアノの話なども書いていまして、旦那さんとはよくラグビーを見に行つたとか、娘さんがピアノを教えておられたので一緒に練習していたというような話になりました。そして、もう一回ピアノを練習してみようかなつて話してくれるようになったんですね。何回かあとの外来で、久しぶりにピアノを弾いてみたら弾けたんです。嬉しそうに話してくれました。以後、立



ので、その点はお話ししたいと思えます。一つ目の誤解は、ネガティブになつてはいけなと思つてしまうことです。レジリエンスの働きは、大小はあつても、誰もが持っているものです。ショックでつらいことがあると、誰でもネガティブな感情を持つてしまいます。そこで大切なことは、ネガティブな感情と向き合うということです。マイナスな感情がない人間なんてこの世にいません。ああ、俺はこんなに悲しい、私はこんなに落ち込んでるんだと受け取つてあげてください。一つ目は、個人で解決するのではなくてネットワークの力を使っていくということです。ネガティブな感情がある私だけども、いつも応援してくれてる〇〇さんがいる、〇〇くんが応援してくれているよなつて思えるかどうかが大切なのです。三つ目は、レジリエンスが発揮されると超人的な力を発揮しているように見えますが、それは、ネットワークの力を得て、その人が本来持っている能力が最大化されている結果なのです。

では、病気にレジリエンスはどう働くのかということですが、レジリエンスが導かれても、病気や障害が無くならないです。例えば、僕が診ている膠原病という免疫の難病は、病気自体は、残念ながら一生つき合うことになり。病気自体は無くありませんが、でも、進学も結婚も出産も、人生の大切なステージを体験することができるとは思いません。病気を抱えながらも、人生の目的とか、目標を取り戻していきます。そういうところが、実はレジリエンスの考え方になります。

レジリエンスが誘導されると、病気や障害を抱えながらも、私たち医療者が予想してないような結果が導かれてくるんですね。例えば、左手のピアノの方々がいます。脳出血で右半身麻痺の方、ジストニアという病気で右手が動かない方。こういう方々が大体子どもの

まりいないですよ。欧米って、すごく個人の強さに焦点が当たつていて、日本と少し違うんですね。集団での思いやりとか共感性を重視している日本人の評価は難しいということ、日本人向けに「心の健康を見える化」する新たな尺度を開発しました。Japan Resilience Scale (JRS)を開発して、現在研究を進めております。心と身体、人とのつながりを同時に見ていくために、漢方の老化概念を参考にした「老化を見える化」や「身体の健康を見える化」なども阪大でつくりました。レジリエンスのスコアが高い人はきれいに、うつが低いということがわかります。感度も割と高く、80%以上の感度でうつ状態かどうかというのを判定できるようになっています。多くの皆さまや、行政のご協力のもと、心と身体がつながっていることを、改めてデータとして示すことができました。そして現在、レジリエンス健診というのも行つていて、体組成や、さまざまな身体機能も一緒に調べています。腸内細菌や自律神経とか、網羅的に解像度の高いエビデンス、見える化研究というのを進めています。

本来人間は、ちよつと落ち込んでいても、すぐに回復できれば、本当に健康が維持されます。僕が特に注目しているのは日本の伝統です。そこに、すごいヒントがあるんですね。マインドフルネスは、本来座禅です。日本には、心と身体、社会とのつながりをちゃんと維持できるような場所がいっぱいあるのに、現在は全然使われていない。ポストコロナ時代は、こういったものをもう一回見直して、復活させていかないといけないですね。レジリエンスを見える化させることで、皆さんがレジリエンスを理解し、レジリエンスを導く適切な介入をアドバイスしたい、健康な社会を実現したいなと思つています。本日はありがとうございます。

# 思いやりの心を 積み重ねるなかで 品格が生まれる

今回は、有職御人形司十二世・伊東久重氏をご自宅の工房に訪ねました。

御所人形の世界について、まず御所人形の歴史的な背景や特徴などをお伺いできればと思います。

伊東 日本の人形というのは江戸時代前までは、ものすごく宗教的な感じで、人間の身代わりの使われてきたものなんです。江戸時代になりましてから、世の中が太平になったということもあって、愛玩用の人形として、最初におひなさんの立雛ができてまして、それからいろいろな人形ができてまいりました。

御所人形は江戸時代の中頃から宮中のお祝い事に使われた人形で、五節句のお祝いやご出産、ご結婚のときに作られた人形なんです。また、いわゆる門跡の寺院の方や大名方が朝廷にご挨拶にあらわれるときの献上品に対する、朝廷からの返礼とされていきました。そんなことから、拝領人形と呼ばれておりました。それ以外にも、顔が大きいので頭大人形、三頭身なので三つ割人形、顔が白いので白肉人形、白菊人形とも呼ばれていました。江戸幕府では、將軍の遣いが毎年一回、天皇に挨拶に来られるのですが、天皇の勅使が江戸城の將軍に返礼に行くときにこのお人形をお土産で持っていましたので、大奥ではお土産人形と呼ばれておりましたが、あまりにも多くの名前があつてややこしいので、明治時代になつて、京都の御所から出た人形ということで、御所人形というようになりました。

私のところの初代は、京都で薬屋でしたが、人形作りの才能がありまして、享保年間に人形師の看板を上げました。最初に作りましたのが、祇園祭の長刀鉾の守護神で、長刀鉾の矛先にあるなぎなたの下、5メートルの



有職御人形司十二世  
伊東 久重

インタビュー 2023年5月

ころについている人形です。これは和泉小次郎親衛といまして、右手になぎなたを持ち、左手に小舟を掲げた、源氏の武将の姿の人形なんです。『太平記』にも出てきますが、小舟を操って、縦横無尽に山河を駆け巡って戦いに行ったといわれています。矛先のなぎなたは、平安時代後期の刀鍛冶の名工といわれた三条小鍛冶宗近が打つて八坂神社に奉納したのですが、それを和泉小次郎が戦場に借り出したんですね。ただ、戦場でのたたりやというので、それを返して去っていったという話があります。長刀鉾はそのなぎなたをもらい受けて、和泉小次郎を守り神とするようになりました。そして享保11年に、私のところの初代が人形師として初めて作らせてもらったわけです。

その和泉小次郎ですが、昭和29年に私の祖父が、復元新調、昔のものを復元して新しいものにするということ

で新しく人形を作ったのですが、それが昭和60年の鉾建てのときに倒れまして。鉾いうのはまず土台だけ先に組んで、組めたら一度横にするんです。そして25メートルもある鉾の心棒を入れてまた起すのですが、その上にあるときのロープが切れて倒れたんです。そのとき、守り神の和泉小次郎の首が折れてしまいました。ただ、すぐにはどうもできませんので、応急処置でひつつけて、その年は巡行されました。そのあと、1年かけて私が作り直しました。それが今、長刀鉾に載っておりますので、私の代表作みたいな感じなんです。毎年祇園祭がある限り、山鉾巡行の先頭をいく長刀鉾の守り神として載っていることは、本当にありがたいことやなと思っております。

その初代が作りました人形で『草刈童子』という、葉草を刈ってる姿の人形があります。当時、何遍も疫病がはやり、これを玄関先に出しましたら、周りの方が疫病にかからなかったということがありまして、それからこの人形を朝に出して夕方にしなう、ということが今の家に移る40年程前まで毎日欠かさずされてきました。それは母親の役でしたので、母親はかわいそうに、旅行にも



長刀鉾守護神  
「和泉小次郎親衛」  
昭和61年



長刀鉾



「草刈童子」初代制作

行けなかったとえらいぼやいていました。今の家に移ってからは外に出しておりませんので、やつと旅行に行けると、親戚や私の娘と一緒に旅行したりしていました。母が言っていたのですが、昔は、夜にしまうのを時々忘れたらしいんです。そうしたら隣の人に、「草刈ちゃん出たはりませー」と戸をどんとたたいて言われた。「大きい声で言わはるさかいに、お義母さんが聞いて、あんた何してんねんーいうて、えらい怒られたんや、小さい声で言うてくれはるとええのやけど」、つてね(笑)。他にも、表に置いてましたので、子どもたちが学校に行くとき、これの頭をなでたり、着物の前を開けたりしてみんな遊んでました(笑)。そのような人形で、私のところの守り神としています。

御所人形はそれから作り始めました。大体子どもつて五頭身ぐらいなので、最初のころは五頭身ぐらいのものが作られておりましたが、初代の後半の頃から三頭身になりまして、今の御所人形も三頭身なんです。アニメや漫画でも、子どもは身体のわりに頭が大きいバランスで描かれますように、子どものかわいらしさを表すとなると、やっぱり頭が大きくなる。それが昔もわかつてたんかなと思いますね。

流れは京人形の一つなんですね。

伊東 はい。京都でできた人形はみな京人形というんです。京人形といってもいろんな人形があります。

私の先祖は、明和4年、三代目のときに、女性の後桜町天皇に見いだされまして、宮中の御所人形師として、『有職御人形司 伊東久重』の名前を拝領いたしました。それから伊東久重という名前を代々当主は継いでおりまして、私で十二代目になります。



「祈り」



天皇陛下御成婚の折に制作「春の御子」 皇居蔵

作品は、皇室のお買い上げも多いのでしょうか。

伊東 江戸時代は御所に全部納めていましたが、明治になりましてから、宮中のほうで御所人形を下げ渡されるというしきたりがなくなりましたので、それから是一般の方に売っていくようになりました、食べていけないといけませんのでね。ただ、おめでたいときがありましたら、ご用命がありまして、私のおじいさんも大じいさんも、天皇の即位のときやご結婚のときに作らせてもらっています。私も自分のときにご用命がなかったらどうしようかいなというプレッシャーがありましたがおかげさまで、今の天皇陛下のご結婚のときもご注文いただいたので、本当によかったなと思っています。

西年のご結婚でしたので、宮内庁から二ワトリを持たせてほしいというご要望でした。ただ、子どもの人形には二ワトリがどうしても合わないで、ヒヨコを持たせました。ヒヨコまんじゅうみたいやなと言われているんですけど。

ふくよかで、とてもかわいいですね。

伊東 ありがとうございます。これが御所人形の特徴である、ふくよかな三等身です。

注文以外でも人形は作成いたします。東北の大震災があったときに、何か思いを伝えたいと、『祈り』という人形を作りました。大震災のとき、親が亡くなられたり、子どもが亡くなられた方の何か癒しになれたらなと。自分らのちっちゃいとき、お母さんにこんなやつでもろたなというように思いを込めて作りました。

そちらにあるのは十六紋菊の御紋ですね。どういうときに押されるんですか。

伊東 これは寛政2年、光格天皇から、入神の作に押せと拝領したものです。入神とは神が入ることです。普通は入魂と言いますが、それ以上の、神さんが入ったようなものに、ということでも頂戴した判子なんです。十六重表菊紋、一般には十六菊花紋という御紋です。今は皇室にお買い上げいただくときだけ押します。箱書きの際、名前をつけまして、私の作と書く。その名前の上に押します。



「十六葉八重表菊紋」

いつも作品はどのような思いで作られているのでしょうか。

伊東 やつぱり、見ていただく方に、どのように見ただけのやろうかな、というような思いを込めています。かわいがつてもろたらいいな、何か癒やしになつたらいいな、そう思いながら、手をこれぐらい上げとか、あれぐらいあげとか、というようなことをいろいろ考えて作っております。

やつぱりお持ちになつた方が、かわいらしいなと、優しい気持ちになつたり、何かこの部屋明るいなと感じたときに、「あ、ここに人形があんのや」というような、そういう人形を作りたいなと思っております。また、家族が人形の周りでだんらんされたり、その人形を持った方に、たとえば、お母さんこんな言うて持っていたなとか、おば

あちゃんこつたなというようなことで、大事にしているだけのような人形を作りたいなと思っております。

**思いやりの心を積み重ねるなかで 品格が生まれる**

「品格を出すのは思いやりの心」という、表現を拝見したことがあります。もう少し説明をいただけますか。

伊東 御所人形は、品格が一番大事なことです。家を継ぐときに言われたことは、「先祖の人形を持つてくれたはる方に修理をしてくれつて言われたときに直せないかん。直せへんつて言うたらあかん」でした。それはなぜかという、「今までかわいがつてくれたはつた方に対するお礼や」ということと、また「それができるようなことになったら、おまえ、認められるんやで」というようなことでした。

それともう一つが、「品格というものを出さなあかん」ということでした。品格というのは何やらなあと感じていたことが、それはいろいろ自分で磨かなあかんということでした。「しいて言つたら、思いやりかな」というようなことをちらつとされたので、思いやりということとを考えながらやつております。相手の立場になって考える。相手がどう思っているのか、人だけと違ひまして、動物、イヌでもネコでもそうですし、草でも何でも、みんな生きてるのやなということ、それはやつぱり思いやりの心がないと、そういう感じで見えられへんのでね。それが積み重なつたら優しい気持ちになれて、品格というのはおのずから出てくると違ひかなと。自分で思うだけでですので、まあ、わかりませんけどね(笑)。





伝統文化を引き継いだときのご自身の思いと、次に、息子さん、お孫さんに引き継いでいかれるときの思いに変化はありますか。

伊東 私は20歳のときから祖父から教わりましたが、その祖父も27歳のときに亡くなったんです。一緒にやったのは7年間で、私が継いだときは、もうどうしていいかわからないような感じでしたから、今の息子たちとはだいぶ違うと思うんですけれどね。

祖父には何人か弟子がいましたが、祖父が死ぬ前に言っていたんです。「おまえ、今までみたいなこと思っていたらあかん。全員いなくなるさかいにな」と。そして、ほんまにそうなってしもうてね。ただよかつたんは、祖父から、人形の修理ができるようにしとかなあかんということ。一生懸命修理をやっていたことです。

私、十二代目ですので、先祖が11人おりますが、それぞれ癖があるんですね。同じように作っていても、自分の癖というのが出てまいりますし、またその時代時代に合った顔というのがありますから、それを全部覚えて修理をやらなさいといけません。それが勉強になったんです。

30歳ぐらいのときに京都の博物館から鹿児島島の島津さんに修理を紹介していただきまして、40体ぐらいの人形を修理しました。ああいうところは大名家の横のつながりがあるんですね。そこから広がって行って、金沢の前田さん、名古屋の徳川さん、水戸の徳川さん、最後は將軍さんの人形まで修理をさせていただくことになりました。本当にそれで食べられると言ったらおかしいんですけど(笑)、助かりました。修理を教えておいてくれたおかげでした。

私が40歳の時に、初めて東京の和光で個展を開きました。

た。その当時は人間国宝の方とか芸術院会員の方しかできないところでしたが、京都から二人若手を呼んで育てようということで、その中の一人に私も入れてもらいました。

東京でということでは心配でしたが、もう本当についていたのは、東京でファンになってくださった方が、名簿を貸してくださったんです。そして推薦文も書いてくださった。そういう方のおかげでうまくいきました。そのときみんなに、「東京が一番だからもう東京だけでやれ」と言われたんですが、京都の百貨店さんに言われました。「京都から逃げてんのかと言われまっせ」と。それで京都ですつとやってきましたが、おかげさまで、京都と東京のどちらでも、2年に1回ぐらい個展をするようになりました。ほんまに皆さんに助けてもらって、うまいこと人に恵まれております。

お仕事とはまた別に、今の世の中について、どういうふうに見ていらっしゃいますか。

伊東 今、自分のことばかり考えてる人が多いです。いろんな事件もありますので、えらい昔と違うようになったなと思っています。もつと何か道徳教育というんですかね、ああいうようなものがあつたらええかなと。日本人のいいところは、そういうところやつたと思うのでね。昔の古いものを大事にしなから、新しいものを取り入れて、というようなことがなくなつたように感じますので、またそういうような感じになつたらいいのになとは思っています。

次世代の方に対するメッセージのようなものがありませんか、ぜひお聞かせいただきたいのですが。

伊東 そうですね、やっぱり一番目を使いますね。私は夜に仕事をよくするんですけど、だんだん見えにくくなってきました。困ってます。作業は、やる時はずつとやっていますが、大体それでも、夜の10時ぐらいから始めて、5時間ぐらいですね。

### 修理は作るより手間がかかるんです

修理はどうですか、大変なんでしょうか。

伊東 大変なんです。今は、先祖の作った人形は修理しますが、よその人の作られた人形はもうしていません。以前はしていたこともありましたが、よその人の人形は、修理やし、と簡単に思ってる人がいらつしやるのでね。でも、ただひびをはがして、顔でもばばつとやついたらええのと違って、元のとおり修理しないといけませんので、それはもう、ものすごく気を使っています。持つてらつしやる方の思いがこもつてるので。時々、むちゃくちゃな人形が来ますしね。胡粉がぼろぼろだったり、胡粉の中の顔と表面の顔とが違つたり。「修理してもらつたんやけど気に食わん」と言つて持つてこられると、やっぱり顔が中と表面とで全然違う顔にされていきますね(笑)。きりつとした顔が笑つた感じになっていたりとかがあるのでね。修理された人にしたなら、それがええと思つてやつてらつしやるんでしょうけどね。よくそういうのが来て、もうかなわんなと。それと、割に修理つて簡単と思われているので、それならもうやめとこうと(笑)。ただ、先祖の作った人形は、ちゃんと修理して、また持つていただかないとあかんと思つて、させていたいております。

伊東 同じような話になるかもしれませんが、やっぱり古いものは大事にしたい。ただ、古いものばかりやつていても、これはまた発展しないので、新しいものいいところを取り入れて、また膨らましていくようにしていただけたらなと思います。私らもそうなんです。伝統として、御所人形の代々引き継いでやつてい部分と、その枝葉にちよつとした自分のものを入れてやつている部分とがあります。

私が今やつておりますのは、もともと人形が持つている装飾品として作っていましたもので、胡粉を盛り上げて彩色しているものなのですが、美術品にしたらどうかということ、人形とは別に、作りだしたんです。

ではこれは、彫っているのではなく。

伊東 胡粉を盛り上げています。個展では、これと人形が半々ぐらいです。以前、『徹子の部屋』で人形ではなく、これを取り上げてくれたことがありましてね。初めて、何か変わったものを作つたということ。孫が去年、京都市立芸術大学へいきました。息子にも継げと言つたことはないのですが、人形師になりました。この間も孫に、「個展に来られた方が、3人展やつたらええ言つたはつたで」と言いましたら、やるわつて言つてくれたんです。でも、息子も50歳ぐらいになつていますし、私も結構年なので、もういよいよと思つてましたんやけど、孫が辞めたらあかんつて言つてくれました。目が見えんようになるまで辞めたらあかんと言つてさかいに、もうこれはしゃあないなと思つてます(笑)。

一番使うのは目ですか。大体、一日何時間ぐらい作業されていますか。



胡粉を盛り上げて彩色した「高盛金彩絵」元々人形が持つていた装飾品だった

伝統の部分に新しいことを、というお話がありました。もう少しお話をいただけますか。

伊東 私が作りました人形に、「一番」、「蹴人（シュート）」、「ホームラン」というのがあります。「蹴人」を買ってくれた方に「これはもう伝統と違う」と言われました。ただ、御所人形というのは三等身の白塗りで、おめでたいときの人形なので、泣いたり怒ったり、というのはやめとかなかんのですけど、ほかは何を着せてもいいですし、割になんでもできるんです。周りでは今まであんまりそういうことはされてなかったんで、私がやったろうというところで、ちょうどその頃オリンピックがあったので、一遍それで作ってみました。ほんまは、五輪のあの輪の部分に人形を入れたら面白いかと考えていたんですけど。個展の時にその話をしましたら、「あきまへん」と言われて。オリンピックのあの輪のマークは使えないんです。人形を輪の中や上に置いたり、跳んだり遊んだりしているのを作ろうと思ってたんですが。残念でした、本当に（笑）。

**守るべきものは守る  
ただ、ちよつと新しいものを入れていかん**

伝統と革新のバランスみたいところで何が思われることはありますか。

伊東 私らの場合は、特に革新ばかりになると、継いだ意味がなくなってしまうので、それはやかましい言われていました。新しいものはすぐできる、何でも新しいのやから。守るべきものは守る。ただ、先ほども申しましたが、ちよつと新しいものを入れていかないと、古い



「福寿」

ままでしたら続いていかないのですね。個展をやっていますが、同じようなものを出していると言われるのが一番嫌なので大変なんです。やっぱりどこか、「あ、ちよつとこうなったな」とか、「あ、ちよつとこうなったな」とかがないと面白くないので。それで頑張ってるんですけど、いろんなことを取り入れて。

顔立ちも変わっていくというお話もされていましたね。

伊東 顔はほんまに、ようなつてくれたらええのやけど、だんだん変わってきました。若いときに作ったものは、きりつとした感じで。息子も今、割にきりつとした顔を作ってます、私も最初はそうでした。それがだんだん優しく、自然にそれはなっていくもんでね。

ないんですけど、ほんまに。この間も、今まで作った人形を100体ほど集めて展覧会をしましたが、「あ、これ、ようなつてな」と感じました。それはやっぱりかわいがつてくれたはるからなんです。不思議やなと思います。修理で来るのでも、かわいがつてもらっててひびが入っているのと、ほつたらかして物置に置いていてひびが入っているのは顔が違うんです。割れてても顔がにこやかな、笑うてる人形があるし、何か悲しんで割れている人形もある。私、持つてこられた方に、この人形は泣いてるって言うんですね。そして「これは物置に置いてはったんですか」と言うと、「あ、そうですねん、物置置いていたら雨が降ってこうなりましたね」などと言われる。他の人が作った人形でもわかるんです。大事にされてる人形はやっぱりどこかい顔してますよな。

今日は貴重なお話を本当にありがとうございました。

伊東 とんでもないです。聞いてもらうてありがたうございました。

インタビューを終えて

知らない世界の方にお話を聴くのは緊張する。しかし、語り始めた第十二世伊東久重氏は、穏やかな人柄であった。江戸時代中期から連綿と続く有職御人形司の世界は、すべてが手作りで、しかも長い時間をかけて一つの作品を創り上げる。その作品は、品格を漂わせている。機械化とは一線を画すことで、独自の世界を創り上げていく氏の姿勢に、日本文化の継承者としての風格を感じた。とりわけ、修理の話は、人形に対する深い思いによってしか感じることのできない世界があることを



上「一番」、下「ホームラン」

何だか心が穏やかになりますね、人形を見ていると。

伊東 いやいや（笑）。うれしいのは、おばあさんが、「今度結婚する孫に持つていかすさかいに、きれいにしよてやってくれ」と人形を持つてこられるとかですね。あいうのはほんまにうれしくてね。それでまたお孫さんが大事にしてくださって、そこからまた持つてきてくれるのと違うかなとか、思ってるんです（笑）。

**かわいがつてくれたはる人形というのは  
顔が違うんです**

伊東 人形って不思議で、かわいがつてくれたはる人形というのは、顔が違うんですね。自分が作った人形に間違い

実感した。時間の経過の中で人々がどのような思いで人形を大事にされてきたかが分かるという表現に、職人魂を感じると同時に不思議な感覚を覚えた。

聞き手：島中宗一（関西福祉科学大学教授）

伊東 久重

Hisashige Ito

PROFILE



昭和19年 京都市に生まれ、大学在学中より人形作りの修業を始める。  
昭和53年 有職御人形司第十二世伊東久重を継承。  
主な展覧会  
佐川美術館、美術館「えき KYOTO」、科学万博日本歴史館、京都高島屋グランドホール、日本橋高島屋ホールなど。  
主な個展  
東京銀座和光ホール、京都高島屋美術画廊、北村美術館四君子苑など。  
主な作品収蔵先  
皇居、秋篠宮家、常陸宮家、三笠宮家、高円宮家、京都御所、京都迎賓館、二条城、京都大学芝蘭会など。

# 視覚化される味覚

## 「映(ば)え」と「離(ばな)れ」の遠心的美学

武庫川女子大学 社会情報学部教授 藤本 憲一  
ふじもと けんいち

味覚というのは、基本は生理学的な感覚ですが、それだけではなく、情報、文化、社会、心理の要素も受けているのではないかと考えています。それに関連して、「インスタ映え」という現象と、「離れ」という現象があります。「車離れ」「お酒離れ」のような、いわゆる若者の〇〇離れは生活のいろいろな領域で見られ、若者の消費が低迷しています。もつと言うならば、子ども離れ(少子化) や結婚離れのような、これまでの既成の社会におけるルールからも離れていっています。私は、その「離れ」の現象が遠心性を持った一つの文化的な運動ではないかと考えており、今日はそういうお話をさせていただきます。

### 「映え」に求められること

まず、「インスタ映え」現象についてです。これはご存じのように、インスタグラムというSNSの一つのアプリで、もうそこそこの歴史になるのですが、2017年には流行語大賞も取り、話題になりました。それから6年も経っていますので、一過性の現象ではなく、定着

した文化形態と言えるでしょう。

今の若い人たちは、もうとにかくご飯を見たら写真を撮ります。いくら湯気を立てておいしそうに見えても、そこがつつくのではなく、まず料理の写真を撮ります。または、その料理越しに自分の写真を撮る、自撮りですね。そうでないと食事は始まりません。しかも、その撮った写真は、見栄えが良く、「映える」ものです。しかし、それは料理として見栄えがいいというよりは、料理のお菓子化、玩具化、あるいはこれを建築として見るならば、その造形が面白いという「見栄え」です。そういう理由から撮っていくわけですね。

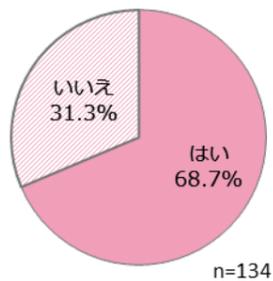
「インスタ映え」で検索すると、いろいろな写真がどんどん出てきます。今日び、僕らの世代でも、おいしいお店を探すために、Googleを使って検索することを「ググる」と言います。そういう情報を検索することは基本行動ですが、今の若い人は「ググる」から、「タグる」に変わっています。Googleアプリを使うのではなく、このインスタグラムを使って、ハッシュタグ(＃)が付いたキーワードから、どんどん検索していく。場合によっては「TikTok」という動画アプリから検索していく。

### 味覚の遠心化

味覚の発生機序について説明します。まず、食べ物や口の中に入れる前には、様々な情報が先入観として入ってきます。時間的にも空間的にも、口から遠いほうから、言語情報、視覚情報、聴覚情報が入り、口の手前に

なって嗅覚情報が、そして口の中に入れて味覚が発生し、その味覚を口に入れた瞬間から、感想を口で発していく。誰もが総ソムリエ現象で言葉にしていく。そしてまた言語情報が発生し、そして写真に撮った視覚情報へと、どんどん広がっていくわけですね。つまり、味覚という一つの世界には、視覚や言語の大きな広がりがあるということです。ですので、味覚という一瞬に向かつて、先入観のような、言ってみれば純粹な味覚にとっては夾雑物になる情報も「味」の中に入っていくわけですね。若者の舌はまだ未発達で、弁別能力も低いのですが、そういったいろいろな情報が味覚に影響を及ぼしていきます。だから、味に関する五感情報が時間差でオーバーラップして、リエゾンしていくように考えられるわけです。図2はそれを図解したものです。口の中の一瞬である味覚や触覚は、口に入れないと感ずることができませんが、その外側に嗅覚、聴覚、視覚があり、そして言語情報が大きく広がっている、という味覚をとりまく時空世界です。

Q. インスタ映えを意識して写真を投稿している？ ※単一回答



Q. 「インスタ映え」に必要な条件は？ ※自由回答

順位	回答	%	順位	回答	%
第1位	おしゃれ	33.8%	第6位	統一感	7.5%
第2位	かわいい	31.6%		色合い	7.5%
第3位	画像加工	12.0%	第8位	風景・背景	6.0%
第4位	綺麗	9.0%	第9位	撮り方	5.3%
第5位	カラフル	8.3%	第10位	いいね♡	3.8%

図1 「GIRLS'TREND 研究所」の調査 (2017)

本来、味というのは求心的な本質を持っていて、口の中へ、舌へ、というふうになら求心化していくものですが、そうではなく、今の若者の味覚そのものが遠心化していると言えます。味わっている舌の感覚よりも、その写真を撮り、言葉で表す間接的体験に意識が向いていて、味という感覚器官が、視覚情報や言語情報に汚染されている。逆に言うと、その視覚情報や言語情報込みで味覚が成立しているということですね。それは、成人の味覚よりも、その傾向が強いと思います。もちろん、僕ら世代にも共通している部分があります。グルメ情報や、日本の伝統的な文化的なバイアス、こういったものは非常に大

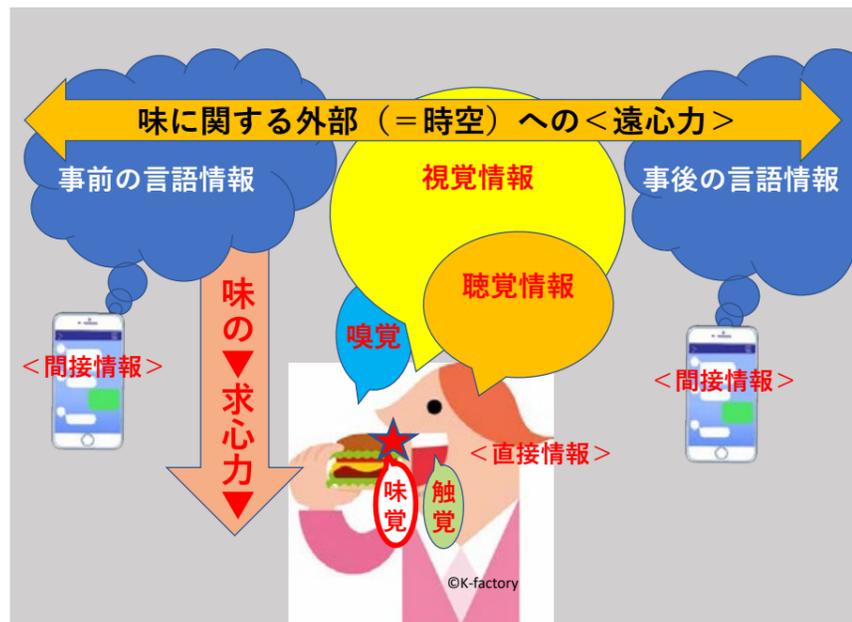


図2

切なんです、それは違うかたちで、こういった五感情報が味覚に影響を及ぼす遠心力、それから求心力がせめぎ合って成立していると考えられるわけですね。

### 「遠心」美学と「求心」美学

この遠心性というのは、今の若者のインスタ映え現象だけかという、実はそうではなく、「茶」に代表され

そうやっておいしい店を探しているんですね。そのためには、「映え」が大事だということですね。

インスタグラムは味覚より視覚重視、というのが、INSTAGRAMがブームになった2017年のGIRLS'TREND研究所の分析結果です(図1)。おしゃれ、かわいい、を重視した、見栄えの問題であるということです。和食であるが、洋食であるが、カラフルでお菓子的な色合いになっていくと「映える」。また、盛り付けを高く積もらせると非常に受けがいい。今、何でも盛ろうとしていますよね。顔を化粧できれいにすることも「盛る」と言いますね。もともと皿にきれいにさせる「盛りつけ」は、フレンチでも和食でもありますが、若者のインスタ映えの「盛り」は、高さを出す、立体型にするというのが一つの特徴です。かわいくてカラフル、おしゃれな雑誌風で、日常というより非日常、言ってみれば、お皿の上にテーマパークがあるような感じですね。そして、和食なのに〇〇、フレンチなのに〇〇、という意外性、ミスマッチ、違和感、規格外、サプライズ感、それから一つのストーリーがあるようなものが好まれているということです。

コーヒーを好きな度合い (単一回答、n=1,100)

(%)	コーヒーは好きで、豆選びや入れ方にもこだわりがある	コーヒーは好きで好きなカフェやメーカー・銘柄がある	コーヒーは好きで市販のものをよく飲んでいる	コーヒーは好きだがカフェインの取りすぎを考えて控えている	コーヒーは飲むが眠気覚ましや気分転換・カフェイン摂取が目的	コーヒーは好きではない(飲めない)	コーヒー好き・計
全体(n=1,100)	8.5	11.7	42.1	7.6	13.2	16.8	62.4
男性(n=550)	9.3	10.0	48.7	5.5	13.6	12.9	68.0
女性(n=550)	7.8	13.5	35.5	9.8	12.7	20.7	56.7
20代(n=220)	6.8	6.8	30.5	8.2	15.5	32.3	44.1
30代(n=220)	6.8	15.5	35.9	8.6	12.3	20.9	58.2
40代(n=220)	8.6	10.5	43.6	7.7	12.7	16.8	62.7
50代(n=220)	8.6	11.4	50.5	6.4	15.5	7.7	70.5
60代(n=220)	11.8	14.5	50.0	7.3	10.0	6.4	76.4

引用元：(株)株式会社クロス・マーケティング マーケティング・リサーチ調査レポート (2022)

図4

そのような伝統的な日本の美学においても、眼福にあずかる、のような言葉でも見られます。もちろんお茶を喫する、この一瞬の味は大事ではあるのですが、器、全体のしつらえ、茶室、お道具、すべてが「茶」の世界です。茶の文化、経済、伝統、美学は、非常に大きな遠心的な要素を持っているんですね。「茶」という飲料そのものの一瞬の味覚からは、相当遠くに発達している。ですから、インスタ映えの遠心性とは違いますが、非常に歴史的に伝統のある遠心的な美学と違って、非常に、食をそれに対して、口に入れてすぐその味を言語化、食をそのままレポートするという「食リポ」は、遠心性ではなく、口の中に入れた瞬間にしゃべるといって「芸」です。ソムリエも同じような芸を持っていると言えます。食リポは、美しかったり、醜かったりいろいろありますが、基本的にソムリエは美しい芸術とされています。ワインを口に含み、「この枯草を3カ月乾かして、秋の日の中にのぼり立つその香りを嗅ぎながら…」のようなソムリエ言語を使います。

図3は「美・醜」と「求心・遠心」を座標軸において、各言葉を振り分けたものです。縦軸は美しいか、醜いか、で分けられています。食リポの中には、「うわっ、まずい」ということもあるので、縦軸としては図の左下のほうに置かれます。ソムリエは、基本的にいかに美味しいかを前提として、様々な言葉で表現するので図の左上の方に置かれます。

インスタ映えは、美しいものなどに対して口から遠ざかって視覚化する、あるいは言語化する、図の右上に置かれます。伝統的な茶の美学、茶道は、お茶が口の中にあるとき以外にも、千家十職(せんけじっしよく)のような、茶杓を一本作るだけで大きな芸術が成立する、という世界があるので図の右上に位置します。それに対

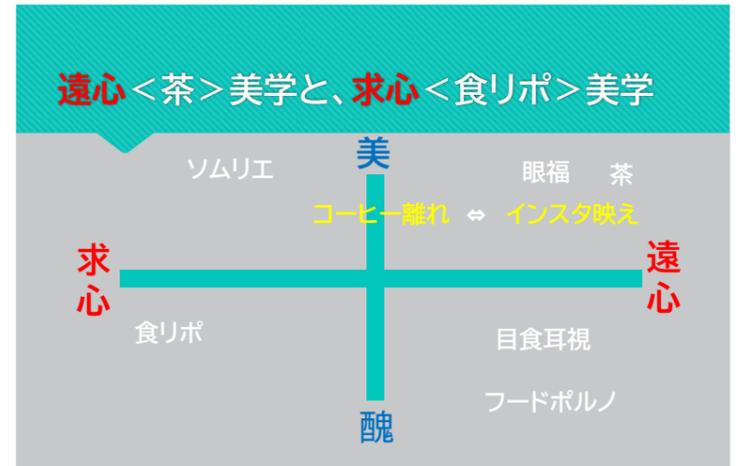


図3

やたばこなどは、文化でもあったわけですが。2003年に『コーヒー&シガレッツ』というアメリカ映画がありました。それはまさしく僕たち世代が過ごしたコーヒー風景で、卓を囲んでコーヒーカップとたばこがある、という世界でした。カフェや家庭でもそういう風景はあったわけですが、そこから離れ、消費量も減ってきています。若者が「好き」という心理と、消費局面での「好き」(消費嗜好)とは、また違う話であるというのが、この「コーヒー」に現れているんですね。

さらに「コーヒー」に焦点を当ててみます。図4を見ると、年代が下がるにつれ、コーヒーが飲まれている比率は減っている、僕が指摘したのと同じように、マーケティング的な事実も、若者はコーヒーから離れている、と分かっています。ただ、「コーヒーを飲みますか?」という学生アンケートでは、図5のような感じなんです。嫌いなわけではないのかわかりませんが、よく飲むのは3分の1で、ほぼ毎日飲むなんていう人は少ない。週2、3回飲む、たまに飲む、こういう人たちはどう見るといふことですね。どうもこれが、コーヒーが好きか嫌いかなった場合、好きだという回答になるようです。ただ、3分の1は全く飲んだことはない。そんなにたくさん飲まない人がいるのに、好きか嫌いかわからない、その飲まない、たまにしか飲まない人たちも、コーヒー好きだと言っている。

コーヒーの何が好きなのかと質問すると(図6)、コーヒーを好きな要素、飲む理由はいろいろあります。が、「味が好き」が一番多い回答になっていました。飲まない理由については、「苦味や酸味が苦手」「おいしく感じない」と、結構嫌いな人もいました。それにもかかわらず、コーヒーが好きか嫌いかわからない、やはり、好きだと答えるんです。

する右下に位置する醜いものとしては、そういった「食べる」ことから遠ざかりつつ、食べることを見せびらかす、下品にあおり立てるフードポルノという言葉があります。他にも「目食耳視」(見た目にとらわれ、味よりも外見が豪華な食べ物を選び、世間の評判を気にして衣服を選ぶこと)という言葉もあり、これは昔からある遠心的な傾向を批判する言葉ですね。「インスタ映え」は風俗現象ではありますが、この座標軸に位置づけてみますと、そうひどいことでもない。美的な傾向と方向性は、洗練された茶の美学とはだいぶ違いますが、口の中から遠ざかって視覚化し、言語化するという点で

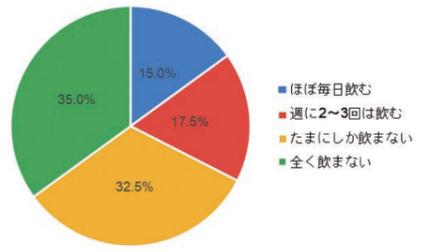
は、遠心性という共通点があるということ。この映えが、今度は「離れ」につながっていきます。

**若者の〇〇離れ**

基本的なインスタ映え現象を踏まえたうえで、今年の大学の大学生が書いた卒業論文を題材に、もう少しお話を進めていきたいと思います。実は、学生と卒業論文の大詰めという時期に、この「離れ」現象について、特に「若者はコーヒー離れをしていますが、この問題についてどう思うのか」と学生たちに問いかけたところ、「いや、全然、私たちは離れていません」と反論してきました。「いやいや、そもそも消費量がぐくくと減ってるやろ?」と続けると、「それ、消費量だけですよね?」と言った。「消費量が基本の事実であって、それを無視するのか」と言っていると、「いやいや、実は私たちの心にあるのであって、私たちはコーヒー大好きです、離れていません」と、結構議論になったんです。これも遠心性が隠れたテーマになっているんですね。

「キャンブル離れ」、「たばこ離れ」、「車離れ」、「テレビ離れ」、「お酒離れ」など、いろいろな「離れ」があることはマーケティング業界での常識です。離れてもらっていいこともあるかもしれませんが、ただ、キャンブル

あなたは普段、コーヒーを飲みますか?



いつからコーヒーを飲むようになりましたか?

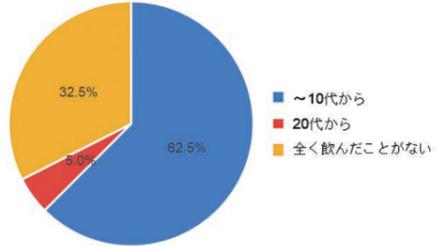


図5

コーヒーを飲む理由として、当てはまるものを選択してください。(複数選択可)



図6

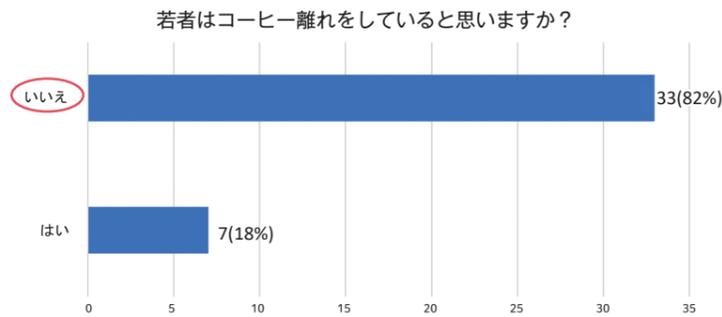


図7

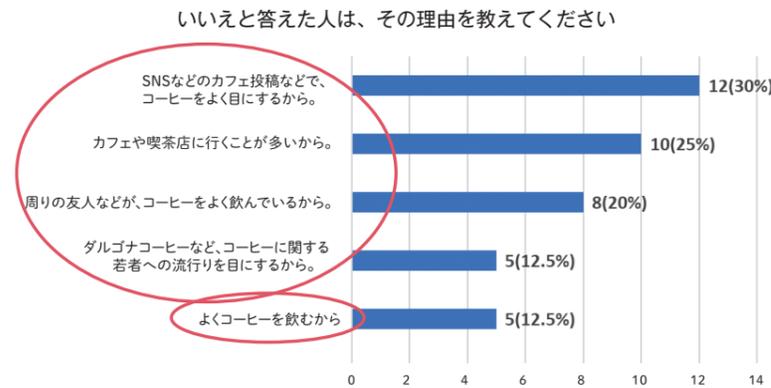


図8

コーヒーやカフェのSNSを見ていることが味覚に影響してきている。コーヒー的な環境に毎日ふれていることが重要な体験になっているんですね。ですから、コーヒー映えの風景としては、すぐ飲むのではなく、まず喫茶店の中で写真を撮ります。その撮っている瞬間にも、コーヒー好きが増している。香りが飛ぶ前に、熱いうちに飲めよと思うのですが、間接的な撮影行為によってコーヒーが好きになる。他にも、コーヒーは写真の中に映っているけれど、横に映っているキーキがメインだったりする。あるいは、店内のインテリアがメインだったりするわけですね。これも含めて「コーヒーの風景」「コーヒー映え」ということです。だから、僕ら世代がジャズ喫茶で、何も食わずに延々とたばことコーヒーをたしなんだ、という世界とは、違う意味でのコーヒー好きということですね。

そして、「コーヒー離れをしていると思いますか」という問いに対しては、「いいえ」、コーヒー離れなんかしていません、というのが、アンケートに答えた一般学生への圧倒的な回答です(図7)。

その理由は、「SNSで接しているから」、「カフェに行くから」というコーヒーへの接し方にあります(図8)。先ほどの味覚世界の広がりを中心「毎日口に入れて」だけでなく、時空自体が広がっているんですね。だから、毎日コーヒーを飲んでいるというよりは、毎日

「#コーヒー」で検索するとたくさんの写真が出てきますが、コーヒーが写真の一隅にあるだけでもコーヒーの風景とされています。拡大解釈されているわけです。遠心的な方法でコーヒーを愛する。コーヒーは脇役にしか見えなくても、コーヒーの風景として認識されている。もう実物のコーヒーは一点に収斂して、その外側に遠心的にコーヒー的な風景が広がっているのです。

戦国時代の『雑兵物語』という古文書によると、当時の武士は1日6合のご飯を食べたとあります。玄米だと思えますが、その消費量と比較すると、今はもうほとんど食べなくなったわけです。それでも、われわれのお米好きさはむしろ増している。20万円の高級炊飯器でご飯を食べて味わっている。これ、若者のコーヒー好きと似ているんじゃないか？と考えられるわけです。即物的には米の消費量はほとんど低下しているけれど、米のおいしさはどんどん増す一方ですし、僕ら日本人のお米好きもますます増している、そういうふうにも言えるかなという気がします。

常に戦略的に若者狙いに成功していて、フラペチーノの生みの親です。フラペチーノは、砕いた氷半分、それからカプチーノ半分という、フラッペとカプチーノをかけた言葉で、コーヒーではあるけれども、限りなくデザートに近いものです。

2023年3月のスタバの公式インスタグラムを見ますと、「スタバ桜シリーズから抹茶フラペチーノが発売です」と出ていました。まさに視覚中心のキャンペーンですね。「抹茶」×「桜」、コーヒー屋なのに、全く茶色いものがなく、桜色で売っている。もう、カフェそのものがこれで商売しているので、何とも言いようがないですね。広告のイラストも、「これコーヒーですか？」というもので、若い男女にまっすぐ訴求している、全く茶色くない世界です。グッズもいろいろ売出されていますが、やはりコーヒー色をしたものがない。かろうじて茶色いのはロゴぐらいですね。

### 嗜好品化と一般化(コモディティ化)

この「消費量は好き嫌いに関係ない」という現象は、実は、ほかのジャンルでもあります。それはわれわれ大人でも見られることです。例えば、和食というジャンルでいうと、顕著な現象としては、お茶やお米で見られます。お茶は、先程の伝統的美学でなくても、文化として今も愛好されています。ところがお茶の消費量自体は伸び悩んでいます。もっと顕著なのは、お米です。お米の消費量は、僕が生まれた頃から比べますと、今は半分ぐらいいなくなってしまっているのですが、日本人のお米大好きというのとは全然変わっていません。例えば、10万、20万かかったとしても、とてもおいしく炊ける炊飯器を買い求める。これは、主食であるお米が嗜好品化してい

る現象といえます。

僕ら世代にとってコーヒーは、昔から日本にあったお茶やお米とは逆に、ジャズやロックンロールのように、外から来た文化、とんがった文化として、受け入れられてきました。むしろ嗜好品でした。今の若者にとってコーヒーは生まれた時からあるもの、ずっと普通にあるものです。また、フラペチーノのような変化した形で、非常に薄く広まって、日常化している。こういうのを、嗜好品、とんがった商品と対立する意味で、コモディティとよく言われます。

本日の遠心的美学の可能性、これは果たしてお茶のようになり成熟していくのか、あるいは単に味覚というものから遠ざかっていくだけで、大した文化にはならないのか。若者のインスタ映え、遠心美学、消費量としてのコーヒー離れと、心理面としてのコーヒー好き、その進行は、巨視的に見ると、味覚というものの不思議さ、量を食べるから好きというわけではないという問題、そして日本の文化として受け入れられるか、受け入れないか、というような問題にもつながってこようかと思えます。



### コーヒー文化の現代での変化

カフェで頼む飲み物も、コーヒーではなく、例えば、抹茶ラテ、キャラメルマキアート、フラペチーノなどであつたりします。フラペチーノなんてコーヒーが入っていないものがほとんどですが、ものすごく好まれている。「それ、コーヒー好きと関係ないのでは？」と僕は思うのですが、これも含めてのコーヒー文化になってきているんですね。このように、Z世代と呼ばれている10代、20代は、コーヒーをとっても身近に感じていて、全体の消費量は減少傾向ですが、コーヒーに対する嗜好度、好きさは増している。コーヒーらしさみたいなものを、自分のものに感じている、こういうことなんですね。そして今、若者にとっての喫茶店の一つの典型がスターバックス、通称スタバです。

スタバは、コーヒー風景の一つの提供者としては、非

## 藤本 憲一

Kenichi Fujimoto

### PROFILE



1958年、兵庫県西脇市生まれ。大阪大学大学院人間科学研究科・博士前期課程修了。編集・広告・都市計画の現場、武庫川女子大学講師・准教授を経て、現在、同・社会情報学部社会情報学科教授(生活美学研究所研究員を併任)。専攻は文化社会学・情報美学・メディア環境論。著書として『ポケベル少女革命』『戦後日本の大衆文化』『Personal, Portable, Pedestrian: Mobile Phones In Japanese Life』など。

# 2024年度 研究助成の募集

## 募集分野



ひとの健やかで心豊かな未来を実現する研究  
若い研究者による意欲的な研究  
SDGsにつながる研究を助成します

採用実績のある方の再チャレンジもお待ちしております

募集  
期間

2024年 **4月1日** ～ **4月30日**

- **研究助成金**  
1件につき20万円～100万円（2023年度 14件採用）
- **研究期間**  
2024年9月～2025年8月末までの1年間（研究期間は原則1年間とします）
- **応募資格**  
日本国内において上記募集分野に関する研究を行う人
- **選考結果通知**  
2024年7月上旬に採否を申請者全員に通知します。
- **助成金交付**  
2024年8月より交付します。  
※営利目的の研究には助成できません。  
※個人への交付はできません。団体・組織に限ります。

詳しい内容は財団のホームページでご確認ください。  
(<https://www.jnhf.or.jp>)

# 2023年度 研究助成採用結果

分野	氏名	所属	研究課題
食品	佐々木 努	京都大学大学院農学研究科	過剰飲酒を予防する機能性食品の開発
	多田 敬典	至学館大学健康科学部	抗老化作用を有する機能性食品の社会的孤立性認知症様症状および脳内細胞老化に対する効果の検討
環境	高芝 麻子	横浜国立大学教育学部	二十四節気・七十二候を用いた生物文化多様性教材の開発ー環境・古典・美術・ものづくりの学際的視点からー
	伊藤 禎彦	京都大学大学院工学研究科	地域社会を取り残さないための自律分散型水利用・供給システムの構築
医学	藤田 幸	島根大学医学部医学科	脳機能低下のメカニズム解明とその予防への展開
	宗 可奈子	京都大学大学院薬学研究科	高齢者における味覚障害の予防・治療法確立に向けたメカニズム解明
	土谷 正樹	京都大学大学院工学研究科	生体内環境における細胞代謝機構の解明に向けたグルコース取り込み活性の新規1細胞計測技術
	吉田 美貴	筑波大学附属病院放射線診断IVR科	深層学習やRadiomicsの手法を用いたMRI画像解析による子宮筋腫と子宮肉腫の鑑別
	福光 甘齋	藤田医科大学医学部	in vivo イメージングで明らかにする孤独認知機構
	渡辺 翔	草加市立病院消化器内科	魚介類に対する成人の食物蛋白誘発胃腸炎／Food protein-induced enterocolitis syndrome (FPIES) の病態研究
福祉	平池 勇雄	東京大学保健・健康推進本部	褐色脂肪細胞の鍵因子NFIAが肥満、糖尿病、心疾患を抑制するメカニズムの理解から精密医療への展開
	森 拓也	京都大学医学部附属病院	研究から「ひとの人權・福祉」を守るための試み～「研究から自分の身を守るためのチェックシート」の開発～
	中江 優花	京都大学大学院アジア・アフリカ地域研究研究科	インクルーシブ教育をめぐるエスノグラフィー研究ーインド・ケーララ州の事例から
	富永 京子	立命館大学産業社会学部	若者たちを孤立と不安定から救う方途としての職住同一型協同組合に関するアクション・リサーチ

助成件数 : **14件**  
助成金総額 : **1,300万円**

ひと・健康・未来研究財団は、  
熱意あふれる研究者を  
これからも応援してまいります。

『ひと・健康・未来シンポジウム』のご案内

市民公開講座 第29回 ひと・健康・未来シンポジウム 2023 大阪

対面  
オンライン  
同時開催

テーマ

## 変貌する食と栄養：現代社会が問う食べることの意味

日時：2023年12月16日(土) 13:00~16:00

場所：梅田スカイビル スペース36L  
(タワーウエスト36階)

講演1 「食と栄養の現代」

伏木 亨 シンポジウム企画/コーディネーター  
甲子園大学 学長/栄養学部食創造学科 教授  
公益財団法人ひと・健康・未来研究財団 理事

講演2 「可視化される味覚：

「インスタ映え」時代の食文化」

藤本 憲一 武庫川女子大学社会情報学部 教授

講演3 「美に迫る現代微量栄養素学」

石田 哲夫 甲子園大学栄養学部栄養学科 特任教授



参加申込

本シンポジウムは、会場参加とオンライン参加で受け付けます。

必要事項を記入の上、以下の方法でお申し込みください。

参加を受けましたら「受付完了」を返信します。

- ① 会場参加 (定員 200名) → 電話・FAX・メールでお申込み下さい。
- ② オンライン参加 (定員 500名) → メールでお申込み下さい。

<必要事項>

参加方法 (AかBどちらか)・お名前・ふりがな (複数の場合は全員分)・連絡先

TEL & FAX : 075-212-1854 / E-mail : hitokenkoumirai@jnhf.or.jp

公益財団法人ひと・健康・未来研究財団・事務局 まで



財団ホームページ  
https://jnhf.or.jp

機関誌第35号をお届けします。  
特集「身体を通してここを感じる―ポストコロナ社会で幸せを感じる生き方を探そう―」は、明和理事の企画で2023年7月22日に京都大学医学部構内にある芝蘭会館・稲盛ホールにおいて対面で開催されたものです。大平英樹氏の脳は予測によって「心」を創っているという話、佐野登氏の「羽衣」の実演、萩原圭祐氏のレジリエンスの話、コロナ禍で3年間機が熟すのを待ちわびたように4人の息が合っていた。身体と心について、改めて学ぶ機会となった。  
スペシャリストインタビューは、2023年5月12日、有職御人形師・第十二世伊東久重氏を自宅の工房に訪ねた。江戸時代中期から連続と続く御所人形師の世界は、すべてが手作りであり、しかも長い時間をかけて一つの作品を創り上げる。機械化とは一線を画すことで、独自の世界を創り上げている氏の姿勢に、日本文化の継承者としての風格を感じた。  
未来研究会の報告は、2023年3月2日に開催された藤本憲一氏の「視覚化する味覚」「映え」と「離れ」の遠心的美学―です。求心性・遠心性の横軸と美・醜の縦軸で構成される4つの理念型から、若者を中心とした「インスタ映え」を「味覚の視覚化」現象と捉えるオリジナリティな発想が刺激的でした。激動する地球社会にあって、地に足をつけながら、未来を拓くためのヒントを提案していきます。ご期待ください。

編集委員長 理事 島中 宗一

vol. 35  
2023. 11  
編集後記

コラム 第4回

## 「ニューノーマル」の時代に

2023年の夏は、記録的な猛暑の季節として人々に記憶されることでしょう。各地で真夏日、猛暑日が連続し、最高気温の記録が更新されました。今夏の猛暑はエルニーニョ現象と偏西風蛇行の影響とされ、異常な暑さが北半球各地で頻発しました。京都が37、38℃であった日に、マニラ、ジャカルタ、ニューデリーの気温が29~31℃であったのにも驚きました。もはやこの気象は「異常」ではなく、新たな常態すなわち「ニューノーマル」で、それに合わせて我々の生活様式を変化させることが必要だとも言われます。

地球上の気候が温暖化した原因は人間などの活動によって出る二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)で、石油や石炭といった化石燃料の消費を極力減らさなければ人類の生存が危うくなる、という説は大変説得力をもつ主張のように聞こえます。しかし、平均気温の上昇以上に我々が実感する最近の高温や生態系の変化は、人間活動で出るCO<sub>2</sub>が増えたことだけではとても説明がつかず、もっと大規模な地球環境の変動が起こっているのではないかと考えてしまいます。地球温暖化のメカニズムは、果たしてどこまで科学的に解明されたのでしょうか?環境問題にしばしば見られる感情的な論争や政治的な駆け引きではなく、データに基づく科学的な解明と冷静な議論が求められます。

猛暑の中で、一つの清涼剤となったのが、NHK連続ドラマ『らんまん』ではなかったでしょうか。牧野富太郎博士(1862-1957)をモデルにしたこのドラマでは、植物に対する深い愛情と探究心をもった主人公の生き様と、彼を取り巻く人々の人間模様が面白く描かれていました。牧野博士は、純粋な好奇心から出発して、植物の収集、分類、新種の発見・命名に生涯を捧げ、わが国植物分類学の基礎を築きました。彼が78歳の時に出版した「牧野日本植物図鑑」は今でも研究者や植物愛好者のバイブルで、後継者により増補改定が続けられているということです。このドラマを見て、身近な草花の美しさを再認識された方も多いのではないのでしょうか。

植物学は、派手さの少ない研究分野ですが、最近の研究によって、植物の生理や生態についての新しい事実がいろいろ明らかにされています。植物は、決して外界に対して受け身の存在ではなく、環境の変化や昆虫などの活動に活発に反応し、植物同士が化学物質などによってさまざまなコミュニケーションを行っていることがわかってきています(例えば、本誌vol.34掲載の塩尻かおり先生の論文参照)。

CO<sub>2</sub>の吸収、空気や土壌の浄化、保水機能などによって、植物は我々の生存を支えてくれています。また、植物の緑や花の色が人間の情緒に与える影響も再評価されています。気候変動の問題が身近に迫ってきた今こそ、山野や路傍の植物の美しさにもう一度目を留め、我々を取り巻く環境について考えてみてはいかがでしょうか。



女神湖(長野県)の秋  
筆者撮影



Profile

しおた こうへい  
塩田 浩平 公益財団法人ひと・健康・未来研究財団 理事長  
京都大学名誉教授・滋賀医科大学名誉教授

1946年三重県生まれ。京都大学医学部卒業。国立遺伝学研究所研究員、米国ワシントン大学客員研究員、ベルリン自由大学客員教授、京都大学医学部助教授、教授等を経て、京都大学医学研究科長・医学部長、京都大学理事・副学長、国立大学法人滋賀医科大学学長を歴任。ヒトの発生学、先天異常の成因・発症機序・予防について研究。著書に「Color Atlas of Clinical Embryology」(Saunders、共著)、「人体発生学講義ノート」(金芳堂)など。