

【著書紹介】



『老いと寿のはざままで：人生百年の健やかを考えるヒント』

森望（著）（日本橋出版）（2023）の紹介

森 望

福岡国際医療福祉大学・医療学部・教授

大学院で老化研究を始めたころ、時々行き詰まることがあった。少し経験を積んでくると、常に複数の実験を並行して走らせて、それを自分の研究スタイルとした。そうすることで、少しは気の減入りを減らすことができた。何か一つでもうまく進めば、それが救いになる。科学研究は真実を見極めることだと信じていた。実験科学の研究者たち、その世界はとても崇高なものだと自画自賛する若い自分がそこにいた。世の中には揺るぎない真実がある。セントラルドグマやワトソンとクリックの二重螺旋はシンプルで美しい。確かに、そう思ったが、感動はなかった。合間で読んだ小説の方が、はるかに心震える感動を教えてくれた。真実ではなく、作り話に感動してしまうのは何かおかしい。だが、それが人間の本性なのだろう。それは、きっとその作り話に人がからむからだ。人の心がからんでこそ、そこに心震える感動が生じる。科学より大事なものが、確かにあった。

無論、科学の啓蒙書もかなり読んだ。しかし、それよりもしだいに、随想とかエッセイの類を好んで読むようになった。そこには、小説よりも真実があるように感じられたからだ。一番は串田孫一の随筆だった。それは、感動というより、落ち着きをくれた。ところが安らぐ。

原点に戻してくれる。地下室での長い実験のあと、夜遅くに帰宅して、一人の寝城でそれに触れるわずかの時間が救いだった。

生化学、分子遺伝、神経科学をからめながら、老化の基礎研究を長年続けるうちに、自然に自分も歳をとった。いつのまにか還暦を過ぎ、定年を迎え、古希も近い。若いころから老化研究者だったが、それがすっかり本物の老化研究者になった。老化を研究する者であり、老化した研究者でもある（長寿科学振興財団「健康長寿ネット」エッセイ「老いの科学・長寿への道」第1回：老いの遍歴）。しかし、もう「研究」の場はない。それは奪われた。老化研究者から研究の場を奪えば、残るはただ老化した者、ただの老人である。大学や学会等での役職もすべてなくなって、寂しく思うこともあったが、ある意味では楽になった。時間もできた。そして、時間とともに少し落ち着いてきた。

最近「老い」を考えるよりも、それ以上に「人生」を意識するようになった。これはある種の「逃げ」ではないかと思うこともある。脳の老化研究を長年続けながら、いつのまにか自分の脳が老化脳になっている。その老化脳自らが、老化脳を救おうとしている。そんな意識変革がある。それは一利ある。これは老化脳の自己防衛か？ 自然とアンチエイジングの意識が芽生えているのだろうか？ これは「老い」へのあがないか？ あるいは「老い」を受け入れんとしているのだろうか？ それはまだよくわからない。

長崎大学の医学部の第一解剖で老化脳の研究をしてい

連絡先：森 望

〒814-0001 福岡市早良区百道浜 3-6-40

TEL：092-832-1200

E-mail：morinosm@takagigakuen.ac.jp

る時に、ある人から勧められて大阪の生駒山麓の神社の広報誌にエッセイを書いたことがあった。最初は、三回くらい書いたらあとはまたバトンタッチと、そんな風な話があった。年に4回の季刊誌だった。四季折々、その時の社会状況をからめながら書いてみた。老いの科学の最先端や、時には落穂拾いをしながら、高齢者の心への応援歌のつもりで書いた。その連載がいつのまにか十年を過ぎている。最初の回は「老いと寿のはざままで」と題して、南カリフォルニア大学のアンドラス老年学研究所にいた頃から自分が目指していた研究の方向性を伏線にして、老いの科学への思いを綴った。先日送った原稿は「三年目の春」とした。よく「石の上にも三年」というが、私たちは「コロナの中にも三年」を耐えて過ごした。そ

れを振り返りながら、第8波のあとの収束を願っている。

そんなエッセイ40本余りをすべてひっくるめて、一冊の本として取りまとめた。『老いと寿のはざままで：人生百年の健やかを考えるヒント』（日本橋出版）。全国の高齢者への応援歌になれば、と思っている。それぞれの文章には「老い」もあれば「人生」もある。老化脳が意識し出したその「人生」だが、改めて考えてみれば、それは「加齢」そのものである。人の加齢をレトロスペクティブに見返せば、それが人生として映る。時間軸に沿って語れば「加齢」なのだが、それに逆行して振り返ってみれば、それが「人生」となる。ならば、Aging研究、それは人間にとって最も大切なものを教えてくれる科学的なのかもしれない。

老化脳研究40年の著者がつづる健やかな老いへの想い
老化脳による老化脳のための
至極のエッセイ
「老・脳・寿」
「知吾旅」
AGING BRAIN
他40篇

第1章 共に生きる
第2章 ひとすじの道
第3章 天の川
第4章 脳ありてこそ
悩める
第5章 老いと寿のはざままで
第6章 脳からのアンチエイジング

第42回 東邦大学 生命科学シンポジウム「老いの科学」
日時：2023年11月4日（土）9:30～12:30
場所：東邦大学習志野キャンパス薬学部 C館 C101講義室
講演①「老化の基礎知識」高橋 良哉（東邦大）
講演②「Aging Research: Where we have been and where are we going」Arlan Richardson（オクラホマ大）
講演③「老・脳・寿：老いをみつめる脳科学」森 望（福岡国福大）
事前登録は不要ですが、オンラインリアルタイム視聴を希望の方はこちらからお申し込みください。 https://www.toho-u.ac.jp/phar/event/42th_seimeikagaku.html