

月刊

2022 5

公論

世界の視点で
情報を発信する
総合誌

**コロナとの共生をはかりながら
経済再興による成長戦略の道筋を示すべき**

提言 本誌主幹 **大中 吉一**

連載 **政界展望** ジャーナリスト **鈴木 哲夫氏**

新型コロナまん延防止全面解除? 岸田政権「5つの大罪」

先人に学び、日本を哲学する 特別編 (株)人間と科学の研究所 飛岡 健氏
所長

美しい国日本の建設の為に「皆農制」を! ~明日を担う若者を「農業」を通して育てる為に~②

TOPインタビュー ⑳ 東急株式会社 取締役社長 **高橋 和夫氏**

100周年は通過点 未来に向けて「安全」「安心」で世界が憧れる街づくりを推進したい

オラガ総研株式会社 代表取締役
不動産事業プロデューサー

牧野 知弘氏

**リレー
対談**

株式会社石原和幸デザイン研究所 代表取締役
景観アーティスト、庭園デザイナー

石原 和幸氏



人生はただ一度
燃える命懸けの
仕事をした



洋でもなく和でもない 目指す庭は故郷の原風景

3 提言
 コロナとの共生をはかりながら
 経済再興による成長戦略の道筋を示すべき

本誌主幹 大中吉一

リレー対談

人生はただ一度
 燃える命懸けの
 仕事かしたい
 洋でもなく和でもない
 目指す庭は故郷の原風景

6

石原 和幸氏

株式会社 石原和幸デザイン研究所代表取締役
 景観アーティスト、庭園デザイナー

VS

牧野 知弘氏

オラガ総研株式会社 代表取締役
 不動産事業プロデューサー

提言

26

連載◎政界展望
 新型コロナまん延防止全面解除？
 岸田政権「5つの大罪」

ジャーナリスト

鈴木哲夫氏

36

TOPインタビュー②①
 100周年は通過点
 未来に向けて「安全」「安心」で世界が憧れる
 街づくりを推進したい

東急株式会社
 取締役社長

高橋和夫氏

56

先人に学び、日本を哲学する 特別編
 美しい国日本の建設の為に、皆農制を！
 明日を担う若者を、農業を通して育てる為に②

(株) 人間と科学の研究所 所長

飛岡 健氏

3

提言

リレー対談

《時論公論》

18

I 理不尽な戦争を止められない世界

ジャーナリスト

泉 洋海

20

II 船出、蹶いた大阪公立大医学部附属病院長人事で内紛

ジャーナリスト

若尾謙二

22

III ウクライナの悲劇に学ぶ、安全保障政策の転換を

政治アナリスト／元杏林大学教授

豊島典雄

24

IV 世界の指導者としての資質に欠ける

ロシアのリーダーの無知蒙昧な愚挙

ジャーナリスト

三木寛郎

26

連載◎政界展望

新型コロナまん延防止 全面解除？

岸田政権「5つの大罪」

ジャーナリスト

鈴木哲夫

32

連載◎欧州からニッポンを見る(320)

日独が世界戦争の危機を救うという考えは極端すぎるか

在仏コラムニスト

安部雅延

34

連載◎医療最前線 長尾和宏の「生」と「死」

人類史上最大の被害の始まり 変更と対応は早いほどいい

医学博士

長尾和宏

36

シリーズ TOPインタビュー②①

100周年は通過点
 未来に向けて「安全」「安心」で世界が憧れる街づくりを推進したい

東急株式会社 取締役社長

高橋和夫

40

列島いんふおめーしょんPLUS

第5回 屋形船業界を襲った風評被害

地域企業特集

48

列島いんふおめーしょんPLUS

姿なき敵との戦いに明け暮れた2年

東京都屋形船協同組合

54

連載◎未病漢方事始め⑦

お酒で「がん」になる？

修善堂大塚医院

渡辺賢治

56

先人に学び、日本を哲学する 特別編

美しい国日本の建設の為に、皆農制を！

明日を担う若者を、農業を通して育てる為に②

(株) 人間と科学の研究所 所長

飛岡 健

68

連載◎防災の世界を解剖する(57)

日本の防災と緊急事態条項

法制度の改定で防災意識は高まるのか

一般社団法人ADI災害研究所 理事長

伊永 勉

72

ソニーグループ株式会社

ソニー タイのイメージセンサーの生産拠点

100%再生可能エネルギーで稼働

76

イオン環境財団

自然と調和した健全な人間社会を目指し、新たな里山に

チャレンジする「イオン東大里山ラボ」を設立

78

関西電力株式会社

「関西電力グループゼロカーボンロードマップ」を策定

サントリー美術館

「天英博物館 北斎一国内の肉筆画の名品とともに」開催

82

連載◎グリーン交感録

「大中吉一を囲む会」誕生のものがたり

本誌主幹 大中吉一

「月刊公論」電子版がスタート。
 下記QRコードをご参照ください。
 [URL]
<https://www.kohronarc.jp/>





お酒で「がん」になる？

修琴堂大塚医院 渡辺 賢治

前回はがんの発症には、感染症や生活習慣が深く関わっていて、喫煙と感染症についての話を書きました。今号ではお酒の話をします。

酒は「百薬の長」とよく言われますから、まさかお酒でがんになるなんて、と思われる方が多いと思います。しかしながら、前号で書いた通り、お酒はがんの発症に関わる要因のうち、男女ともに3位なのです。がん研究センターのホームページによると、1日当たりの平均アルコール摂取量が純エタノール量換算で、23g未満の人に比べ、46g以上の場合で、40%程度、69gの場合には60%程度がんになる危険性が高くなります。この23gという中途半端な数字は何を表すのでしょうか？

純エタノール換算で23gというのは

は、日本酒では1合、ビールだと大瓶1本、ウイスキー・ブランデーだとダブル1杯、ワインではボトル3分の1本くらいです。

ではどのようながんの確率が上がるのでしょうか？男性は食道がん、大腸がん、強い関連があり、女性では男性ほどはつきりしないものの、乳がんのリスクが高くなるのが示されています。女性のほうが男性よりも体質的に飲酒の影響を受けやすく、より少ない量でがんになるリスクが高くなるという報告もあります。

強いお酒が食道を刺激して食道がんなどを増やすのは理解できますが、大腸がんや乳がんなども増やすと言われているのはどういうことでしょうか？

子を破壊したり、がん抑制蛋白を抑制したりして、食道がん、大腸癌などの原因となります。そのほかにも、アセトアルデヒドはアルツハイマー病の危険性も高めます。一方で、通常の健康診断では尿酸値などの異常がでにくいので、安心してしまふ、という落とし穴があります。アセトアルデヒドを代謝する活性は人種差があります。ほ

図1 アルコールの代謝は2段階

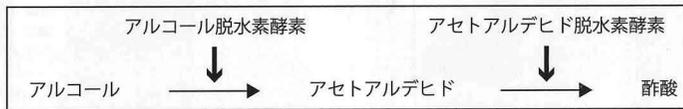


図2 遺伝子でできるアルコールの強い・弱い

	アセトアルデヒド脱水素酵素活性 アセトアルデヒド → 酢酸		
	活性型	低活性型	非活性型
	2.80%	1.80%	0.30%
アルコール脱水素酵素活性 (アルコール→アセトアルデヒド)	低活性型	アルコール依存度が最も高い	お酒を受け付けない完全下戸タイプ
	活性型	つい飲み過ぎてしまう大酒タイプ	お酒を受け付けない完全下戸タイプ
	高活性型	つい飲み過ぎてしまう大酒タイプ	お酒を受け付けない完全下戸タイプ

(イーピーエス株式会社HPから <https://www.e-b-s.co.jp/company/setsume-adh/>)

とんどの欧米人は活性が高くアルコールを飲んでも顔色ひとつ変えませんが、アジア人は活性が低く、アルコールを飲むとすぐに顔が赤くなる人が半数近くいます。これは遺伝子で決まっているので、変えることはできません。

自分にあつた適量のお酒を楽しむ

飲酒をして顔が赤くなるかどうかで、おおよその判断はつくのですが、正確に知るために、遺伝子検査をすることを勧めます。口腔粘膜を擦過して細胞を剥ぎ取り提出すると2週間ほどで結果が返ってきます。まずは自分の体質を知って、お酒の適量を知ることです。厚生労働省は「健康日本21」の中で「通常のアルコール代謝能を有する日本人においては、節度ある適度な飲酒とし

て、1日平均純アルコールで20g程度とする。」と書かれています。ビールでいえば中瓶(または缶ビール500cc)に相当します。しかしこれには付帯事項があります。飲酒後に顔が赤くなる人(アセトアルデヒドが溜まりやすい人)は飲酒量を控えることが推奨されているのです。また、年齢を重ねるほど酵素活性が低下しますので、65歳以上の高齢者は飲酒量を少なくすることが推奨されています。

若い頃に沢山飲んで武勇伝を数多く持っている方も、年齢に応じて節度あるお酒を嗜むことが必要ですね。自分の適量を守って、末水くお酒を楽しみましょう。



わたなべ けんじ 渡辺賢治

慶應義塾大学医学部卒。慶應義塾大学医学部内科、東海大学医学部免疫学教室に国内留学後、米国スタンフォード大学遺伝学教室に留学。帰国後北里研究所(現北里大学)東洋医学総合研究所、慶應義塾大学環境情報学部教授を経て、1931年に開設された漢方専門医院、修琴堂大塚医院院長に就任。横浜薬科大学特別招聘教授、慶應義塾大学医学部漢方医学センター客員教授、奈良県顧問、神奈川県顧問、漢方産業化推進研究会代表理事、日本臨床漢方医会副理事長、WHO医学科学諮問委員、WHO伝統医学分類委員会共同議長等を兼ねる。1900年以来、西洋医学のみだった国際疾病分類の、第11改訂(2019年)に、伝統医療が初めて取り入れられたが、2005年からプロジェクトの共同議長として長年尽力。主な著書に『漢方医学 同病異治の哲学』(講談社学術文庫)、『未病図鑑』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)、『漢方で感染症からカラダを守る』(ブックマン社)など。

病院にも重にも頼らないカラダをつくる



渡辺賢治先生の近著「未病図鑑」