

## 思い過ごしでしょうか？

—— 錦戸 悦夫

外来で診療していると、高齢の患者さんたちに「この薬（サプリメント等の市販薬）は、効きますか？」とか、「この電気治療の器械は、効果がありますか？」という質問をよく聞きます。県外に住んでいる孝行息子（娘）がテレビやインターネットで知り、体によいということで送ってくれたらいい。安くもない商品を送ってくれた気持ちを考えると無碍に「効果はないよ！」ともいえません（すべて効果がないとはいませんが）。その場はナントカ当たり障りのない言葉で説明し患者さんをかえします。以前からこの種の質問では、いつも「どう答えたものか？」と悩まされます。

最近テレビや新聞・雑誌等での宣伝・報道が、少しきすぎているようにもかんじます。特にテレビの影響は大きいようです。「どう見てもこんな効果があるはずはない。」というもので、毎日テレビにでるとほんとうに効くんじゃないかと真剣に聞きにくる人もいます。とにかく報道関係の方々も少しは、自社の報道に関してもっと責任をもって報道してほしいものです。といっても最近の報道関係の不祥事・事件等を見ていると、現在の報道関係者（すべてとはいませんが）の認識では、自浄作用を求めても無理な話なのかもしれません。

果たして特定の食材やサプリメントを飲んでいると、どれだけ健康で長生きできるのでしょうか？むしろ副作用のほうが気になります。先日市販薬（医家向けにも出されている）をサプリメントとして、常用量の10倍量を服用している20歳代の女性がいました。テレビで美容によいということでこの量を飲んでいたので。

1900年生まれの私の祖母は、現在まったくの健康体とはいませんが、いまだに年を重ねています。彼女がサプリメントおよび特定の食材を食べていたとは一度も聞いたことがありません。そもそも長寿国日本を支えてきたのは、世界に冠たる国民皆保険が果たしてきた役割のほうが大きいのではないのでしょうか。

またマスコミと結びついたこの種の急成長業界（善くも悪くも）が、どのくらい巨額な収益を上げているのかわかりませんが、「このような資金が暴力団や悪の枢軸国に流れたりすることはないのでしょうか不安です。」と考えるのは思い過ごしでしょうか。

## 心のメダル

—— 村上 茂樹



夏の「甲子園」が終わり、秋も深まり、冬の訪れの中で始まる学生の三大駅伝は、10月の出雲での全日本大学選抜ロードリレー、11月の伊勢路での全日本大学駅伝、そして、正月の「箱根駅伝」であるが、全ては、最後の「箱根」に集約され、前二者は、ただの前哨戦といっても過言ではないであろう。20年

程前に、テレビ放映されるようになってから、平均視聴率が毎年30%近くを維持し、全国で4000万人以上もが視聴するというこの「箱根駅伝」も、かつては、一部の熱心な駅伝と陸上ファンのものでしかなく、NHKラジオの実況中継が頼りであった。

私の学生時には、体育学部の長距離の選手達とも同じグラウンドで練習でき、学部の壁を越えて、練習方法のみならず、競技への姿勢や考え方も身近に学ぶことができ、今でも貴重な心の財産となっている。自分の場合、肉親との死別を契機に、その悲しみを忘れるように、ひたすら毎日走り続けて練習するようになり、毎月の走行距離も600キロを超え、恩師の沢木啓祐教授（日本陸連強化委員長）より、箱根駅伝合宿への参加を二度お許し頂いた。この「箱根駅伝合宿」は、心身共に苛酷な実体験であった。

練習と共に合宿所の中でも、大会前日に登録変更されて付き添いに回った選手達や合宿所の一台きりのピンク電話の前で監督からのメンバー交替の電話をじっと待ち続ける補欠の選手達に気遣いながら、出走する選手達の体調管理やサポートに努め、微力ながらチームの二連覇に貢献できたことは、人生の宝となっている。

あの時から25年が過ぎた現在でも、冬の訪れと共に「箱根駅伝」が恋しくなり、12月の下旬に登録メンバーと区間配置が発表されると、各校の戦力分析や補欠からメンバー変更で出走する選手を予想するのが楽しみだ。このため、前夜の元旦は、明日のレース展開を予想して寝付けないのも毎年である。

昨年は、母校のチームが、往路優勝を遂げ、大差で復路の8区に入ったが、主将がまさかのブレーキを起こして、夢遊病者のような足どりで辛うじて9区に襷をつないだものの、総合優勝を逃してしまった。

この無念さを晴らすため、今年は、総合優勝に立ち合うために元旦に上京した。往路優勝を遂げた夜、箱根の母校の宿舎にも入って、監督とも対談することができた。

