

専門誌編集長7人が「今年はコレが来る！」

# サンデー毎日

SUNDAY  
MAINICHI

創刊102周年

実力派力士が続々誕生  
空前の「令和の大相撲ブーム」

疲れた胃腸に「スープ」が効く

梵字をなぞって開運

大正11年3月31日第三種郵便物認可  
2025年1月26日発行  
第104巻第3号 通巻5870号  
毎週火曜日発行(1月6日発売)

合併号 特別  
定価 600 円

2025年  
1月19-26 日号

新春浅草歌舞伎  
巻頭グラビア&  
インタビュー7P



「全体知の巨人」ニッポン再生計画

寺島実郎の新春予測

2025年は「対米自立」元年

# サンデー毎日

※本コンテンツは、本コンテンツ専用のコンテンツです。

紙の雑誌とは一部内容が異なります。

表紙・目次に書かれていても、収録されていないページや記事、写真などがありますので、あらかじめご了承ください。

毎日新聞出版  
デジタル戦略部



# 波瀾万丈の「甲辰」から「乙巳」で再生、発展を期待

## 今

年は十干十二支で「乙巳」。十二支は子から始まり、亥で終わる12種類の動物に例えられたもの。十干は、中国で1から10まで数えるために使われ、陰陽五行にも通じ、木・火・土・金・水の5要素にそれぞれ「陽Ⅱ兄」と「陰Ⅱ弟」で10種類。干支の組み合わせは60種類で、還暦の所以である。

乙は、草木がしなやかに伸びる様子や横へと広がっていく意味を持つ。巳は蛇。脱皮を繰り返すことから不老不死のシンボルで、乙巳は「再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく」年といわれている。

昨年は甲辰だった。陽の気が動き万物が振動して大きく成長するという意味がある一方で、元日には能登半島地震が起き、衆院選では与党過半数割れが起きた。過去を振り返ると辰年は、波瀾万丈の年が多かった。戊辰戦争(1868年)、日露戦争(1904年)が起き、戦後はロッキード事件(76年)、リクルート事件(88年)も辰年だった。

さて、今年はどうだろうか。まさに蛇が脱皮することく、再生して発展することを期待してやまない。

写真Ⅱ長岡健太郎 文Ⅱ池袋陽一

サンデー毎日



2025年はこんなに楽しい!

専門誌編集長が大胆予言 わが業界はこれがくる!  
2025年  
鳥屋重三郎の「べらぼう」な軌跡を訪ねる……時田慎也 100  
空前の令和と大相撲ブームが来る! 実力派人気力士が 続々誕生し、目が離せない……荒井太郎 136  
立身出世、病氣不調退散…… 梵字をなぞって開運!……和場まさみ 104

山登り好きジャーナリストおススメ スリランカ山岳地帯の冒険と紅茶の香り……一ノ瀬伸 122

M-1の歴史は新たな段階に入った……太田省一 120

川柳で詠む「永田町生きもの劇場」……葉月亭遊人 118

社会的 皇室ウォッチング!……森暢平 116

2025年の家計&amp;経済がすべてわかる! 荻原博子の家計「いろはカルタ」……30

歌手・女優 増田恵子 新春インタビュー……笹井恵里子 24

26歳副校長が挑む学校改革……濱井正吾 21

広島私立高校、定員割れから入学倍増の理由「シン・ケイちゃん」始動! 60代後半からの新しい生き方……田中涉悟 18

夏の大衆参ダブル選、内閣不信任 石破首相が単独インタビューで語ったこと……鈴木哲夫 16

寺島実郎の 動乱2025予測  
日本は対米自立し、アジアに足場を築け  
産業基盤を再生せよ「医療」「食と農」「教育」が二本柱  
倉重篤郎の ニュース最前線  
トランプ米国はデジタル・金融複合体に／象徴イーロン・マスク  
石破首相は古い自民党を脱し、10年先の重い発言を  
むせる、食べ物をごぼす、声のかすれ、夜の咳  
オーラルフレイル予防で 柳本操 52  
健康長寿 「のみなみ力」の衰えが 誤嚥性肺炎につながる  
脳をいきいきさせる パズルトレーニング……64

河合塾駿台「難関大」学科別最終難易度 新課程元年も安全志向なし 難関大は志望者増で激戦に 帰ってきた加齢なる日々 新春特別編 こんな事もあんな事も 加齢人出来事録 小川有里 98

年未年始に酷使した胃腸をリセット!……久保香菜子 102

疲れれた胃腸にスープが効く! 誰かが向き合うべき社会の課題 上條まゆみ 125

隣人の孤独死が教えてくれた現実 日本人が知らない「シン・ガチ中華」 在日中国人が惚れ込む本場の味を楽しまつ!……北上行夫 128

「老若格差で負けない人生の黄金期は70代だ!」正月編 AIこそ、高齢者の味方だ……和田秀樹 132

シリーズ 能登に生きる 木工製品を制作する木地師の挑戦 矢島まどか 138

表紙・巻頭 新春浅草歌舞伎 初春に鮮らけしかな七つ華……3

## グラビア

表紙・巻頭

## 新春浅草歌舞伎

初春に鮮らけしかな七つ華……3

## NEWS CLIP

波瀾万丈の「甲辰」から

「乙巳」で再生、発展を期待……9

## Sunday Flowers

ウナズキヒメフヨウ……144

## 特集

手軽で優しい味わい

身も心も温まるスープ……147

## コラム

五木寛之 ポケない名言……150

## 読者

ニコリの数独……67 あの人への手紙……140

サンデー俳句王……56 読者から……141

Sunday [情報] 交差点／編集長後記……142

## News Navi

■イオンvs.アオキ創業家の攻防 ドラッグ業界再編加速の行方……28

## コラム

高村 薫 サンデー時評……34

青木 理 抵抗の拠点から……36

中野 翠 徒然雑記帳……41

森 健 新 季節の人たち……40

牧 太郎 青い空 白い雲……38

山田美保子 ワイドショーの恋人……114

元村有希子 淑女の養生訓……29

金子秀敏 世界透視術……39

梨木香歩 新 炉辺の風おと……96

蛭子能収 えびすごろく……79

高橋源一郎 これは、アレだな……44

平辻哲也 Weekly Cinema……93

毎日新聞校閲センター 校閲至極……63

本郷和人 日本史・今までにない人物伝……42

サンキュータツオ 現代を読み解くコトバ……73

## 連載小説

天童荒太 陽炎の旅人……58

今野 敏 エンドロール……68

## 書評

大平一枝 遠回りの読書……94

## 人生相談

中村うさぎ&amp;マツコ・デラックス

信じる者はガマされる……110

## 占い

Love Me Do の星座占い……74

## 医療

治療最前線 最先端の人工関節置換術……75

\*保阪正康「世代の近現代史」はお休みです



## 産業基盤を再生せよ「医療・防災」「食と農」「教育」が三本柱

2025年はどんな年になるのか。寺島実郎氏（日本総合研究所会長、多摩大学長）による弊誌恒例の新年大予測をお届けしたい。

今年もロンドン・エコノミスト誌が年末に発表するキーワードから始めたい。ちなみに24年は、「Vote-rama（選挙だらけの年）」「Multipolar disorder（複

合的無秩序）」であった。

「危機のデモクラシー（民主主義）」という時代の変転を匂わせる添え書きがついていたが、まさにその通りの展開となった。世界70カ国以上で国政選挙があり、42億人が投票に参加、英国では14年ぶりに保守党から労働党政権に交代、フランスでは与党が大敗、右派政党が躍進し、米国では、議会襲撃事件で黒幕視され四つの刑事裁判を抱えるトランプが大統領に再選された。

政変の波動は北東アジアにも及んだ。台湾で1月、韓国で4月、日本で10月に総選挙が行われ、3カ国ともに軌を一にして少数与党政権に転落した。尹錫悦（ユン・ソンニョル）韓国大統領の突然の「非常戒厳」宣布に始まる韓国政界の一連の混乱も、背景にそれがある。

日本もまた自公が大きく

過半数割れ、石破茂・少数与党政権が綱渡りのような政権運営を行っているのを見てきた通りである。まさに選挙だらけの年が複合的無秩序をもたらし、次はどうなるか、という不透明感のまま、年越しとなつてしまった。そして、ロンドン・エコノミスト誌による25年のキーワードは、「Trump, technology, and uncertainty

technology, and uncertainty

## トランプを使うとする米国の有力者

「トランプ再来の米国が、世界の大きな不透明感の中心にいたことだけは間違いない。ただ、トランプ政権の陣容が固まり、この政権の基本性格がはっきりしてきた。かつて、アイゼンハワーが、『軍産複合体』の存在を指摘、軍と産業が組んで政治や議会に過剰な影響力を行使し、米国の命運を決めてしまう可能性に警

（トランプ、技術、そして不確実性）」「Broader disorder（広がる無秩序）」となった。トランプの再来とAIを軸とした最先端技術の発展が社会の不確実性を高めており、世界はより無秩序に向けて動くのではないかと展望している。

この不透明な時代をどう切り取り、どう向き合うべきか。寺島氏に聞いた。

告を発した（1961年1月の大統領退任演説）が、今ワシントンで起きていることを、凝縮して表現するなら、『デジタル・金融複合体』なるものが米国の政治を大きく壟断（うどう）する構図に入ってきている」

動乱必至の顔ぶれた。

「不動産業のオーナーとしてきわどい経営をしてきた人物が大統領になっ

たが、それだけではない。

ウォールストリート（金融資本主義の総本山）の代理人とも言うべき人が財務長官（スコット・ベッセン）、反ワクチン主義者が厚生長官（ロバート・ケネディ・Jr）に指名されている。ヘリテージ財団が『エリートからの独立』という分析を大統領選の総括リポートに出しているが、まさに、経済人、産業人が『反エリート主義』『反知性主義』的大衆の反逆をエネルギー源に、これまでインサイダーとしてワシントンを支配、食い物にしてきた既成政治家、高級官僚を一掃しようとしてトランプ現象を引き起こ



ロンドン・エコノミスト誌の巻頭を飾ったイーロン・マスク

# 自立し、場を築け

トランプ米国はデジタル・金融複合体に／象徴イーロン・マスク

# 日本は対米 アジアに足

新年をことほぐ余裕もないほどの内憂外患を「全体知の巨人」が解く。激動に見舞われ続ける内政は言わずもがなだが、私たちはトランプのアメリカとどう向き合うべきなのか？ 寺島氏が言う「デジタル・金融複合体」とは何か？ 必読の、動乱2025予測。

寺島実郎の

「全体知」の思索者

石破首相は  
古い自民党を脱し、  
10年先への重い発言を

倉重篤郎の  
ニュース  
最前線

してきた、との構図が見えてくる」

「その象徴ともいえるのがイーロン・マスクだ。ロン

ドン・エコノミスト誌の11月23日号の表紙がわかりやすい（別掲）。床に座り込んで、自動車やロケットの

おもちゃを手に無邪気に笑っている。『Disrupter-in-

chief』、『首席破壊者』と

でもいう皮肉なタイトル付

きた。産業資本主義のシン

ボルである自動車産業では、テスラを起ち上げ、E

V化と自動運転化を主導し、情報通信では『X』（旧

ツイッター）を取得、宇宙産業では、『スペースX』

を事業展開し、衛星インターネット・アクセス・サー

ビス『スターリンク』を保有する。そのマスクが7月

にトランプ支持を打ち出し、180億円を寄付し、新設される『政府効率化省

（DOGE）』のトップに就任する。ポストを買ったとも見える構図で動いているのが今の米国の政治だ」

なぜマスクはトランプに肩入れする？

「デジタル資本主義の総本山であるシリコンバレーが、二つに割れたのが、今回の大きなポイントだ。シリコンバレーはある意味『多国籍軍』だった。アップルのステイブ・ジョブズは実はシリア系であった、ということからもうわかるように、中国人であろうとインド人であろうと、その分野の専門性の高い優れた人が活躍できる場として輝いてきた。当然のことながら移民排斥に対して一番敏感な業界で、民主党支持が従来の立場だった。マスク自身も、父親が移民だったというわけではないが、南アに生まれ、カナダに移

動乱2025予測



住、米国籍も取った三重国籍者だ。この人がなぜトランプを支持したかだ」

「私自身、この3、4年米国を定点観測する中で、米経済人が『寺島さん、そう言うけれど、トランプもそんなに悪くないですよ』と、ハリスのような富裕層課税強化ではなく、隠れトランプ的に、規制緩和や減税を支持しているという変化を薄々感じ始めていた。もっと踏み込んで言うと、トランプが自己中心的で、自己利益最大化を図って、自分の周りに気に入った人だけを登用している、という構図ではなく、逆に、トランプをパペット（操り人形）として使おうとしている連中が彼を大統領に押し立てた構図に見える」

### トランプ・パペット論だ。

「私は1980年代の終わりからニューヨークに4年、その後6年間ワシントンにいたが、その4年間の

うち、トランプとある会合で同席した。彼がプラザ・ホテルの買収などで若き不動産王としてのし上がってきた時だ。ちょうど日本がバブル最盛期で、米本土を買い占めんとばかりの勢いの時、日本の銀行に金を借りて来ていたトランプの、『なぜ敗戦国の相手に頭下げて金を借りなければなら

## 石橋湛山にアジアとの連携を学べ

### マスクの狙いは何？

『ポイント』はデジタル分野に対して世界で逆風が吹いていることだ。ブラジルでは偽情報拡散のアカウント規制に应じず、8月に国内での『X』のサービス停止を最高裁から命令された。その後豪州では16歳未満のSNS利用を禁止した（11月に国会で法案可決）し、欧州ではデジタル課税圧力が強まっている。そういう各国の規制強化に対しマス

ないんだ』という憤然とした雰囲気と、挑みかかるガッツを漂わせていたのを覚えている。あれから30年、そういうオーラが今のトランプには全く感じられない。自分に言い寄ってくる人たちだけを信用する、ガバナンスの欠けたリーダーになりかけている、と感じる」

クが、企業として立ち向かうよりトランプに擦り寄り、『USA』というマークを背負って米政府と一体になって向き合った方が有利だと判断していることがうかがえる」

「それだけではない。いつの間にかこの男はウォールストリートにまで食いこみ、金融資本主義の次世代バージョンともいえる仮想通貨の世界に踏み込んだ。『DOGE』という彼がト

ップを務める新組織名は奇しくも、彼が育てようとしている仮想通貨の世界のキーワードでもある（ドージコイン、インターネットミームから誕生した暗号資産）。ヘッジファンドの人たちも、仮想通貨の世界に生きている人たちも、マスク同様、短絡的なトランプをおだて、有利に使った方がいいという判断だ。ワシントンはいつの間にか、デジタル・金融複合体にグリップされ始めているとも言える。『トランプ2・0（トランプ2期目）』を理解する時に、これを視界に入れておくべきだというのが、10年の米国体験と、その後四半世紀米国と向き合ってきた私の見方だ。この米国とどう向き合うのが、今年の日本の最大の課題であることは間違いない」

「ただ、トランプ2・0には、ポジティブな面もある。集団的自衛権行使解禁や米

製兵器の『爆買い』など、日米安保体制の固定化をもつて自分たちの飯のタネにしてきたジャパン・ハンドラーという人たちが、新政権では相手にされず、消えていくことだ。それはある面では、日本が米国と正対するチャンスでもある」

### どう切り替えるか？

「外交・安保については、米国への過剰期待、過剰依存体質から脱却、日本自身がアジアにしっかりと足場をつくり、米国を孤立させないようアジアの国々をどう引っ張っていくか、その構想をどう示すかが問われている。というのも、東南アジア諸国の『米国離れ』が顕著になり始めている。必要なのは多国間の貿易の仕組みであるTPP（環太平洋パートナーシップ協定）加盟拡大や、アジアの安全保障に関する多国間のプラットフォームの形成だ」

### 対米過剰依存どう解消？



# 日本は対米自立し、アジアに足場を築け

「米国との関係の再設計が必要だ。それは反米でも反安保という次元での話でもなく、敗戦後80年が経過しても外国軍隊を受け容れている日本の『保護領』的異常さを解消、令和の条約改正とも言ふべき措置として、青森から沖縄までのすべての米軍基地・施設を日米協議のテーブルに載せ、東アジアの安全保障にとっての重要性（抑止力）を精査、選別することで、米軍の基地・施設全体を段階的に縮小すべきだ。地位協定改定も不可欠である。それが、戦後踏み固めてきた日米同盟をこの局面で進化させることにつながる」

「特に強調したいのは、『拡大抑止』という核政策の見直しだ。岸田文雄政権の頃から、単に米国の核の傘の下で守られる、というだけではなく、核の共同管理という枠組みで、『日本側もより責任ある形でコミットすべきだ』ということが、米側から持ちかけられている。先の日米安保協議でも拡大抑止に関する議論が閣僚級に格上げされた。だが冷静に見れば、核の共同管理ということは、日本の実質的な核装備であり、唯一の被爆国としてそこまで日本が関与するのか、という問題だ。今日本としてやれる範囲内のことを考えたならば、例えば被団協のノーベル平和賞受賞を契機に、核兵器禁止条約にオブザーバー参加し、中でも条約第6条（被害者援助と環境修復）について参画、貢献していくなどの動きをとるべきではないのか」

「今から100年前の1920年代、大日本主義の合唱で帝国主義が吹き荒れているさなか、石橋湛山は、領土拡大主義の経済的非合理性や、植民地政策の持続不能性に着目、自由交易を拡大する小日本主義を訴えた。結果的にその路線が正しいことは戦後になってわかったが、今また21世紀末来園に向けて、日本を真に再生する構想が求められている。湛山は当時『弱小国

## 石破氏は未来を拓く宰相になれるか

### 経済政策はどうか？

「『半導体とインバウンドだけで経済が蘇るのか』という問いかけにきちんと答えなければいけない。アベノミクスの呪縛を断ち切り、中央銀行（日銀）の政治利用をやめ、緩み切った財政規律を取り戻すべく、長期的、現実的な財政再建計画を明示する。『ものづくり国家日本』という固定観念を柔らく見直し、日本の未来産業の基軸に『医療・防災』と『食と農』『教育（人材育成）』を据え、戦後の日本が蓄積してきた産業技術基盤を吸収・活用しながら、これら重点分野

との連携』という言葉を使ったが、現代においては成長著しいアジアとの連携をどうするかが日本にとってのサバイバルファクターになってきている」

### 少数与党政局どうみる？

「自民党というコップの中の嵐で言うと、昨年の総選挙の結果、『右』の部分が削ぎ落され、石破氏に対し退陣を迫るような勢いが無い。立憲民主党は、議席は増えたが敵失による膨張であって、国民がその政策に深く共鳴して増えたものでは決してない。国民民主党など中間野党のポピュリズムの競い合いが始まっている様相で、政治に重要なのは、ことの軽重、優先順位の判断だ。『103万円の壁』

突破という議論も結構だが、ではこの国の分配の基軸を全体としてどう変えるかという議論こそ望みたい」

### 石破氏への助言は？

「目先の政策課題をこなしていかなければならないので、『古い自民党』に羽交い締めにあっている、との印象だが、責任ある立場として、10年、20年先の日本を徹底的に考え抜いて、じわりと重心の低い発信を始めていけるかどうか。未来を拓く宰相になれるかどうか、年初はその岐路になるのではないか」

寺島氏が、先に出版した『21世紀未来圏 日本再生の構想』（岩波書店 24年5月）で、日本の進むべき道筋を湛山流に示したことは、当欄でも紹介した。石破氏は寺島書を熟読玩味、表紙がすり減るまで持ち歩いている、という。その味がジワリ染み出てくるか。

# 夏の衆参ダブル選、 内閣不信任



## 政局の「乱」

## 石破首相が 単独インタビューで 語ったこと

2025年の「政局」は、波乱含みだ。少数与党は、新年度予算案をどうやって成立させるのか。夏の参院選と同じ日に衆院解散・総選挙を行う「衆参ダブル選挙」もささやかれる。そんな中、石破茂首相が鈴木哲夫氏の単独インタビューに応じた。



ジャーナリスト

鈴木哲夫

忘れていた。24年は、岸田文雄政権は支持率が底辺を這い、裏金問題を払拭できずに退陣。石破茂政権が誕生するも、衆院選で自民党・公明党の与党過半数割れ。私の予測通り、政治は乱れに乱れた。では、新しい年25年はどうだろうか。

少数与党で予算案や法案採決もままならない、夏には参院選や首都決戦の東京都議選。SNSはさらに政治の流れを変え、アメリカのトランプ大統領就任で国際情勢は大きく変わり、日本も巻き込まれていく……。やはり「乱」が続くと断言できる。

少数与党の国会運営の最初で最大のヤマは、2月から3月にかけてだと自公の幹部は口を揃える。

「衆院で新年度予算の採決が行われる。自公で過半数がないのだから、通すためには野党の賛成が必要。どの党に協力を求めるか。党を超えて一本釣りしていくのか」（自民党幹部）

自公が現在ターゲットにしているのが、国民民主党と日本維新の会だ。昨年の衆院選後から、国民民主党は納税が生じる年収103万円の壁について、上限を178万円にして「（特に若者の）手取りを増やす」と自公に迫ってきた。

自公国3党の個別会談で議論は始まったものの、自公両党は新年度の税制改正大綱には123万円と明記。これに国民民主党が強く反発し、3党の幹事長会談で178万円を目指して継続協議することになった。国民民主党は、この壁の要求を自公がのむなら、新年度予算案への賛成もあるとしている。

すずき・てつお 1958年生まれ。ジャーナリスト。テレビ西日本、フジテレビ政治部、日本BS放送報道局長などを経てフリー。豊富な政治家人脈で永田町の舞台裏を描く。テレビ・ラジオのコメンテーターとしても活躍。近著『くまモン知事』『石破茂の「頭の中」』『シン・防災論』



維新は「教育無償化」について、新年度の予算化を自公に求めている。24年12月に維新の代表になった吉村洋文大阪府知事は、独自に大阪府で高校授業料の無償化を実現しており、「無償化を全国に展開すること

で国政政党の代表としてのアピールになる」(維新衆院議員)。予算は、6000億円で実現可能と試算。新年度からの実施について自公と議論を続ける。維新は新年度予算案への賛成をチラつかせながら、教育無償化を目指す。

自民はどの野党と組むか天秤(てんびん)にかけると同時に、野党の分断も狙う。野党側はしたたかに目玉政策を通す、という構図だ。しかし、こ

とはそう簡単にはいかない。まずは自民側。岸田元首相に近い自民党ベテラン議員が言う。

「103万円の問題は、税収や税制に直結するので100%受け入れることはできない。それに比べると、教育無償化の方が許容できるか。ただ、野党ペースが過ぎると、党内から『なんでそんなに妥協するんだ』と反発は出る」

一方の国民民主と維新。政策実現のために、「各論では是非々々交渉し、与党と部分連合的に政策を実現する新しい形」(国民民主議員)と話す。維新幹部の一人は「この交渉は諸刃(もろは)の剣」として、こう続ける。

「夏に参院選がある。予算案全体に賛成すると与党のレッテルを貼られ、参院選で自公との対決姿勢が薄れてしまう」

参院選前の注目は、内閣不信任案だ。閣僚経験のある自民ベテランはこう話す。

「立憲民主党は参院選を前に必ず全面対決姿勢になり、内閣不信任案を出す可能性はある。これまでは自

公で肅々と否決だったが、今は少数与党。単純に数で見ると可決してしまふ。維新や国民民主はどうするか。いくら政策的に自公と

## 「一つ一つ実現していくしかない」

一方の石破首相サイドは。「可決されたら総辞職なんかしない。衆院解散で衆参ダブル選挙だ。そうなると、野党にとつて衆院選はそう簡単に勝てるかどうかかわからない。立憲は解散覚悟で不信任案を出せるのか」(同・自民ベテラン)

昨年末、BS11の番組で石破首相に単独インタビューした。25年、困難を極める国会運営にどう立ち向かうのか。

「少数与党だけに、通常国会は臨時国会の何倍ものスケールになる。野党に対して丁寧は、しかし、それ以上に世論に対してきちんと説明して、それもありかな

部分連合といっても、参院選直前に不信任案を否決して、自公に手を貸すわけにはいかないだろう。野党全体の踏み絵にもなる」

と納得してもらうことがもつと大事な」(石破首相、以下同)

そして、過去の経験を挙げた。

「防衛相時代に、有事法制やイラク派遣、インド洋給油などで反対論が国民に相当あった。でも国会で丁寧に丁寧で説明して議論し、最後は修正案にして通った。あのときの熟議で、国民世論が『まあそれもありが』と半数を超える方々が理解してくるようになったから、野党も巻き込んで法案が通った。いまは、あの経験と同じ。世論に向けてしっかり説明して、予算や法律を成立させていきたい」

日米外交についての姿勢も明かした。

「外交というのはお互いに利益がなければならぬ。ウインウインだ。トランプ次期大統領はビジネスマンだと聞いているが、そこに通じるものがあると思う。意外に議論できると思っている」

そして、一時影を潜めた「石破らしさ」を問うと、本音と姿勢を語った。

「日米地位協定の見直しやアジア版NAFTAは、もちろんやりたい。でも自民党総裁選で圧勝だったわけではなく、党内基盤も弱い。その中で実現していくためには、閣僚や党幹部たちには、閣僚や党幹部たちには任せながら、そして議論しながら、世論に支持してもらいながら、一つ一つ実現していくしかない。らしさや理想がなければ、政治家の意味はない。一つ一つ、一日一日をやっていく姿勢で臨みたい」



2024年は政治とSNSの関係が注目された年だった。果たして、今後この傾向はどのようになっていくのか。ライターであり、ジャーナリスト・田原総一郎氏とともに「田原カフェ」を運営する田中渉悟氏が、国会議員を直撃取材し、「政治家とSNS」の日常を考察した。

選挙は“推し活”

変わりゆく

# 「政治家とSNS」の日常

細野豪志、吉田晴美、伊藤孝恵の  
三者三様の戦術に迫る

ライター  
田中渉悟

たなか・しょうご ライター。1993年生まれ、岡山市出身。早稲田大在学中に田原総一郎氏が塾頭を務めていた「大隈塾」で学ぶ。現在はフリーで執筆、哲学対話を行う。田原氏と若者が語るトークイベント「田原カフェ」も運営

東京都知事選での「石丸現象」や衆院選での国民民主党の躍進、兵庫県知事選における斎藤元彦知事の再選など、

選挙の勝敗を決める大きな要因としてSNSが欠かせない時代になった。そんな変化の中で、政治家たちは今、

どのようにSNSを用いて、自らの主張を伝えようと模索しているのか。3人の国会議員にインタビューした。

## 自民党・細野豪志 衆院議員のボイシー

「声は熱を伝えられますから、映像で騙せないで地が出る真剣勝負なんですよね」そう語るのは自民党の細野豪志衆院議員だ。国会議員を25年近く務め、閣僚も経験した細野氏。X（旧ツイッター）のフォロワー数は13万と、国会議員の中でも数が多い。

10分程度の番組で、旬な政治トピックを中心に幅広いテーマを扱う。子育てや教育について発信して人気を集める若い世代のパーソナリティと対談することも。



そんな細野氏がここ数年、新たに取り組んでいるのが音声配信アプリ「VOICY（ボイシー）」。審査を通過した人がパーソナリティになれる音声プラットフォームで、会員登録者数は230万人、チャンネル数は2000に及ぶ。

「フォロワーが多い方はいろんな声を聞いていますから、いい機会ですよね。子どもの発達障害や低体重児の子どもの就学猶予は、ボイシーがきっかけで『じゃあやってみよう』と動いてみたくです」

ボイシーを始めて約2年が経過した現在、フォロワーは8800人（12月25日現在）を超え、「23年VOICY人気チャンネルTOP10」の「専門家」部門で4

23年から「細野豪志の今日も元気に！」という毎朝

「ボイシーは始めて約2年が経過した現在、フォロワーは8800人（12月25日現在）を超え、「23年VOICY人気チャンネルTOP10」の「専門家」部門で4

「ボイシーはコミュニケーションを形成できるところが他

専用のマイクで配信を収録する細野豪志衆院議員



事務所の学生インターンと発信の内容を考える吉田晴美衆院議員



自前のスマホでYouTubeを収録する伊藤孝恵参院議員





## 立憲民主党・吉田晴美衆院議員のインスタグラム

のSNSと違います。Xは（誹謗中傷で）荒れてしまふこともあるけど、ボイシーは建設的なやり取りをすることが出来ますね」

細野氏のチャンネルには、熱心なリスナーからのコメントが多く寄せられる。感情的な批判や人格攻撃はなく、あくまでも政策や意見について、落ち着いて考えを交わす場になっている。

プレミアムリスナー（月額500円）になると、限定放送を聞けるだけでなく、リアルで交流する機会も得られる。リスナーと国会を見学したり、細野氏の趣味である落語を観に行ったり、距離の近さも特徴だ。

とはいえボイシーだけでは拡散力に限界があり、YouTubeやXとの併用は欠かせない。他の媒体に

も力を入れないと「置いていかれる」という危機感がある。細野氏は、こう力を込めた。

「今は自民党といえは裏金のイメージが圧倒的だが、安全保障など政策をしっかりと勉強している議員はたくさんいるんです。そういった面をこつちから積極的に発信していかないと（国民に）スルーされてしまう」

立憲民主党の吉田晴美衆院議員は、24年に党の代表選に当選1回で立候補し、大きな話題を集めた。

吉田氏はインスタグラムを学生インターンと運用している。国会議員になる前に大学で教鞭を執っていた経験があり、現在でも事務所に学生インターンを受け入れているほか、「吉田ゼミ」と題した自主勉強会も主宰している。インスタグラム

プラスチック」「食品ロス」「ギャップイヤー」といったテーマを自主的に調べ、研究発表のように投稿することもある。また吉田氏が料理をつくる様子を「はるみんキッチン」と題して公開もしている。

「私は割と放任主義なんです。『失敗しても大丈夫。責任は私が取るから』と伝えて自由にやらせています。みんなちゃんと応えてくれるんです」

若い世代の感性を生かした発信スタイルは、立憲民主党の代表選でも話題になった。「硬軟織り交ぜていて面白い」と若い記者から感想をもらったという。

一方で、代表選ではSNSの危険性と可能性の両方を感じた。当選1回の1年生議員が立候補するという異例な出来事に対して、主にXで批判的なコメントが多く寄せられたのだ。「代表選に出たことでフォ

ロワーが増えた一方、否定的なコメントも多くなり、悲しいですね。私が落ち込むと応援してくれている人たちも心配するので、なるべく見ないようにしていただきます」

それでも、選挙戦が進むにつれて応援のコメントやメッセージが増え、「選挙初日とは全く違う反応を得られた」と振り返る。

「当選1回での立候補は異例でしたが、永田町の慣習を打ち破りたいという思いに共感して後押ししてくれた人たちがいたことが、本当に力になりました」

SNSはさまざまな主張が交錯している空間だ。同じ思想信条を持つ人々が先鋭化したり、対立が激化したりする危険性もある。自らの政策を一方的に声高に主張するだけではなく、「考えが異なる人をどうやって巻き込むか」も考える必要があると吉田氏は語る。



「例えば、私は原発に頼らないエネルギー政策を進めたいと考えていますが、そ

の結論に至るまでのプロセスを丁寧に説明しないと賛同は得られない。これから

のSNSは、その発信をどうやっていくかが問われる時代だと思っています」

## 国民民主党・伊藤孝恵 参院議員のYouTube

先の衆院選で大躍進した国民民主党。そのうねりの中心で注目を集めているのが、同党の伊藤孝恵参院議員である。

21年にYouTubeチャンネル「伊藤たかえちゃんねる」を開設し、24年10月の衆院解散のタイミングで登録者数1万人を達成。そこから怒濤の勢いで急増し、翌11月には2万人を超えた。

「政策解説よりも、子育てしながら議員として働く日常を発信しています。ありのまま過ぎて、カビが生えたまな板まで映り込んでしまっているのは、さすがにどうかと思います」

伊藤氏は小学生2人の母でもある。次女の耳の障害

をきっかけに政治家

を志し、当時勤めて

いたリクルートの育

休中に立候補した。

それまで政治とは縁

がなく、右も左も分

からないまま突入し

た選挙戦では、1歳

と3歳の子を抱っこ

して活動したことが

賛否両論を呼んだ。

「国会の常識は社会

の非常識と言います

が、本当に時代錯誤や摩訶

不思議がいっぱいでした。

それでも私にもできたんだ

から、『あなたなら絶対に

できるよ！ 新しい当たり前

と一緒に作ろうよ！』とY

outubeで必死にアピ

ールしています」

チャンネルでは政治の舞



家庭の朝をリアルに伝えて

いる。

「もっと重厚感のある、政

治家らしい発信をしないと

言われることもありま

す。政治が重々しいから遠

いのです。選挙は、推し活

で、演説会は、ファンミー

ティング。だから楽しいと

友人は言ってくれました」

伊藤氏のように子育てを

しながら政治家をする日常

をオープンに発信すること

は、永田町の中では決して

「当たり前」ではなかった。

伊藤氏の独創的な発信セン

スは、国民民主党の戦略に

も生かされている。大躍進

した衆院選で、伊藤氏は国

民民主党のオンライン戦略

の中心を担った。

「YouTubeライブの

コメントに『外国人土地取

得規制法をもっとアピール

した方がいい』とあって、

地味じゃないかなと思いつ

つも翌日、政策バナーをつ

くってXに投稿したんで

す。それがものすごい反響

でした」

24年10月の衆院選期間

中、オンラインでの熱気が、

街頭での熱量につながって

いる手ごたえがあったとい

う。伊藤氏は、有権者との

双方向コミュニケーション

の可能性をこう指摘する。

「今回の選挙はオンライン

とオフラインが完全にシー

ムレスになった初めての国

政選挙だと思います。これ

からはオンラインでも、私

たちの目の前にいない人た

ちの声をどうやって集めて

政策にするかが重要になる

はずです」

SNSが政治の動向に大

きな影響を与えるようにな

った今、政治家と有権者が

より近い距離で、相互に発

信し合える空間が形成され

つつある。だからこそ、伝

える側も受け取る側も、

「何が正しいのか」という

「問い」を持ち続けること

が、大事だろう。



# 奇跡のV字回復!



広島校が丘高校副校長の  
桐原琢さん

自考自創

わずか2年で入学者が倍増した広島校が丘高校。その立役者は、26歳の副校長だ。就任から2年でeスポーツの導入や定期テスト廃止、独自カリキュラム、生徒自ら考える授業など、既存の枠にとられない改革を進めてきた。生徒が主体的に学ぶ学校像を紹介する。

2浪、東大  
1点足りず不合格

私立広島校が丘高校（広島市東区）は2年前、定員割れた。240人の定員に対して、2022年度の入学者は230人。しかし、

広島校の私立高校、定員割れから入学者倍増の理由

私立広島校が丘高校（広島市東区）は2年前、定員割れた。240人の定員に対して、2022年度の入学者は230人。しかし、

「教員や生徒が自分たちで考え、変化したいと思ったことが大きいです」  
そう語る桐原さんは、茨

城県水戸市出身。両親ともに高卒の家庭に生まれた一人っ子だ。小学校から成績は優秀で、茨城県内有数の進学校である県立水戸第一高校に進学。その後、東京大を志望するも、現役と1浪の受験で失敗。2浪を母親に相談したことをきっかけに、猛省した。

『なんであなたは大学受験するの、なんで東大なの』と母親に言われたのです。が、それまで東大をなぜ受けるのかを考えたことがなかった。プライドが高く、

見栄を張って『東大』と言っていただけでした。家庭環境や金銭面に苦労して大学に進学した友人らの話を聞くうちに、「教育は生まれた環境から人生を逆転するチャンスなのに、できない人がいるのがおかしい」と感じ、官僚や政治家を志すようになった。

教育ジャーナリスト  
濱井正吾

はまい・しょうご 1990年生まれ。教育ジャーナリスト。ニックネームは「9浪のはまい」。9浪目で早稲田大教育学部に入學した。卒業後は教育関連企業に就職し、取材・執筆活動を始める。競馬好きで、大学時代は競馬サークルに所属した。著書に『浪人回避大全』

# 26歳副校長が挑む

▽eスポーツ導入、定期テスト廃止  
▽生徒の主体性を育む独自カリキュラム  
▽教育改革で全国モデルを目指す

# 学校改革



中学生と保護者が対象のオープンスクールで  
生徒と話す桐原さん（右）

2年生の探究の授業では、「ピタゴラスイッチ」を製作



めた。全国模試で東大A判定だったものの、最低合格点に1点足りず東大は不合格。早稲田は補欠合格が繰り上がり、中央大に進学した。

## 教育改革の YouTuber

大学進学後、2浪目に英文の添削をしてもらった東大医学部の宇佐見天慧<sup>すばる</sup>さんと意気投合し、「教育の

力で地方の教育格差をなくしたい」と、19年にYouTubeチャンネル「PASSLABO」を一緒に立

ち上げた。教育に関する動画を発信し、現在の登録者数35万人超。その活動を続ける中で、「今すぐに教育現場でやれることをやりたい」と考えるようになった。そんな時、広島桜が丘高校から「教育アドバイザー」をしてみたいかという打診を受けた。

桜が丘高校はもともと、学校内に「校内予備校」を展開するRGBサリヴァンに経営状態を改善するための相談をしていた。桐原さんの存在を知っていたRGBサリヴァンの土岐靖社長が、「学校改革として『人事的な改革』の目玉がほしい。日本の教育を良くしたいという使命感があり、熱量のあるYouTuberは最高の人材」と、桐原さんを紹介した。

桐原さんは大学4年の4月から広島に月2回程度通うようになり、9月からは週3回通うようになった。

「授業や行事を見学し、先生や生徒と話しました。その過程で気づいた課題をもとに学校の宣伝や変革の方法を提案したら、実践してみようにと。すると、定員割れしていた学校で、定員を81人上回る入学者があったんです」（桐原さん、以下同）

桜が丘高校の教員が中学校への営業で学校改革の内容を丁寧に説明したり、入試説明会で土岐社長と桐原さんが登壇して学校が変わることを保護者に説明したりして、前年度までとは違う学校であることを地道にアピールしていったことが大きいという。

## 教員、生徒と進めた 四つの改革

その成果が評価された桐原さんは、大学卒業後に副校長に就任する。就任からの1年半で、教員や生徒た

ちと四つの改革を進めた。

一つ目は生徒に合わせた授業スタイルの実施。桐原さんは普段、公民科の必修科目「公共」を教えている。教員免許は持っていないが、広島県から臨時免許が授与され、週10コマの授業を担当。その授業も、教科書を読んで先生が一方的に教えるという一般的なスタイルではない。

「校長は『公立ではないので、生徒たち一人一人を特別扱いする』と言います。生徒がやりたいことや好きなことを全力でサポートするという空気が教員にあるので、生徒が自分で受けた授業形態を選べるような体制があります」

以前は、教員が前に立ち、ホワイトボードに書く一方向型の授業スタイルが多かった。その形式はこの2年で大きく変化した。

たとえば、授業の初めに「民主主義についてのまとめ

スライドを作り、隣の人に発表する」という授業のゴールを設定した場合、スライドを作るために生徒はさまざまな手段を使うことができる。タブレットでオンライン教材の「すらら」や「スタディサプリ」を使用した

り、講義動画や教科書、レベラル別の学習プリントを使ったりして学習する。多様な方法を生徒自ら選択して学び、授業の終わりに隣の人に説明し、理解を確認する。アメリカ国立訓練研究所の研究によると、さまざまな勉強方法の中でも、学習した内容の平均定着率が一番高いのが「他の人に教える」場合とされる。理にか

なった授業形式といえるが、生徒を取り巻く時代背景の変化もあるという。今年度の入学者の100人以上が、小中学校で不登校を経験しているのだ。

「今の生徒は、ネットで調べたら情報が手に入る時代



# 26歳副校長が挑む学校改革

## 総合的に成績を 評価する仕組み

に生まれました。この高校に入ったら変われるのではないか。そんな期待を持って来ています。自分の好きなことを『主体的』に選ぶことが、学ぶことに意欲的になる秘訣ひけつだと思います」

生徒たちが学校に来たくなるような「主体的な学び」。二つ目の改革として、「eスポーツ」を授業に導入した。「ロケットリーグ」「ゴッドフィールド」「テトリス」という三つのゲームを使う。毎日5時間目、週5コマ、1年生の総合的な探究の時間で実施する中で、学校行事として大会も開催するようになった。

「学校で点数化できない力である非認知能力『桜が丘6マインド（自信・向上・探究・受容・疎通・協調）』を育成することに力を入れ

ています。学校の新しい校訓が『自考自創』で、『自ら考え、自ら（を）創る』ことを大切にしているのですが、eスポーツの授業はその一つです」

ゲームと聞くと余暇の時間に思える授業だが、生徒が企画・設計。「誰一人残さず参加できるようにしたい」というテーマを決め、

操作方法が簡単なゲームを選んだ。生徒が主体的にゼロから授業を創る活動は、「テトリス」で何百万点を獲得するというように、通常の授業ではわからない生徒の才能の発見もあった。

そして、三つ目が定期テストの廃止だ。

「中間テストや期末テストは、知識が定着して、日常生活で使えるかどうかを確認するものです。しかし現状は、直前に集中して知識を詰め込んでテストでアウトプットをするため、覚えているのはそのときだけで、

すぐに忘れてしまう。その難点をどうにかしたいという危機感がありました」

定期テストで成績を評価するのではなく、「単元テスト」3割、リポートや発表・プレゼンなどの「パフォーマンス課題」3割、「単元振り返り」4割という総合的に成績を評価する仕組みを考案した。

「単元テストは、定期試験よりも実施スパンが短く、ポリウムが少ない試験です。章が終わったタイミングで確認するテストを必ず2・3回実施して、実生活で使える知識として定着させます。それだけでは不十分なので振り返りもします。ここでも重要なのが『6マインド』。どのような場面でも六つの能力を意識して学べたかを『振り返りシート』に記入して、生徒自身に振り返ってもらいます」

四つ目の改革は、カリキュラムの変更だ。桜が丘高

校は普通科だが、国語・数学・英語など教科学習の標準単位数（卒業要件で履修が義務付けられている単位数）をギリギリにして、その分、探究の授業や特色ある授業を増やしている。

例えば、授業のコマ数を減らして月曜から金曜まで毎日6時間授業にし、今まで実施していた水曜日の7時間目の授業や、土曜日の午前中の授業を廃止した。これは、生徒たちが学校外で活動する時間を確保する狙いがある。

また、国語・数学・英語などの時間を減らした分、前述のeスポーツに代表される総合的な探究の時間や、自分の将来の夢を自分で実現させるための「自考学習」の時間を増やした。

桜が丘高校は、大学進学が3割、専門学校進学が3割、就職が4割という環境だ。桐原さんは進路指導にも力を入れる。生徒が「行



生徒たちがさまざまな道具を持ち寄り、チームで協力しながら作品を完成させていく

きたい学校にする」「行きたい進路を実現させる」とを目標す日々だ。

「日本が好きで、この国のためになりたいと思っています。でも今は、経済成長力が下がって、世界的に見ても少しずつ力が落ちてきています。日本の国力を上げていきたい。その根底には、教育がある。建設業界も飲食業界もIT業界にも、人材教育をする仕組みがあります。日本の教育の仕組み自体を広島からアツプデートして、社会の仕組みを変えていきたいです」

# 増田恵子

歌手・女優（ピンク・レディー）

「シン・ケイちゃん」始動！  
60代後半からの新しい生き方

スタイリスト／おおさわ千春  
ヘアメイク／高瀬央子

2025.1.19-26 **サンデー毎日** 24



「何かを人に聞く時も、笑顔を連鎖する——どんな時でも笑顔を忘れずにいようと思った。」

可能性がありますから、ちゃんと指導者の先生からOKが出るまで履けないんです。しかも私の場合は先生から許可が出て足に持病

「何かを人に聞く時も、笑顔で尋ねればほとんどの人が笑顔で答えてくれますよね。それに口角を上げると、自分で自分の脳をも騙せる。大変だ、つらいという気持ちより、『幸せ』『楽しい』と感じるほうに世界が開けるんです。そういうものを主人との生活から学びました」

「仕事に役立てたいという気持ちと、バレエに魅了されてしまったから」とケイちゃんは言い、「でもポワント（トゥシューズ／バレエダンサーが用いる靴）を履けるようになったのは、数年前からなんですよ」と肩をすくめる。

「バレエ初心者がポワントで踊ると怪我<sup>けが</sup>をしてしまう

実感しました」

けたのです！

## 写真／今井一詞

は幼い頃からずっと変わらなけれども、表現が多彩になったと思います。それは自分の中で心に響く部分が変わったから。40代まではメロディーに魅了されていました。50代になってから詩に心を奪われるようになり、60代半ばを過ぎてから特に人間愛のような歌詞に心を惹かれるように。今の私が感動した歌詞を、みなさんの心に訴えかけるような表現で歌いたいです。だからぜひコンサートに来てください」

そう言われても、年を取るとなかなか行ったことのない歌手のコンサートは敷居が高く感じる。

ところがケイちゃんのコナサートでは、コアなファンは50代60代だが、その親世代や子ども世代など幅広い年齢層が歌って踊って大盛り上がりになるという。「コナサートって『ここではこういう話をしよう』と

おざっぱ  
大雑把には決めています

が、実際にはお客様の反応で作り上げていくもの。生の良さがありますよね。以前のコナサートで、絶対に成功させたいと思っていた曲があったんです。ところが歌詞を間違えてしまった。その場で会場のみなさんに伝えたら、『そんなの言わなきゃわからないのに、ケイちゃんは正直なんだから。もう一回歌えばいい』とファンの方が声を上げてくれたんです。それで『いいんですか。それでは歌わせていただきます』と(笑)。私は話し出すと止まらないこともあって、いつもコナサートでは時間ギリギリ、時にはオーバーしてしまう。

もちろんプロだからミスはダメ、きっちりしなくてはいけないのですが、そうやって来てくれる方と心が通じ合える瞬間が幸せです」

ずっと笑顔で話してくれたケイちゃんが、一度だけ答えにつまんだのが「これからの楽しみ」について触れた時だった。「今はね、ちよつと、うーん難しい質問ですね」と言って目を潤ませる。

「主人が亡くなって半年も

## 毎朝丁寧にお茶を淹れる

実はケイちゃん、桑未知二さんと結婚する44歳まで、冷蔵庫には果物とヨーグルト、化粧品しか入っていません。なぜ化粧品が？と尋ねると、「新鮮なほうが効くかなと思って冷蔵庫に保存していたんですけど、全然意味がないと後でわかりました。むしろクリームが冷たく固くなってしまってた……」とお茶目に答える。

夫の桑木さんは結婚当初、そんな冷蔵庫を見て「ケイさー、こんなものしか食

経っていないので、今はまだそこまで考えられないのですけれども……。でも主人が「食は大事」と常々言っていたので、もう少し経ったら自分のためにちゃんとしたものをお料理して、主人の遺影の前で食べたいですね」

「もっと早く言ってよーと思いました(笑)。でもね、主人と結婚してから本当に食事が変わったんです。それまでは胸焼けしてしまうので、お肉はあまり食べなかったのですが、主人は疲れた時こそ肉だと。豚、牛、鶏のお肉をいただくようになりまして、お魚も野菜も食べるようになって体力がきました」

さて静岡出身のケイちゃんは、大の緑茶好きでもある。毎朝丁寧にお茶を淹れる習慣があるという。

「多忙だった若い頃はちゃんとお茶を飲む時間もありませんでしたが、一度解散してから静岡の茶葉を取り寄せるようになりました。親友のご主人の実家がある地域の『川根茶』や、最近父の実家がある掛川の煎茶『さえみどり』にハマっています。時々茶葉同士をブレンドしたりもして楽しめます。急須に茶葉を入れ、



「笑顔の力」で人生を謳歌



# イオンvs.アオキ創業家の攻防 ドラッグ業界再編加速の行方

「イオンはツルハに続きドラッグストア大手のアオキ取り込みに向くのではないか」（市場関係者）との見方が浮上している。ドラッグストア業界の再編は、さらに熾烈（しりれつ）を極めるのか。

2024年2月、イオンはグループ傘下につつウエルシアホールディングス（HD）と、ツルハHDとの経営統合のための協議を開始したと発表した。業界最大手のウエルシアと2位のツルハ統合により、売上高は2兆円を超える。

「ウエルシアのほうが売上高では上回るが、経営統合でイオンは、ウエルシアの名前は残しつつ、ツルハを親会社にする事で、創業家の顔を立てる配慮も欠か

さなかった」（メガバンク幹部）

鍵を握っていたのは、香港の投資ファンド、オアシス・マネジメ

ントだ。

「オアシスを創業したセス・フィッシャー最高投資責任者は、同族経営会社を標的に、次々と株を買い占めて創業家排除の株主提案を仕掛けてきた。なかでもターゲットとなったのがドラッグストア業界だった」（市場関係者）とされる。

23年6月にはツルハの「創業家による企業支配」を問題視し、鶴羽順社長の父・鶴羽樹氏が就く取締役



イオンは今後、どのように動くのか…

会長職の廃止や、社外取締役候補5人の選任などを要求。さらに24年7月に、同じく同族経営会社であるクスのアオキHDの株式を大量保有し、社長の青木宏憲氏と、その弟である副社長の孝憲氏の退任を求めた。

オアシス側の提案は株主総会で否決されたが、このときツルハの窮地を救ったのが、筆頭株主のイオンだった。24年に入り、イオン

はオアシスが保有していたツルハ株を取得し、持分法適用会社化して、ウエルシアとの統合を決めた。

さらにイオンは、「統合5年以内に3兆円の売上高」を目標に掲げており、「規模拡大を求めてアオキ買収を視野に入れているのではないか」（市場関係者）との見方が有力だ。クスのアオキHDは、「健康と美と衛生」を理念に掲げ、全国25府県でドラッグストア951店舗、専門調剤薬局6店舗、スーパーマーケット18店舗を展開する。しかし、そこには資本の壁が控えている。

「アオキは、ツルハと同じように23年以降、オアシスに株付けされ、経営に圧力を受けていた。その過程で、イオンがオアシスの保有株を買い取る形で、傘下に収める動きがみられた。しかし、アオキの創業家一族の抵抗は激しく、頓挫した格

好になっている」（大手証券幹部）

24年5月時点で、イオンはアオキの9・98%を保有する筆頭株主で、傘下のツルハもアオキ株の5・13%を保有していた。またオアシスは4・27%を保有しており、3者の保有株を合算すると、19・38%に達する。

しかし、ツルハのようにイオンの軍門に降るのを嫌ったアオキの創業家は、株の買い増しに動いた。アオキの創業家一族と岩盤の持ち合い株を含めると、「株主総会で重要事項に拒否権を発動できる3分の1以上の株式を確保した」（同）とされる。

クスのアオキHDは12月5日、複数の地方スーパーと事業譲渡契約を締結し、独自路線をひた走る。徹底抗戦のアオキ創業家一族に、イオンはいかなる手を繰り出すのか。

（森岡英樹）



# 淑女の養生訓

第71回

元村有希子

クリスマスが近づいた週末の夜、中学3年の男女がマクドナルドの店内で見知らぬ男に刺された。女子生徒は失血死。未来は永遠に閉ざされた。

容疑者逮捕までの1週間近く、地元はパニックに陥った。

現場は私の実家に近い。週明け、校区内の小学校は送り迎えの保護者でごった返した。「みんな丸腰なのよ。ここに男が刃物を持って飛び込んだらと思うと、かえって怖かったよ」と母は言う。

帰省した折、現場近くで流しているタクシーに乗った。「お年寄りを自宅から目と鼻の先の

病院まで送り迎えしたよ」と運転手は笑っていた。無差別殺人犯が逃亡中となれば、自分の身は自分で守るほかない。

果たして容疑者は現場から1キロ足らずの自宅にこもっていた。近くの蕎麦店から出前を取り、警察が突入した際も抵抗しなかったという。

「無敵の人」。犯罪心理学者の出口保行さん（東京未来大副学長）の見立てである。

通常の場合、十分な動機があ



事件のあったマクドナルドの店舗前で手を合わせる女性＝北九州市小倉南区で2024年12月21日

ったとしても「つかまるのでは」との不安が踏みとどまらせる。犯行に及んでも逃げるのが普通だ。

今回のケースはいずれにも当てはまらない。刃物を用意し、駐車場から店内を観察して標的を物色した。選んだのは抵抗されない子どもや女性だった。逃

げるつもりはないからサンダル履きで犯行に及んだ。「無敵の人」に共通するのは、社会への強い恨みと、「これ以上失うものは何もない」という孤独だと出口さんは言う。

2021年のハロウィーンの夜、京王線の車両で見知らぬ乗客を刃物で刺し、車内に放火した男を思い出す。ダークヒーロー「ジョーカー」に扮し、犯行後は座席でたばこをくゆらし逃げる気配もなかった。

「人を殺して死刑になりたかった」と供述したという（判決は懲役23年）。常軌を逸しているのは間違いないが、社会が無視していい問題でもない。

## 「無敵の人」の凶行にどう向き合う





103万円の壁から日経平均 地球温暖化まで

2025年の家計&経済がすべてわかる!



# 家計 荻原博子の 「いろはカルタ」

国内外ともに激動が続きそうな2025年だが、気になるのは私たちの「暮らし」だ。住宅ローン金利や日経平均株価は上がるのか。安心老後を手に入れるにはどうすればいいのか、正しい節約術は……? 家計に関わる時事ネタで、経済ジャーナリストの荻原博子さんに「いろはカルタ」を作ってもらった。

## い 意外としぶとい 石破政権

みんなの一大関心事は、「年収103万円の壁」と「ガソリンの暫定税率廃止」。衆院選で議席を伸ばした国民民主党が、補正予算の成立と引き換えに、与党から103万円の控除を178万円に引き上げることを目指し、ガソリンの暫定税率を廃止する約束を引き出しました。

けれど「目指す」の一言が入ったため税制調査会から「目指したけれど123万円しか出せません」と言われ、ガソリンは時期を明示しなかったのどいつ実施するかわからない。過去に2度も詰め甘さでガソリンのトリガー条項凍結解除を逃しただけに、またも与党にしてやられた感が残ります。

一方、政権誕生で為替は円高、株価は暴落、不支持が支持を上回った石破政権。ですが、「金利を上げない」発言や日本維新の会を抱き込んだ補正予算の成立など、なりふり構わぬあの手の手で、意外としぶとく続きそう。今年は、庶民生活に顔を向けた政策を!

## ろ ロシア停戦で、 カニが高値

ウクライナ戦争を「24時間以内に終わらせる」と豪語したトランプ氏が間もなく米大統領になり、停戦のためにアメリカが先陣を切った行ったロシア経済制裁を解く可能性が出てきました。

そこで、意外なものが値上がりしそう。禁輸でアメリカに売れず、ロシアから日本に大量にきた水産物が、再びアメリカで売られることになりそう。たとえばカニは、販売が日本に集中したために一昨年から3割程度安くなっていました。元の高値に戻りそう。いっぽう停戦が実現すれば、ロシアの領空が通れるようになるので、2倍以上の価格だったノルウェー産サーモンなどは逆に安くなりそうです。

停戦すれば、家計にもさまざまな影響が出そうです。





は

## 働くシニア、 65歳まで安泰

2025年4月の「65歳までの雇用確保の義務化」で、会社は「定年制の廃止」か「65歳までの定年の引き上げ」「希望者全員の65歳までの継続雇用制度の導入」のいずれかを選択・実施しなくてはなりません。

例外として、13年3月末までに労使協定により継続雇用制度の対象者を限定する基準を定めていた事業主の対象者限定も、この時点



でなくなります。

つまり、65歳まで働きたい人は、全員、雇用が守られることになります。

ただし、給料についての規定はないので、低賃金すぎたら新しい働き口を探すのもありでしょう。

に

## 日経平均は、 「辰巳天井」？

マーケット関係者の話を総合すると、25年の日経平均は4万円前後で、そう大きくは上がらないよう。

相場の格言「辰巳天井」は、辰年と巳年は高値でそこがピークかもということ。

その後に「午・尻下がり」「未・辛抱」という言葉が続くので、ちょっと警戒が必要な年になりそうです。

個人的には、世界的に景気減速の兆候が見られ、特に民主主義国の政治が不安定化しています。さらに、トランプ政権という大きな



不確定要素もあるだけに、良くして横ばいかなという感じがします。

投資に積極的に乗り出すような環境ではありませんから、投資するなら火傷をしない程度に慎重に！

ほ

## 保険証廃止でも、 放っておけば 大丈夫

昨年12月2日から、新規の紙の保険証は発行廃止に。ただ、会社員のほとんどは、今年12月1日までは使えるし、その後は自動的に保険証と同じ「資格確認書」が

送られるので心配ない。

大変なのは、「マイナ保険証」を持っている人。カードの電子証明書は、5年ごとに自治体の窓口に行つて更新手続きをしなければならず、20年から3年間、マイナポイントに釣られてカードをつくった多くの人

は、診察のたびに手続きしなくてはいけない「マイナ保険証」に比べて、月1回、病院の窓口に出せばいいだけ。保険証と同じくらい便利です。

返

## 返済は、 金利が上がる前に なるべく減らす

昨年の暮れに日銀が金利の引き上げを見送り、植田和男日銀総裁は、春闘での賃上げ状況を見定め、トランプ政権の関税実施などの政策を見極めたいと発言。

つまり、今年3月くらいまでは様子見の構え。ただ利上げへの意欲はまだある。

だとすれば、借金がある人は、今のうちに返しておいたほうがいい。特に住宅ローンについては、大半の方が変動金利で借りているので、金利が上がるとそのぶん返済が増える可能性があります（5年間は返済額は同じです）。また、これ

からローンで借りる予定がある人は、今年のうちにできるだけ貯金して、金利が上がっても慌てないように借入金額を減らす努力をしましょう。

## と トランプ関税で、 日本は不況？

トランプ次期大統領は、昨年11月にSNSで、中国からの全輸入品に対して10%の追加関税を、メキシコとカナダからの全輸入品に対して25%の関税を課すと発表しました。

そのために、3国からアメリカに輸出されるものの値段が上がるだけでなく、大和総研の試算では日本からの輸出も減って、実質GDPは最大でマイナス1.4%にもなるとのこと。

しかも国防次官には、対中国軍備増強派のコルビー氏を起用すると発表。昨年5月のNHKインタビュー

で「日本は防衛費をGDPの3%程度に増強する必要がある」と言っていた人物。アメリカの言いなりの日本は、またまたお金を搾り取られ、そのお金は政府が国民から増税で搾り取る。景気が良くなるはずない！

## ち 地球温暖化、 家庭でできる 対策を

地球温暖化が止まりません。しかも「温暖化対策は詐欺」と豪語するトランプ氏が大統領となり、中国に次ぐ世界第2位の温室効果ガス排出国アメリカが、温暖化を防ぐためのパリ協定から再離脱しそう。すでにトランプ氏は、石油や天然ガスの生産拡大路線を強調。ただ、このままだと南極の水が2100年までに25%消えるという試算もあり、家庭レベルで温暖化防止対策を考えざるをえない。ガソリンを使わないで、

自転車や公共交通機関を活用する。買い物には、必ずエコバッグを持っていく。同じ部屋で家族団欒し、暖房や照明の利用度を減らす。買い物前に冷蔵庫をチェックし、フードロスを防ぐ。これらの対策は、二酸化炭素の排出量を減らすと同時に家計の節約にもなります。

## り リスク管理で、 老後も安心

「老後は2000万円必要」だの「物価高に備えて4000万円必要」だのと、不安を煽る言葉ばかり。

こんな言葉に煽られて、投資に走ってドツボにハマった人が続出した24年。株価の乱高下についていけずになけなしの貯金を失ったり、投資詐欺に引っかかって大切な老後資金まで巻き上げられた人も。そうになると、新たな不安がストレスとなり、寿命を

縮めるという本末転倒なことにもなりかねません。

「安心な老後」は、投資をすればやってくるというものではありません。まず、家計の状況がどうなっているのか足元をしつかり見る。その中でどうやって充実した人生を送るかを考える。高齢になればなるほど、若い先短いので投資ではリスクを抱えやすくなります。

お金さえあれば幸せになれるなどという考えは捨て、「足るを知る」の精神で、心豊かに暮らすこと。それこそ老後のリスクを減らす最大の方法なのです。

## ぬ ぬかにくぎ、 止まらない 税金の無駄遣い

国民民主党の、控除を年収103万円から178万円に引き上げて手取りを増やす要求は、なんと123万円の低水準で決着しそうです。理由は「財源がない」です。



新型コロナウイルスや物価高で国民が苦しんだ19年度から23年度にかけて、国の税収は過去最高を更新し続け、直近では約14兆円も増加。ところが、これらが湯水の如く無駄なものに使われた。

5年前に100兆円を突破した一般会計の歳出は、すでに110兆円を超え、数兆円だった「補正予算」は10〜30兆円があたりまえ。会計検査院によれば、22年度の補正予算32兆円中、4割近い11兆7000億円が年度内に使われていなかったとのこと。

血税を取ることに熱心ですが、使うほうは手前勝手です。しかも増税の柱は消費税で、赤字家計



からも容赦なく徴収する。そんな政治のあり方を、そろそろ見直す時期に來ているような気がします。

## る ルールが変わった 家計の節約

テクノロジーの飛躍的な進歩で、家庭の節約方法も変わってきています。

たとえばエアコン。使わない時にはこまめに消すことが節約になるといわれてきましたが、最近のエアコンは、立ち上げに最も電力を使い稼働中はほとんど節電状態。なので、20分くら

い席を外すなら消さずにそのままのほうが節約になります。掃除機も、片付けながら切ったりつけたりして掃除するよりも、最初に片付け、一気にゴミを吸い取ったほうが節約になる。

テレビも、ブラウン管から液晶テレビになり、待機電力がほとんどかからなくなっているの、こまめに消すといちいちデジタル番組表などの読み込みをし直すなくてはならないので、余計な電力が必要になる。買い物の前には冷蔵庫チエックが必要ですが、開けたままチエックするよりス

マホで庫内を一発撮影したほうが冷気を逃さない。

そもそも、スーパーを回って1円でも安いものを買うよりも、ちよつと働けばその分は稼げる時代です。節約のルールも昔とはかなり変わっているの、新しい時代に合わせ更新が必要

## を

お(を)金は、  
死ぬ前に使え！

約10年前に、マガジンハウスから『貯め込むな！お金は死ぬ前に使え。』という本を出し、そこで「日本人は、死ぬときに一番お

金持ち」と書きました。10年経ち、その状況は今も変わらない。どの年代よりも、70歳以上が一番お金持ち。

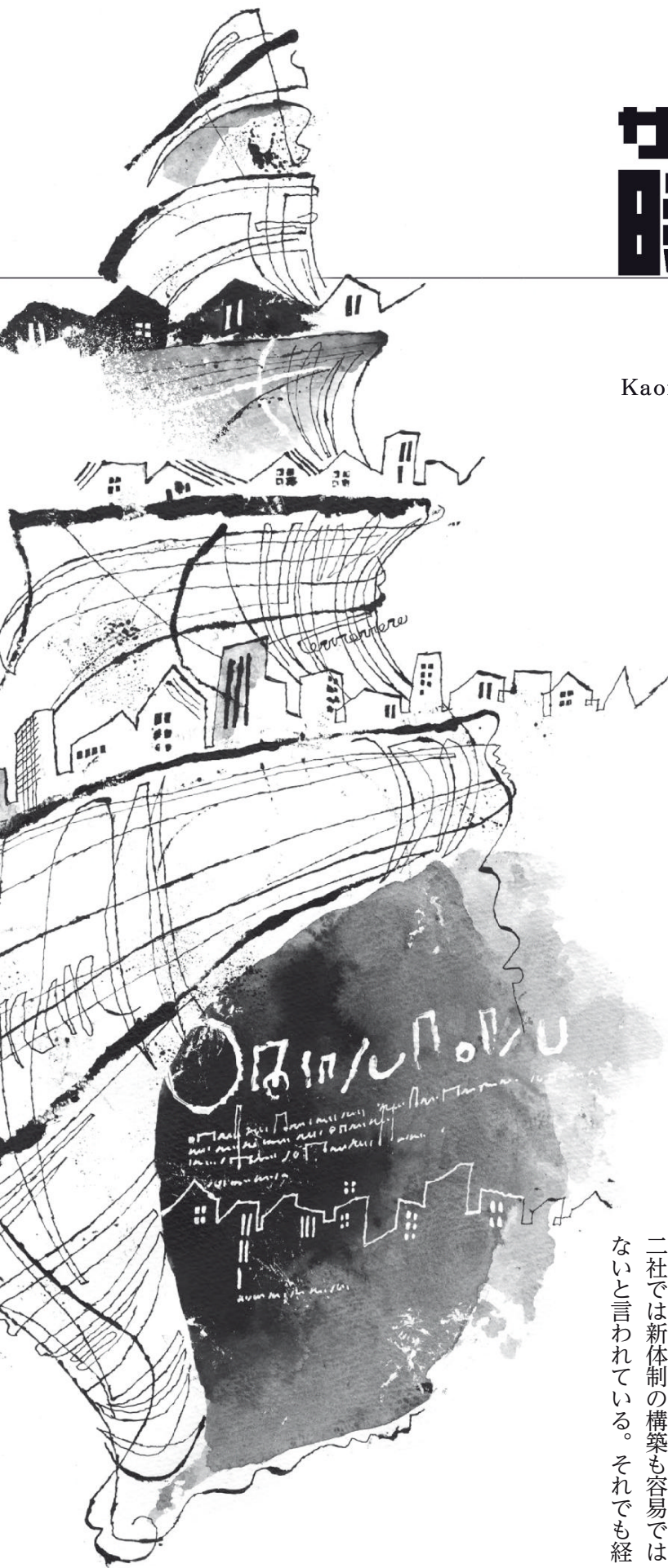
ただ、どんなにたくさんお金を持っていて、あの世までは持っていけません。かといって、死後に残すと、相続争いの火種になる。

司法統計によれば、20年に起きた相続争いの調停・審判は約1万5000件。このうち約3分の1は、相続税もかからない1000万円以下の相続で揉めている。もし自分の子供たちがそんな争いを起こしたら、子供同士、一生憎しみ合う

かもしれない。

そんなことになるくらいなら、いっそ財産を使い切って潔く逝きましょう。

介護状態になつても、旅行介護士が付き添えば旅行はできます。なにより、元氣なうちに頻繁に家族旅行でお金を使えば、財産は残らなくても子供たちの中に楽しい思い出が残って、自分の死後も仲良くするはず。そろそろ人生の終わりを感ぜ始めたなら、貯めることよりも有効にお金を使うことを考えるべきでしょう。25年も明るく、たくましく前を向いていきましよう!!



# サンデー 時評



Kaoru Takamura 高村 薫

旧年中は年の瀬も押し迫った17日、あわただしく2024年度補正予算が成立し、24日、政策活動費の全廃を含む政治改革関連3法も参院で可決、成立した。一方で野党が強く求めてきた企業・団体献金の禁止や政治資金の世襲禁止はあっさり見送られ、パーティー券に至っては俎上にも載らなかった。政治とカネの問題が問われたわりには、与野党ともに何としても収入源を死守したい本音と、カネを

ばらまくこと＝政治という、岩盤のような政治の本態が、あらためて垣間見えた臨時国会だったと思う。かくして政治は皮肉にもほぼスケジュールどおり進み、メディアは連日、与野党の生煮えの野合をトップニュースで報じ続けたのだが、眼を凝らせばその影に埋もれて私たちの耳目に十分に届かなかった大事なニュースがいくつもあつた。たとえばこのところ騒がれていた日産自動車の業績不振が、こ

こへ来てついにホンダとの経営統合という大変革に行き着きそうなこともその一つである。常々規模を求めている合従連衡を繰り返してきた自動車業界であるが、インターネットとつながるコネクテッド、自動運転、車載用電池などの次世代技術が求められるいま、海外メーカーの後塵を拝する日本が合併によって具体的に何をどのように推進してゆくのか、必ずしも自明ではない上に、企業文化の異なる二社では新体制の構築も容易ではないと言われている。それでも経



# ポピュリズムの日々の 先にあるのは民主主義の落日

イラストレーション●柳智之 レイアウト●鈴木成一デザイン室

宮統合しか道はないのだろうか日本の自動車産業の行く末には、市井も手に汗を握らざるを得ない。

また11月末、アゼルバイジャンで開かれた国連気候変動枠組条約第29回締約国会議（COP29）も、35年まで先進国が気候変動対策費として途上国に支出する年間3000億ドルの補助金と融資について、現金での支援を求める途上国から大きな不満の声が上がるという不穏さだった。もともと石油とガスに依存するアゼルバイジャンは会議をまとめる十分な意欲を欠いていたことに加え、資金の拠出に及び腰の先進国と途上国の対立は深く、このCOPの枠組みの将来性に疑問符さえ付き始めていると海外メディアは伝えている。異常気象が一段と進む一方で会議そのものが座礁しかけているいま、日本政府と日本人一般の意識はあまりに低いのではないか。

ちなみに、経産省が12月17日に示した新しい「エネルギー基本計画」の素案から「原発依存度を可能な限り低減する」という従来の文言が消えたのも、もっと騒がれ



てよいニュースだった。これは目標に遠く及ばない脱炭素の現状への危機感というより、欧州のように石炭火力全廃に踏み切れない現実を原発推進で糊塗したということだろう。折しも国は、半導体工場やAIのデータセンター建設ラッシュで電力需要が増えるという予想に便乗して、国会での熟議もなく一気に原発回帰を図ったのだが、現実には老朽化原発の建て替えや造設が簡単に進むはずもなし。仮に造設しても、出力調整がしにくい原発と再エネの共存では再エネの出力調整の増加が避けられず、40年に求められている再エネ比率4・5割の達成に水を差すことになる。とまれ、いまさら巨費を投じて原発を増設することの非現実性に眼をつむる政治と電力業界の、この思考停止の先にあるのはやはり、停滞と沈下から抜け出せない老残の日本である。

能登半島地震が始まった昨年は内外ともに選挙イヤーとなったが、総じて候補者も選挙活動も有権者も、従来とは様変わりした感があった。そして、政策の当否やあるべき社会の姿といった具体性ではなく、必ずしも中身を問わない「目新しい何か」「耳新しい何か」が一気にブームとなるSNS全盛のいま、メディアも私たち有権者も本欄で取り上げたような個別の話題をスルーすることが多くなったのだが、こんなポピュリズムの日々の先にあるのは民主主義の落日と、低次元の独善や独裁である。新しい年はその下で分断され放置されてゆく人間の困難——貧困、差別、老いなど、いわゆる言い難い難問に地道に向き合いたいと思う。

たかむら・かおる 1953年、大阪市生まれ。93年『マークスの山』で直木賞。98年『レディジョーカー』で毎日出版文化賞。2016年の『土の記』で野間文芸賞などを受賞する。その他の著書に『我が少女A』など多数



## 「独裁者」の功罪と相対化

抵

抗

の

年の暮れも押し迫って書いていくこの原稿は、年が明けて読者に届く最初の号に掲載される。いまさら記すまでもないメディア環境の激変期、しかもSNSが現実政治のうねりを作る装置に躍り出たと騒がれる最中、紙の週刊誌という媒体のこの牧歌的な佇まいが私はむしろ好きだ。だから本稿も旧年を振り返りつつ、少し長い時間軸で物事を考察してみたい。

旧年の末、ナベツネこと渡邊恒雄氏が逝った。この国最大の発行人部数を誇る読売新聞とそのグループを長年牛耳った氏の「功罪」を回顧する追悼記事は本誌前号も掲載し、ライバル各紙も評伝記事を一斉に載せた。だが、私にとって古巣メディアの先輩だからというわけではなく、東京新聞に掲載された魚住昭氏の寄稿評伝が群を抜

いて正鵠を射た内容に思われた。

かつて『渡邊恒雄 メディアと権力』（講談社文庫）を著し、渡邊氏への直接取材も重ねた魚住氏は、寄稿でも氏の本質を氏自身の言葉で見事に抽出した。巨大新聞を「経営者兼主筆」として支配し、「俺は最後の独裁者」と語って憚らなかつた渡邊氏は、こんなふう

に言い放っていたという。「才能のあるやつなんか邪魔だ。俺にとっちゃ、俺の言うことに忠実に従うやつだけが優秀な社員だ」そしてこうも。「世の中を思う方向にもつていこうとしても力がないやでできないんだ。俺には幸か不幸か1千万部ある。それで総理を動かせる。政党勢力も思いのまま、（略）読売が書いた通りになる。こんなうれしいことはないわね」。魚住氏は「恐ろしいほどの

率直さ」に半ば感嘆しつつ、「多様な言論と権力のチェックが新聞の生命だという意識はみじんも感じられなかった」と書く。

と同時に魚住氏は、かつて大阪読売で社会部長を務め、反戦・反差別の紙面作りに気を吐いた故・黒田清氏に想いを致す。渡邊氏が牛耳る読売から退社を余儀なくされた黒田氏はこんな言葉を遺したという。「読売は権力にすり寄ってるなんてもんじゃない。権力者が新聞を作ってるんだ。そんなのジャーナリズムじゃないよ」

あらためて振り返れば、渡邊氏が読売の論説委員長に就いたのが1979年、主筆就任が85年、そして主筆を兼務したままの社長就任が91年。それまでの読売も中道ではあったが、庶民の喜怒哀楽に寄り添う大衆紙の色彩が濃く、社





## 青木理のカウンター・

内には自由な空気も残り、このあたりは読売社会部出身のノンフィクション作家だった故・本田靖春氏の作品などにも詳しい。

しかし、渡邊氏が読売を牛耳り、まさに「多様な言論と権力のチェックが新聞の生命」という気配は消えた。特に90年代以降は時の政権と歩調を合わせ、その背を押し、メディア界全体の風景も変えた。朝日、毎日に対峙する読売、産経。およそあらゆる政治イシューがこの対立構図で是非が語られ、系列のテレビ局などでも同様の構図が形作られた。

一方でこの国の戦後ジャーナリズムの相当部分を新聞メディアが担ってきたと捉えるなら、新聞界全体の潮流はこの構図とかなり異なる。近年の政治イシューでいえば、安保法制にせよ、改憲にせよ、メディアにとつて言論・報道の自由に直結する特定秘密保護法等々にせよ、全国各地のブロック紙、有力地方紙で賛意を唱えた新聞はほぼ皆無。「多様な言論と権力のチェックが新聞の生命」なら、それをかろうじて堅持して政権に疑義を突きつけたのが新聞ジャーナリズムの主流ではあった。

しかし、渡邊氏に牛耳られた巨大新聞の変質によって中央では明らかに風景が変わり、重大な政治イシューもまるで是と非が拮抗しているかのように相対化された。結果として政権はどれほど勢いを得たか。つまり、読売の変質を主導した渡邊氏は、もとより巨大新聞の「独裁者」にとどまらず、やはりこの国の「軸」を動かした稀代の存在ではあった。ただ、為政者ならばともかく、メディア人としての氏の振る舞いをこれも、功罪で相対化してしまうことなど、少なくとも私にはできない。

青木理 あおき・おさむ

1966年生まれ。共同通信記者を経て、フリーのジャーナリスト、ノンフィクション作家。丹念な取材と鋭い思索、独自の緻密な文体によって時代の深層に肉薄する。

著書に『安倍三代』『情報隠蔽国家』『暗黒のスクランダル国家』『時代の抵抗者たち』『時代の異端者たち』など多数。近刊に『破壊者たちへ』『カルト権力』『時代の反逆者たち』

レイアウト●鈴木成一デザイン室

# か ら



牧太郎の



# 青い空白の雲

連載 971

新年、おめでとう！と言いたいけど……複雑な気分だ。

正月は異常な物価高。ともかくカネがかかった。クリスマスケーキの値段が一年前より3割近くアップのケースも。正月料金も……値段は変わらないが「分量」が大幅に減った。今年は「公共交通料金の値上げ」が決まっている。

3年前(2022年2月)、ロシアのウクライナ侵攻が始まり(日米の金利差拡大が原因で)「円安」も進んだ。だから「ある程度の物価高」を覚悟したが……。それにしても、政府の「物価高」対策はゼロに等しい。

昨年80歳になった。お上から「長生きのご褒美」に税金は払わなくてもよい！と言ってもらいたいほど、「税金」を払い続けた。

生活したら↓住民税、働いたら↓所得税 家を持ったら↓固定資

産税・都市計画税・不動産取得税、貰ったら↓相続税、あげたら↓贈与税、買ったら↓

消費税・地方消費税、車に乗ったら↓自動車税&ガソリン税、飲んだら↓酒税、吸ったら↓たばこ税・たばこ特別税・地方たばこ税、風呂に入ったら↓入湯税……。昨年からは

(ワケが分からない理由で)森林環境税なるモノを払わされた。

当方には無縁だが「とん税」「特別とん税」なるものがあるらしい。外国の貿易船が日本の港に入港したときに払う国税。船の大きさ(総トン数)によって「1トンあたり何円」という形で税額が決められるらしい。

楽しみにしている競馬。毎週毎



何とかして！石破さん

週、馬券を買うたびに「10%の国庫納付金」を払っている。最近……「介護保険料」という名前の「税金」もバカにならない。幾つになっても「税金地獄」が続く。

しかも……不景気である。

リーマン・ショックのときは1年9カ月で、景気が回復したが、2014年に消費税が8%になっ

てから不景気が続き、19年10月に10%になってからさらに経済状態は深刻だ。はつきり言って、「消費税地獄」だ。

なぜ、お上は食料品、水道水、医療費、教育費など生活必需品に消費税をかけているのか？ イギリス、カナダ、オーストラリアなどは生活必需品は非課税だ。

日本は「貧乏国」である。

24年の日本の一人当たり名目GDPは32・859<sup>ドル</sup>。前年の33・899<sup>ドル</sup>から3・1%減少した。「二人当たり名目GDPプランキング」では39位である。

近い国と比較すると……マカオが8位、香港20位、韓国33位、台湾37位。台湾にも追い抜かれた。

石破さん、何とかしてくれ！

取りあえず、食料品の消費税はゼロにしようじゃないか？

「103万円の壁」論争より、消費税大改革をしなければ、2025年、この令和7年に日本人は次々に死ぬぞ！

石破さん、食料品を「消費税ゼロ」にしないと、日本人は死ぬぞ！



ト

ランプ米次期大統領から1月20日の大統領就任式に招かれた中国の習近平国家主席は、招待を受けるのか、世界の関心が高まっている。

トランプ氏は「アメイジング・ガイ（すばらしい男）」、「中国とはあらゆる課題とともに解決できる」と甘い言葉を投げた。中国経済失速の危機の中で「早く辞めてくれ」という圧力に押されている習氏には威信回復のチャンスだが、思わぬ罠があるかもしれない。2017年、米フロリダ州のマールアラゴで初めて会談した時、トランプ氏から突然「シリアに巡航ミサイルを59発撃った」と告げられ、習氏は1分近く声が出なかった。翌年のアルゼンチン・ブエノスアイレスの会談では、トランプ氏は、通信設備大手「華為技術」（ファーウェイ）の最高財務責任者、孟晩舟氏をカナダで逮捕したと告げ、習氏を愕然とさせた。今回は何があるだろうか。

習氏招待のニュースが米メディアで流れたのは24年12月11日。その前日、トランプ氏は次期政権の経済成長・エネルギー・環境担当國務次官に対中強硬派のテック企業顧問、ジェイコブ・ヘルバーク氏を指名した。

ヘルバーク氏は、AI技術競争で中国を打倒せよと主張する「AI版マンハッタン計画」を11月発表した「米中経済・安全保障調査委員会」

# 世界透視術

金子秀敏 毎日新聞客員編集委員

第400回 「トラ」の罠はAI



かねこ・ひでとし

1948年生まれ。毎日新聞客員編集委員。政治部、外信部記者を経て論説副委員長、専門編集委員。北京支局在勤中は天安門事件に遭遇、香港支局では香港返還や台湾最初の民主化選挙を現場取材した。日本のチャイナ・ウォッチャーの第一人者

（USCC）のメンバーだ。国家安全保障担当の大統領副補佐官に指名されたアレックス・ウォン氏がその計画をまとめた。ホワイトハウスには「AI・暗号資産の皇帝」ポストが新設され、シリコンバレーの投資家、デービッド・サックス氏が指名された。AI戦

争の陣立てを固めたうえでトランプ氏は、習氏を招待した。習氏が罠を疑うのは自然だろう。一方の習氏は、中国指導部内で孤立を深めている。12月18日から20日までマカオ返還25周年記念式典に臨んだが、専用機のタラップを下りる足もとが少しおぼつかなかった。

7月、脑梗塞の発作で一時入院したのをきっかけに習氏の独裁権力は弱まり、軍を中心に集団指導制復活のキャンペーンが続いている。マカオに同行した政治局のメンバーは、蔡奇・書記処常務書記、何卫东・中央軍事委副主席、何立峰副首相と李鴻忠・全人代常務委員会副委員長だったが、李氏を除く3人はみな習派の福建閩だった。習派の常務委員でも、浙江閩の李強首相、上海閩の丁薛祥副首相の姿はなかった。党中央香港マカオ指導小組の組長の丁氏がマカオの式典にいないのは奇妙だ。

軍事委員会では張又俠副主席が、人事権を握る福建閩の苗華・政治工作部主任を汚職容疑で失脚させ、苗氏が抜擢した習派将官を多数逮捕、習氏の軍権が揺らいでいる。中露軍事協力のため8月、ロシアを訪問した習派の李橋銘陸軍司令官も逮捕されたという噂が流れている。事実なら、習氏には大きな打撃だ。国内の引退圧力はさらに高まり、トランプ氏の就任式に出る余裕はないだろう。

# 新 季節の人たち

連載 (258)

Ken Mori

森 健



## 一年の始まりに思う「周年」と教訓

二〇二五年が明けた。今年はさまざまな「周年」の年でもある。

近いところでは、新型コロナウイルスから五年がある。早いもので、世界を震撼させたパンデミックからもう五年だ。中国・武漢から広がった感染症はアジア、欧州と広がっていった。日本は当初、豪華客船程度だったが、安倍晋三首相（当時）は学校一斉休校に踏み切り、その後緊急事態宣言を発出。飲食店などが閉店していった。あの時「もう従来のような社会には戻れないかもしれない」と感じた絶望感は忘れられない。

十年前は、二〇一五年九月の安全保障関連法成立前に行われていた国会前の反対デモがある。珍しく学生たちが決起したSEALDsという団体が賑わせているという

ので何度か現地に足を運んだ。

あまり報道は伝えていなかったが、実はあのデモの風景も昼と夜では異なっていた。夜は若者が集まり、大音量で盛り上がっていたが、昼に行くと、国会前庭にたむろしているのは六十代以上のデモに慣れたベテランばかりだった。「それでね、おれは言ってやったのよ」「おお、そりゃ、いいな」と歓談したり弁当を食べたりで楽しい風景だった。要は、あのデモの実質は、昔ながらの労働運動系の人たちだったということだ。

三十年となる一九九五年では、一月の阪神・淡路大震災、三月の地下鉄サリン事件、九月の沖縄米兵少女暴行事件、十月からの一連のオウム裁判、十一月は「ウインドウズ95」発売など、時代を画す

大きな出来事が相次いだ。オウム事件関連では上九一色村突入の警察官や脱会信者をはじめ、さまざまな取材に出ていたが、私自身、あの年を境に何か大きく日本が変わったような気がする。

ただ、こうした周年もので、なんといつても大きいのは戦後八十年だろう。三月・東京大空襲、六月・沖縄戦の慰霊の日、八月・広島と長崎の原爆、終戦記念日。民間人八十万人を含め約三百万人が犠牲になった。あの戦争に関して当事者を前面に出して大きく取り上げるのは今年が最後だろう。

もちろん高齢で元気な方もいるので当事者がすぐにいなくなるわけではない。私も三年ほど前、真珠湾攻撃から八十年に際して、実際に艦上攻撃機に乗り込み、航空魚雷を撃ち込んだ元搭乗員の方にインタビューをしたことがある。

当時一〇三歳だった男性は記憶

が驚くほど明晰で、詳細に経験を語ってくれた。男性は、兵士としてあの戦争に参加し、命をかけたことには誇りをもっていたが、「少なくとも一九四三年ごろまでに降参しておくべきだった。そうすればあれほどの死者を出さなかったはず」と静かに嘆いていた。今後、直接的な体験者が少なくなるのは避けがたい。戦争報道がなくなることはないが、今後はどうのように伝えていくかが課題になっていくのだろう。

日本では少数与党による政府だが、米国では横暴な大統領が就任する二〇二五年。どんな一年になるのか、そして過去の教訓を活かしていけるか。一年の始まりに思いを巡らせている。

もり・けん ジャーナリスト。専修大非常勤講師。2012年、『「つなみ」の子どもたち 作文に書かれなかった物語』で大宅壮一ノンフィクション賞を受賞。17年には『小倉昌男 折りと経営』で大宅壮一メモリアル日本ノンフィクション大賞を受賞。



つれづれ  
徒然

## 雑記帳

92

中野翠

## 波乱の日々

二〇二四年、最後の原稿——。

この一年を振り返ってみれば、一月に能登の大地震（震度7！）があり、それとは全然関係無いけれど、浦和の友人の家が火事で全焼。さらに浅草の友人夫婦の夫のほうが目まいなどの異変あり入院。さらにさらに私の妹も腹痛で入院……。

というわけで、私自身は何事も無かったものの、心配事が次々と。二人とも結局のところ大事に至ることなく、ホッとしたのだが……。

トシをとるって、こういうことかと、今さらながらに身にしてみた。

二〇二五年は、どうかおだやかであってほしい。

## 驚異のお二人

さて、話はガラリと変わって。

何かのハズミで「昔、『光子の窓』という草笛光子さんのオシャレなバラエティ番組があったなあ」と懐かしく思い出した。TV草創期で、私は子どもだったけれど、カッコいいあと、憧れた。

私は映画好きで、歌舞伎以外の演劇全般には、あまり興味が薄いんだけど、それでも草笛光子さんの舞台は何度か見ている。



草笛光子さん（第45回日本アカデミー賞授賞式で優秀助演女優賞と会長功労賞を受賞し、あいさつをする。2022年）

二〇二五年は、どうかおだやかであってほしい。

今や八十代後半だろうか、と想ってスマホでチェックしてみたら、エエッ、九十一歳とあるではないか？ ビックリ！ 映画出演リストを見ると、ギッシリ。作家の佐藤愛子さん役で、『九十歳。何がめでたい』で主演されているのだった！

いやは何となく。佐藤愛子さんのほうもすごい、今や百一歳！ 自慢たらしく書きますが、十年ほど、いや、もっと前だったろうか、文藝春秋の編集者が佐藤愛子さんを紹介してくれて、何度か顔を合わせ、お宅にも伺ったことがあつ

た。たいせつにしていたであろうキモノを、「もう着ないから」と、ゆずってくださったりもして。私の好みの、地味めでスッキリしたキモノ。

コロナ禍で、キモノで外出する気になれず、タンスの中にしまわれたままになっているのだけれど……。今やコロナも下火になりつつあるようで、お正月は佐藤愛子さんの恩賜（おんし）のキモノで過ごしてみようかな、と。

## ですし、ますし

さて。話はガラリと変わって、ちよつとしたイヤミを……。

近頃のスポーツ選手の話の方が気になってたまらない。インタビュに答える選手たちの中に、語尾を、やたらと「……ですし」とか「……ますし」と言う選手が多いのだ。「……です」「……ます」とセンテンスを切ったほうがスッキリしているのに。妙なハヤリになっている。普通に「です」「ます」では、そっけないとも思っていることなのか？ それとも一過性のハヤリにすぎないのだろうか？

なかの・みどり 出版社勤務などを経てエッセイストに。著書に『いくつになっても』ほか

# 日本史

## 今までにない

## 人物伝

連載 その九十

上村松園 (下)

### 美人画に独自の境地を開いた天才少女

東京大学史料編纂所教授

本郷和人



いきます。15歳の時、第3回内国勸業博覧会に出品した「四季美人図」が一等褒状を受けました。さらに、来日中のビクトリア女王の三男アーサー王子が購入する榮譽に浴します。このことで彼女は、「京に天才少女あり」と世間から注目されるようになります。

18歳で師匠を変え、幸野楳嶺(1844〜95)に師事。この人は近代京都画壇の開拓者と評価される人で、多くの画家を世に送り出しています。また松園の最初の師匠、鈴木松年のライバルのような存在だったそうです。

松園が弟子入りして程なく、楳嶺は死去しました。そこで彼女は楳嶺門下四天王の筆頭と目され、京都画壇の中心人物だった竹内栖鳳(1864〜1942)に師事しました。栖鳳31歳、松園20歳の時です。

栖鳳は近代日本画の先駆

者で、その画歴は半世紀に

及び、帝室技芸員を務め、第1回の文化勲章を受章しています。画風は四条派(江戸時代中期に始まる、京都画壇の一大勢力)を基礎として、狩野派の技法や西洋の写実画法を取り入れており、革新的な画風を示しています。そのため守旧派から「鶴派」と揶揄されることもありました。その技量には悠然たる迫力が備わっていて、近代を代表する大家であることには異論がありません。

終始官展(文展、帝展、日展など政府が主催した展覧会)にとどまり、在野の横山大観と画壇の双壁をなして「西の栖鳳、東の大観」と称されました。弟子の育成にも力を入れ、画塾「竹校会」を主宰し、俊英を世に送り出しました。ただし女性の弟子であった六人部暉峰(1879〜1956年)は師匠と男女の仲にな

ぼくが30歳くらいでしたから、35年くらい前の話です。ある伝統芸能の世界で、師匠が弟子に対し、男女の関係を強引に迫るというスキャンダルが報じられました。高学歴な女性が急速に増えて、大学でのセクハラ事件が問題になり始めていた時期でした。他人事ではないな、もって他山の石としようと思ったぼくは、友人に感想を聞いてみました。彼女はアカデミックな世界

に身を置く人であり、報道された伝統芸能に似たお稽古を長く続けていたのです。「酷い事件だね。どう思う?」と尋ねると、彼女は言いました。「ああ、あれね。もちろん悪いことなんだけど、でも、この界限じゃあ、しばしば聞くことよ。師匠がお弟子さんに手を出すのは、業界全体で黙認されているの。普通はお弟子さん側が騒ぎ立てないから、ニュースにならない。噂が流れ

ても、師匠の尊厳とか名誉には全く傷がつかないの」。いや、すごい話だ、と衝撃を受けたので鮮明に覚えています。もちろん、現在は違うのでしょう。でも芸の世界への女性の進出が進まない理由として、こうした野蛮な慣行が関係していたのかもしれない。



ったために画業から身を退くことになりました。彼女は栖鳳が湯河原に移り住むと同棲し、彼の画業を支えました（もちろん栖鳳には別に妻子があった）。

## 優美で端然とした 女性の心持ちを描く

松園は画業にいそむ一方で、27歳の時に妊娠し、長男の松篁を出産しまし

た。この方は後に画家として大成して文化勲章を受章するまでになりましたが、その父親は松園の最初の師匠である鈴木松年と言われています。松園と松年の子であれば、素晴らしい画家が誕生する道理ですが、そんなに甘い話ではないかもしれません。ともあれ、松園は詳しい事情を説明して

定かではありません。先の六人部暉峰は彼女より四つ下ですから、仮に松園と栖鳳の間にロマンスがあったとしても不思議はありません。でも、その詮索は野暮（よぼろ）というものでしょう。

松園は未婚の母の道を選び、画業に打ち込んでいきましました。世間は彼女に好奇の目を向けたようです。前回お話ししたように、松園

になり、息子は放っておかれたそうです。まあ、仕方がないかな、彼女は女性の真の美しさを描き続けました。

彼女がたどり着いた境地を示す名作として著名な絵が「序の舞」（61歳の作）です。「この絵は、私の理想の女性の最高のものと言っている、自分でも気に入っています『女性の姿』であります。（中略）何ものにも犯されない、女性のうちにひそむ強い意志を、この絵に表現したかったのです。幾分古典的で優美で端然とした心持ちを、私は出し得たと思っています」（松園『青眉抄』「作画について」）

松園は昭和23（1948）年、女性として初めて文化勲章を受章。その翌年に74歳で亡くなっています。息子の松篁は「花鳥画」の最高峰と言われる画家に成長しました。写真に徹し、格調高い作品を描いていま



イラスト：岡田 丈

は時に年下の青年との恋愛に苦しみ、大スランプに陥ったようです（3年ほど絵を描いていない）。でも苦しみながらも、理解のある母に見守られ、一人息子を育てながら（松篁さんの思い出話によると、絵を描いているときの松園さんは絵に夢中

す。鳥を描くために、奈良のアトリエに鳥小屋を設け、凡そ280種類、1200羽の鳥を飼育し、日々スケッチを続けたそうです。昭和59（1984）年に文化勲章を受章しています。

親子二代で文化勲章か、すごいなあ、なんて思っていたら、実は親子三代なんです。松園の子の淳之（あつし）さんは、これまた日本画家。お父さん譲りの鳥小屋を管理しながら、四季折々の植物や動物を描いた花鳥画を作成しました。令和4（2022）年、文化勲章を受章しました。いま政界では世襲の弊害が取り沙汰されていますが、こうした芸術の世襲ならば、何の問題もありませんね。本当に素晴らしいです。

令和6（2024）年の11月1日、淳之さんは老衰のため、奈良市内の自宅で亡くなったということです。91歳の大往生でした。

デザイン  
坂川朱音

## 189 | 名人の黄昏

落語界の戦後の名人といえは五代目古今亭志ん生と八代目桂文楽だ。「黒門町の師匠」といわれた文楽は1892年に生まれ1971年に79歳で亡くなった。幸い、わたしも何度か（テレビで）観たことがある。ただし印象に強く残っているのは志ん生の方だった。

桂文楽の、というかおそらく落語史上もっとも有名なエピソードが、彼の最後の高座である。1971年8月31日、国立劇場小劇場で、三遊亭圓朝作の「大仏餅」を演じた文楽は「あたくしは、芝片門前に住まいおりました」とまるで喋り、続く「神谷幸右衛門」ということばが続かず、絶句した。文楽は「台詞を忘れてしまいました……申し訳ありません……もう一度、勉強をし直してまいります」と深々と観客に頭を下げると高座を下り、以降、亡くなるまでの3カ月の間、二度と高座に戻ることはなかった。名人の潔さだろうか。舞台の袖で、文楽は「三代目になっちゃったよ」と呟いたとされているが、その「三代目」とは、明治時代の名人1930年に73歳で亡くなった三代目柳家小さんだ。三代目小さんは、晩年脳軟化症による認知症を発症し、同じ噺（はなし）をしたり、噺をしていると別の噺が交じったりするようになった、といわれている。ちなみに、八代目文楽と並び称された五代目志ん生は1973年に83歳で亡くなったが、亡くなる5年前の68年、上野鈴本演芸場での高座が最後になった。その最後の高座で、

志ん生は「二階ぞめき」を演じていたが、途中から「王子の狐」に変わっていた。

落語は「話芸」であり、落語家たちは、繰り返し噺を口演して身体に覚えさせてゆく。だが、それでも認知症は、落語家の身体にしみついていくはずの「噺」を奪ってゆくのである。

では、音楽の世界はどうだろうか。以前、わたしは、ツイッター（現X）で驚くべき映像を観た。マルタ・C・ゴンザレスは、1960年代にはニューヨークでバレリーナとして活躍していたが、アルツハイマー型認知症に侵されほとんど記憶を失い、晩年は車椅子生活をおくっていた。そんなマルタさんに、音楽療法支援団体が一つの支援活動を行った。その動画が公開されたのである。この動画撮影直後に、マルタさんは亡くなった。

老いて、視線も定まらないマルタさんの耳にヘッドフォンがかけられ、チャイコフスキーの「白鳥の湖」が流される。その瞬間、マルタさんの表情が一変し、ゆるやかに両手が上がってゆく。それは、かつてマルタさんが踊った「白鳥の湖」の振り付けと同じものだった。少し身体を傾げるところも、そしてなにより驚くべきことに、もつとも繊細な、指先の細かい動きさえ、マルタさんは「覚えて」いたのである。

優れた音楽家からは「音」の記憶を奪うことはできないのだ。



イタリア移民の子どもとして生まれたトニー・ベネットは20世紀（から21世紀にかけて）を代表する偉大なポップス&ジャズ歌手だ。おそらくもつとも有名なヒット曲は1962年の「想い出のサンフランシスコ」だろう。ベネットはポップスの歌手であると同時に、リベラルな考え方の持ち主としても知られ、アパルトヘイト（人種隔離政策）を敷いていた時代の南アフリカへの公演を拒否している。

60年代後半、ビートルズやローリング・ストーンズなどロックが人気を高めると、ベネットの人気はいったん落ちた。だが60歳を超えた80年代から不死鳥のように復活、とりわけ21世紀に入ると若い歌手とのコラボレーションでその人気に拍車をかけた。

2006年の『デュエッツ』はデイクシー・チェックス、エルトン・ジョン、セリーヌ・ディオンと、そして11年の『デュエッツII』ではアレサ・フランクリン、ウィリー・ネルソン、ノラ・ジョーンズ、エイミー・ワインハウスたちと。どちらも大ヒットアルバムとなり「若い歌手とデュエットするトニー・ベネット」のイメージが一気に強くなった。正直にいうと、わたしがトニー・ベネットを熱心に聴くようになったのは、『デュエッツII』から、それも収録風景の動画を観てからだだった。なにより驚いたのが1曲目に収録されていたレディー・ガガとの「ザ・レディ・イズ・ア・トランプ」だった。

レディー・ガガはジャズも歌うのか。しかも、なんて素敵（すてき）なんだ！ 実は、レディー・ガガとのコンビにいちばん刺激を受けたのはトニー・ベネット本人だったのかもしれない。以降、ふたりは、14年に『チーク・トゥ・チーク』、21年に『ラヴ・フォー・セール』というデュエットアルバムを出し、ふたりで公演を行うようになっていたのである。しかし、それが過酷な状況の下だったことは知られていなかった。

トニー・ベネットは16年にアルツハイマーを発症、過去の記憶を失いはじめたのである。『ラヴ・フォー・セール』の録音中には、もうデュエットの相手が誰なのかすらわからなかったといわれている。だが、歌い始めた瞬間、ベネットは完璧な歌唱を披露した。「歌の記憶」は失われていなかったのだ。そんなベネットをレディー・ガガは、音楽のパートナーとして支えつづけた。その様子は、録音風景や21年の『MTVアンプラグド』、なにより、トニー・ベネットのラストコンサートとなった同年8月5日の「ワン・ラスト・タイム・アン・イブニング・ウィズ・トニー・ベネット&レディー・ガガ」と題された、ニューヨークでの公演録画で観ることが出来る（観客席にはクリントン元大統領の姿もある）。アルツハイマーが進行したトニー・ベネットはほとんどことばを発しないし、ずっとピアノにもたれたまま。観客への挨拶（あいさつ）も同じことの繰り返し。けれども歌は素晴らしか

った。レディー・ガガとのデュエットを披露する公演最終盤を迎え、ラストソングは「想い出のサンフランシスコ」。歌い終わったトニー・ベネットをレディー・ガガが諭すように「さあ一緒に戻りましょう」と声をかけ、腕をからめて舞台袖へ戻ってゆく。最後にトニー・ベネットが大きく手を振り、消えてゆくのである。それが人びとが観たベネットの最後の姿だった。それから2年後、トニー・ベネットは96歳で亡くなる。その10日後、レディー・ガガはインスタグラムに長大な追悼文を発表したが、その終わりの方にこんなことが書かれている。

「記憶を失ってゆく時期は、その当人にとってかけがえのない時間です。自分が置かれた弱さを認めること、そして同時に最後まで威厳を持ち続けようとする。トニーはその渦中にずっといました。わたしはただ、覚えておいてもらいたかった。どんなに彼を愛していたか、そしてどれほど感謝しているのかを。彼はすべてを失っていききました……けれども、わたしにはわかったのです。彼は、もはや自分もとの自分ではなくなりましたが、わたしと共に歌おうとしてくれた、自分のいちばん弱い部分をわたしに見せてくれようとしていたのだから」

「記憶」を失っても「名人」は黄昏（たそがれ）の光の下で、音楽を紡ぎだした。さて作家はどうなのか。

たかはし・げんいちろう 1951年、広島県生まれ。作家。著書に『DJヒロヒト』『不適切』ってなんだっけ』など

健康、オカルト、家電、冷凍食品：ニッチな世界

2025年

専門誌編集長が

大膽予言

わが業界はこれがくる！

世界情勢も日本政治も2025年は引き続き激動の予感。では私たちの身近な暮らしではどんな変化が起きるのか。健康から家電、食品まで、ニッチで奥が深い情報の宝庫「専門誌」の編集長らに「わが業界これがくる！」を聞いた。

尿漏れ、薄毛：男性特有の悩みを解決する「メイルテック」が広がる気配



『MONOQLO』編集長 『家電批評』統括編集長

建部 博氏

2024年の『MONOQLO』で予想以上に反響があった特集は12月号の

「お取り寄せ THE BE ST100」だったという。

建部博編集長はこう話す。

「お取り寄せ需要は以前からありましたが、コロナ禍以降、自宅での生活をより快適に、幸せに過ごしたいという志向が強まっています。お取り寄せは決して安いものではありませんが、贅沢をしてでも楽しみたい

い、という人が増えているでしょう」

お取り寄せの中身は男性誌らしく「焼き肉」や「もつ鍋」「うなぎ」「海鮮丼」

「ハンバーグ」などガッツリ系が中心で1000ジャンルに分けてランキング。ハンバーグが特に人気だったという。

睡眠などヘルスケア関連の特集も好評で「寝具にこだわる人が増えています」。

寝ている間に呼吸や睡眠時間を計測して睡眠の質を向上させる革新的な寝具『ス





『マトマツトレス』が関心を集めました」(建部氏、以下同)

25年にきそうなものは『メイルテック』。近年、女性特有の身体の悩みを解決する「フェムテック」が浸透

してきたが、その男性版が『メイルテック』だ。『Male(男性)』と『Technology(テクノロジー)』をかけ合わせた造語で、薄毛や尿漏れなど男性特有の悩みをテクノロジーで解決していく技術のことを指す。

「11月号で特集した中で『尿漏れ対策パンツ』の反応が非常に大きかったことに驚きました。見た目は普通のパンツですが、内側に高機能吸水シートが敷いてあり、漏れた尿を吸い込んでくれます。吸水力、防臭力、はき心地、デザインでテストしました。これまで人に言えず独り悩んでいたコンプレックスに対し、『こんないいモノがあるよ』と

最新技術でニーズに応えるメーカーが増えてきています。男性特有の健康の悩みについて社会認知が進み、メイルテックは今後ますます興味をもたれる分野だと思います」

『家電批評』はどうか。

「24年、強かったのは折りたたみスマホ。パリ五輪で世界中の選手たちが折りたたみスマホで自撮りしていた光景がテレビに映し出されましたが、あの効果だと思えます。 아이폰に次ぐトレンドとしていいよ定着するかな、と感じています」

他に24年、盛り上がったのは『VR・MRヘッドセット』。頭部に装着して映像を見ることが出来るデバイスで、VR(仮想現実)だけでなく、周りの景色と仮想情報を合成した「MR(複合現実)」を利用できる機器が増えている。

「ドラマや映画、動画などをどこでも手軽に大画面で

観ることが出来るメガネ型ディスプレイ(XRグラス)も人気で、25年も注目です」

## Z世代が

定食屋さんに行列  
「ごはん」にこだわり

## 「フードスタジアム」

大関まなみ編集長

24年の飲食業界では、1品のポーション(盛り付け)を小さくして、1回に多種類の料理が楽しめる「小皿料理」が流行した。飲食店やレストランのトレンドを配信するニュースサイト「フードスタジアム」の大関まなみ編集長はこう話す。

「中華や韓国料理などアジア圏の料理は大皿で出す文化がありますが、それらを小皿にアレンジして、1人でも立ち寄りやすいカジュアルな中華酒



場や韓国酒場などが数多く登場しました。チェーン店の『餃子の王将』や『大阪王将』でも小ポーションメニューを増やしています」

25年の飲食業界の意外な話題として大関編集長が挙げるのは、Z世代の若者に人気の定食屋さんが増えているということだ。

「豚の角煮定食や唐揚げ定食、焼き魚定食などスタンダードな日本の定食で、値段は2000〜2500円するのですが、若い人たちが大行列しています。そのかわりは『ごはん』にあります。土鍋で炊いたり店内で精米したり、1人1釜で炊いたり、お米のこだわりをウリにしている定食屋さんが増えているのです」

(大関氏、以下同)

最近「店主に会うために店に来る」という客も増えているそうだ。

「料理や飲み物といった『モノ』ではなく『ヒト』

が目的で、そこで過ごす『トキ』を目当てに来店する客も増えています。『モノ消費』よりも『トキ消費』や『体験消費』が重視されているのが最近の傾向です」

## ホントにくる!?

7月5日大災害

UFO調査の  
動きも加速

## 「ムー」

三上文晴編集長

「世界の謎と不思議に挑戦する」雑誌『ムー』。24年は創刊45周年にあたり、『地球の歩き方』や『浅草花やしき』など異業種とのコラボで話題を呼んだ。誌面で売れた特集を三上文晴編集長に尋ねると――。

「25年7月5日に起きる、と話題になっている大災害について特集した8月号ですね。『緊急警告!!』2025年 日本壊滅大予言」と銘打ち、反響がありまし

# 2025年 わが業界はこれがくる!

た。7月まで、折に触れこの話題を取り上げていく予定です」

25年7月大災害の発信源

は、漫画家のたつき諒さんが1999年7月に発表した単行本『私が見た未来』だ。三上編集長がこう話す。

「たつきさんが夢に見たことが現実になる、いわゆる『予知夢』をテーマにして書いたノンフィクションなのですが、この本の表紙に『大災害は2011年3月』と書き込んであったため、東日本大震災の予言だと震災後に話題になり、絶版だった本に15万円ぐらいの値がついたりしました」

たつきさんの「なりすまし」が現れて雑誌の取材に答えたり、本が地上波のゴールデン番組で紹介されるなど日本中をざわつかせた。『ホンモノの』たつきさんが予知夢を加筆して21年にリリースしたのが『私が見た未来 完全版』（飛



鳥新社)。

その中にはこう書かれている。

〈東日本大震災は冬でした。夢の中の私は半袖姿の夏服です。そして、夢で見た津波の高さは、東日本大震災のそれよりも、もっと巨大でした〉

つまり、夢で見た巨大な津波は東日本大震災の津波ではなく、これから起きる。フィリピン沖の海面が持ち上がり、何かが噴き出す。その日付は**2025年7月5日**——と、新たな予言が収録されたのだ。

「1999年に世界が滅亡する」というノストラダムスの大予言や2012年12月に人類が滅亡するというマヤの予言のように、社会が不安になると予言モノが流行ります。ただ、その予言

された年をすぎるときれいに忘れ去られます（笑）」

(三上編集長、以下同)

予言で恐怖に怯える人も多いが、危険の事前回避にもつながる。完全版の中でたつきさんはこう書いている。

〈大切なのは、準備すること。災害の後の生き方を考えて、今から準備・行動しておくことの重要さを改めて認識してほしい〉

ちなみに、25年7月に起こる大津波の後の世界については「ものすごく輝かしい未来が見える」とも。ところで三上編集長は7月5日どうするのか。

「7月5日は土曜日ですし、長野県あたりに避難しようかと」

最近ではUFO調査の動きも加速している。

「アメリカでは未確認飛行物体(UFO)や未確認異常現象(UAP)に関する議論が活発化し、日本でもUFO協議が発足し90人超

の議員が参加しています。

UFOはファンタジーやSFと思われるがちでしたが、国家の安全保障上の重大な案件で軍事問題なのです。

12月には横田基地に宇宙空間を担う宇宙軍が設置されました。ますます目がはなせません」

『ムー』の公式YouTubeチャンネルも大人気だそう。

「Z世代は、ネット界隈で検索して動画を見るのが当たり前なので、紙媒体に加えて動画も配信していきたい。都市伝説系YouTubeのこのコラボもどんどんやっていきたいですね」

オフィスランチでも

冷凍食品

「冷凍サバ」が熱い!



山本純子 編集長

食品値上げラッシュが続いた24年。冷凍食品も例外

ではなかった。それでも長期保存が可能で、食品ロスを最小限にとどめることができる冷凍食品は「コスパが良い食品」と評価され、若い世代を中心に日常的に使う人が増えた1年だったという。

24年、人気を集めたのが1食約400〜500円で食べられる主食と主菜がセットになった「ワントレイ(ワンプレート) 商品」だ。和食や洋食、中華までラインアップが豊富で、単身者や共働き、さらにシニア層まで人気沸騰中。山本純子編集長はこう話す。

「25年は家庭内消費を超えて、オフィスのランチとしてもニーズをつかみそうです。SL Creationsが運営する『Office Premium Frozen』(OPF)は急成長中で、例えば200円でパスタやチャンポン、100円でハンバーガーが食べられるなど手軽で、企業の福利



厚生という観点からも導入する企業が増えています」生活防衛対策として大容量商品の人気もますます高まりそう。

「冷凍食品は大容量で買ったほうが無駄がありません。『コストコ』や『業務スーパー』などは以前から大容量パックで安いメリツトが注目されてきました。その中でも『冷凍サバ』の人氣が急上昇中です」(山本氏、以下同)

クックパッドで毎年恒例の「食トレンド予測2022



5」で、ブームの兆しが見える料理ワード七つを選出した中の一つが「冷凍サバ」だった。24年はサバの不漁がニュースになったが、「冷凍サバ」の検索数は前年に比べて2倍以上と大幅アップ。解凍が早く、骨処理済みの商品もあり、忙しい家庭のニーズを捉えた食材として人氣が出ているようだ。

「度重なる値上げで、消費者は少しでも安くお得、ボリュームがあるものを求めています。ムダにならずお得ということで冷凍魚介、冷凍肉、冷凍野菜が新鮮に取って代わる日も近いかもしれません」

もう一つ、25年にきそうなのは**冷凍フルーツ**。冷凍フルーツといえばブルーベリーなどベリー類が主流だが「生鮮を買うのはハードルが高いマンゴーも冷凍のものは売られていますし、パイナップルや高級なアサイー、フルーツミックスなど

も今後注目されそうです」

最後に山本編集長からお知らせ。「2月に『ご当地冷凍食品大賞』の発表があります。これをきっかけに『ご当地冷食』ブームが到来するかもしれません。冷凍食品で日本全国のご当地の味わいが家にいながら楽しめる。『時空間超越』の冷凍食品だからこそ、本場の味わいをそのまま伝えることができます」

「**野菜スープ**」で**毒出しする人が続出!?**

「**安心**」続出!?

東宮千鶴編集長

さまざまな健康情報を読者に提供する隔月刊の雑誌『安心』。24年の1年間で読者の反応が大きかった特集は「酢タマネギ」「オクラ水」「サバ缶タマネギ」の三つだという。酢タマネギは、スライス

したタマネギを酢に漬けて作る。オクラ水は、オクラのヘタを切ってひと晩水に浸し、その水を飲む健康法。サバ缶タマネギは、切ったタマネギとサバ缶を混ぜて食べるというもの。

「どれも簡単に作ることができて、糖尿病、高血圧、動脈硬化などに効果があります。医師や薬に頼らず、自分で手作りできる身近な食べ物で病気を防ぐというコンセプトがウケたのだと思います」(東宮千鶴編集長、以下同)

25年も、引き続き日常の食べ物で病気を防ぐというメソッドがブームになりそうですという。

「なかでも編集部イチオシは『**野菜スープ**』です。旬の野菜で作る野菜スープには強い抗酸化力があり、がんや生活習慣病を防ぐ効果があります。冷蔵庫の残り野菜で作ればフードロス対策にもなります」

キーワードは「**毒出し**」。「野菜スープには、体にたまった毒素や老廃物の排出を促す効果もあります」『安心』を発行するブティック社では25年、野菜スープ本を数冊刊行予定だという。

コスパ高で  
リピーターも続々  
「飛鳥Ⅲ」も  
デビュー!

「**CRUISE(クルーズ)**」  
吉田絵里編集長

近年日本から乗れる豪華客船も増え、「クルーズ旅行」というワードを耳にする機会が増えた。そんなクルーズの世界で大きな話題を呼んだのが、ディズニークが2028年に日本でクルーズ船の運航を開始するというニュースだ。クルーズ客船の専門誌「クルーズ」の吉田絵里編集長は言う。「ディズニークの世界観をクルーズ船の上で体験でき

# 2025年 わが業界はこれがくる!

る、まさに『洋上の夢の国』です。これまでは米国などに行かなければ体験できなかった洋上版デイズニーが、28年にはお台場の東京港から3泊程度のクルーズでは短めの日程で体験できるようにになります」。

25年は日本近海で楽しめるクルーズ船の選択肢が増え、クルーズの世界の盛り上がりが予想される。

「商船三井クルーズが『三井オーシャンフジ』というクルーズ船を新規就航させただけです。これはもともと海外でラグジュアリーなサービスを提供してきたクルーズ船を購入、日本人向きにアレンジしたものです。外国のクルーズ船の雰囲気の中で、和食など日本人向きのサービスが受けられるユニークさに注目が集まっています」

さらに25年夏には現在ドイツで建造中の新たなクルーズ船『飛鳥Ⅲ』もデビュー

ー予定。「飛鳥Ⅱは日本の豪華客船の代名詞ともいえる知名度の高い船だけに、同じクルーズブランドの次なる船『飛鳥Ⅲ』への期待も高い。先日船内に展示されるアート作品の公募展が行われたのですが、全国から約2300点もの応募がありました。これは公募展の中でもかなり多い数だとアート界の関係者も驚いていました」

豪華客船という響きから敷居が高いと思われるが、クルーズ旅行だが、一度体験すると実はリピート率が高いという。

「クルーズ旅行では華やかな船内を楽しめ、さらに荷物を持たずに港から港へ楽に移動ができます。代金は決して安価ではないですが、そこ宿泊費、移動費、食費、エンターテインメント費などすべてが含まれており、実はコストパフォーマンスが高い。それに気づ

く方が25年も増えていくと思います」

**ホンダと日産の経営統合は前向き歓迎！  
パワートレインが「よりどりみどり」な時代を楽しもう**

『CAR and DRIVER』  
山本善隆 統括編集長

2024年の年末に大きな話題となったのがホンダと日産の経営統合のニュースだろう。経営スタイルや文化の違いなどから統合を不安視する声も出たが、『CAR and DRIVER』の山本善隆統括編集長は、このニュースを前向きに捉える。「ホンダはエンジン技術において長い歴史と高い技術力を持っていますが、電動化への大転換を進めています。日産はいち早く電気自動車『リーフ』を量産販売したパイオニア的存在です。両者が手と手を携えて

世界に立ち向かっていく、という決断をしたのは歓迎すべき話だと思います」

一般の消費者として関心が向くのは、経営統合が完了した場合、どんな車が登場するか、ということだ。BEV（バッテリー電気自動車）では、ホンダが26年からグローバル市場へ投入することを明言している「HONDA『0（ゼロ）』シリーズ」があるが、この動きに並行して、ホンダは独自のハイブリッド技術「eHEV」の強化も打ち出しており、今後出てくるエンジン車の展開も見逃せない、と山本編集長は言う。

「ホンダと日産、それぞれの強みを生かした技術革新や商品企画に期待します。どんな車ができるのか楽しみに見守っていききたい。とにかく楽しもう!というのが弊誌のスタンスです」(山本編集長、以下同)

他に、自動車業界では25

年、どんなトピックスがあるのか。

「ホンダの新しいスポーツクーペ『プレリユード』が25年にデビュー予定です。電動化に舵を切ったといわれるホンダが、ガソリンエンジン搭載のハイブリッド車ならではの「楽しさ」を提供します。輸入車では、フォルクスワーゲンが『ID.バズ』という見た目も強烈にかわいい電気自動車を出すといわれているのも楽しみです」

純エンジン車（ICE）からバッテリー電気自動車（BEV）、ハイブリッド車（HEV）、プラグインハイブリッド車（PHEV）、水素車（FCEV）まで、さまざまな種類のパワートレイン搭載車が出てきた。「車は『よりどりみどり』で、選ぶのに困る時代になりました。いろんなことが体験できる面白い時代がやってきたと言えます」



# 天童荒太

# 青嵐の旅人

せいらん

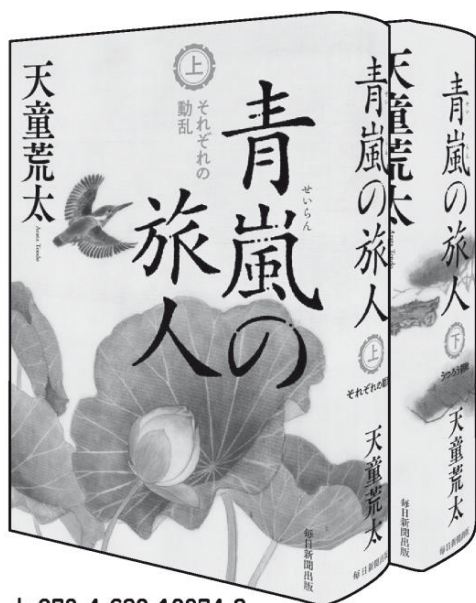
幕末から明治維新へ――

激動の世に立ち向かう

若者たちの葛藤と使命を描いた

作家の新境地

新しい時代のための歴史小説！



上・978-4-620-10874-2

下・978-4-620-10875-9

定価各2090円(税込)



朝敵  
うつろう



それぞれの  
動乱



毎日新聞出版

〒102-0074 東京都千代田区九段南1-6-17 千代田会館5階 毎日新聞出版 営業本部 TEL03-6265-6941

100年 未来を楽しむための出版社

●お求めは、書店または毎日新聞販売所です。 ●〈ブックサービス〉0120-29-9625でも注文できます。

●ISBNコードを付記しました。ご注文等にご利用ください。

むせる、食べ物をこぼす、声のかすれ、夜の咳



# 「のみ込み力」の衰えが 誤嚥性肺炎につながる

改善トレーニングつき

# オーラルフレイル

## 予防で健康長寿

高齢になり体力が奪われていく原因として知っておきたいのが「誤嚥性肺炎」。誤嚥性肺炎には、知らず知らずのうちに衰える「のみ込み力の低下」が関わる。効果的なトレーニング法や日常の少しの意識で、嚥下機能が衰えるのを予防し、のみ込み力をキープしよう。



須藤英一さん  
山王病院(東京都港区)  
内科副部長

食事のときにむせることが増えた、声がかすれやすい——これらは「のみ込み」機能の衰えの注意信号かもしれない。食べ物や唾液をのみ込む働きのことを「嚥下」という。嚥下したものは口から食道、胃へと送られるが、本来、食道に送られるはずのものが誤って気管に入り込むことを「誤嚥」という。この誤嚥により起

こる「誤嚥性肺炎」は、年齢とともにリスクが増える病気だ。日本人の死因は第1位から順にがん、心疾患、老衰、脳血管疾患だが、肺炎は5位、誤嚥性肺炎は6位となっている(※1)。

「実際には3位の老衰にも高齢者では肺炎、誤嚥性肺炎が相当含まれていると思われます。肺炎も誤嚥性肺炎も、じわじわと体力を奪い、命を脅かします」と、山王病院内科副部長の須藤英一さんは言う。

肺炎とはその名の通り肺に炎症が起きる病気だ。病原微生物(細菌やウイルス)が原因の「感染によるもの」と、膠原病や薬剤、ダニやハウスダストアレルギーなどにより肺胞の壁に炎症が起き、酸素を取り込みにくくなる間質性肺炎などが原因となる「非感染性のもの」に大別される。

誤嚥性肺炎は、定義上は分類があるが主に感染による肺炎の一つで、高齢者のかかる肺炎として圧倒的に多く、70代以降は肺炎の約80%を占めるまでになる(※1)。肺炎球菌や自身の口腔内の常在菌である嫌気性菌が原因となることが多い。

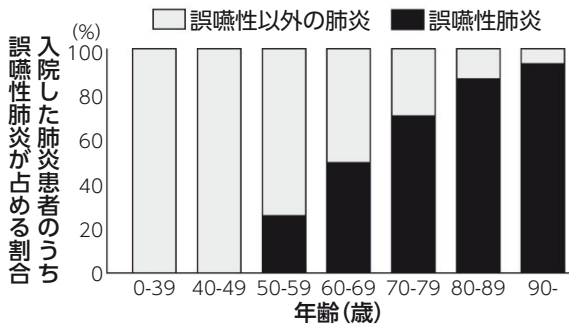
「誤嚥性肺炎にはのみ込み機能の低下が大きく関わります」(須藤さん、以下同)

私たちはのみ込むときに、まず目の前の食べ物を「認知」し、食べ物を口に



図1

## 70歳以上では肺炎の 約80%を誤嚥性肺炎が占める



全国22病院の肺炎で入院した患者589人のうち、誤嚥性肺炎が原因である人の割合は、70歳以上では80.1%だった。  
(データ: J Am Geriatr Soc. 2008 Mar;56(3):577-9.)

入れて口を閉じる。唾液を分泌しながら歯と舌で食べもののをのみ込みやすいようにし、舌でそのかたまりを咽頭(喉)に移動させてからのみ込む。

「実はこののみ込みというわずかに1秒ほどの瞬間に、複雑な神経の制御と、口から喉や食道周囲にある50以上の筋肉の協調運動が行われています」

嚥下をするときには反射的に軟口蓋が上がって鼻腔との通路を閉じ、喉頭蓋が

下がって気管の入り口を塞ぐ。同時に食道の入り口が開き、食べ物は食道から胃へと移動する(図2)。

この仕組みのどこかがうまくいけなくなると、誤嚥が起きる。認知症となり目の前のものを食べ物と認知できなくなることだけでも誤嚥が起りやすくなる。

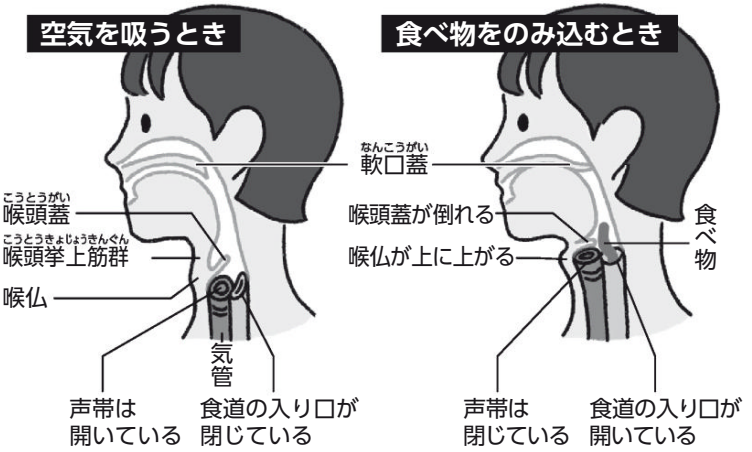
「私たちも目隠しをされて水を飲まされれば、とたんにむせて誤嚥します」

ただし、むせること(誤嚥)＝肺炎ではない。そもそも、むせて咳込むことは気管に入り込んだ異物を押し戻し排除する大切な体の防御反応でもあり、「咳反射」と呼ぶ。

「つまり、むせたり咳込んだりできてい

るうちは安心。むせずに菌がそのまま肺に入るこのほうが怖いことなのです」

## 図2 のみ込むときには神経と筋肉が 複雑な協調運動をしている



通常、呼吸をするときには食道は閉じ、気管の入り口は開いている。のみ込むときには軟口蓋が上がり鼻腔にフタをし、喉頭上上筋群が収縮して喉頭蓋が気管の入り口にフタをする。このため食べ物は気管に入ることなく食道から胃に送り込まれていく

高齢になると、喉や気管周囲の筋肉の働きが低下し、粘膜の感覚も鈍くなり、咳反射が起りにくくなる。すると、食事の際だけでなく寝ている間にも細菌の混じった唾液や胃液が少しずつ気管に入り込み、誤嚥性肺炎を引き起こす温床となる。このように、咳反射が起らない誤嚥のことを「不顕性誤嚥」、また

は「静かなる誤嚥」と呼ぶ。「寝ているときに口呼吸になると乾燥し、余計にウイルス、菌が口の中で活発になる上、舌の根が喉の方向に落ちると口腔内の細菌が気管に侵入しやすくなります。また、加齢とともに食道の入り口がゆるみやすくなると、逆流した胃液が気管に侵入しやすくなります。このような静かなる誤

嚥を起こしている人は誤嚥性肺炎患者の3分の1を占めるともいわれています」

肺は常に酸素を取り入れ二酸化炭素を排出するというガス交換の臓器。誤嚥性肺炎を起こすと十分な酸素が全身に行き渡らず、体力も全身の筋肉も低下する。のみ込みに関わる機能も衰え、唾液分泌が減って口腔内の不衛生が進む。こうして誤嚥性肺炎を繰り返すうちに、雪だるま式に老化の悪循環が加速していく。

「誤嚥性肺炎の薬物治療では、主に抗菌薬によって肺炎の炎症をします。しかし、誤嚥性肺炎を繰り返すうちに原因菌の種類が変化し、抗菌剤が効かなくなる、ということも残念ながらよく起こります」

むせることは大切な咳反射ができている証拠。とはいえ、のみ込みに関わる嚥下機能は5代ごろから衰え始めるといいます。「のみ込む機

## のみ込む機能の衰えチェック

錠剤や食べ物のがのみ込みにくい  
食事中にむせることがある  
食べるのが遅くなった、食べると疲れる  
口から食べ物がこぼれることがある  
夜中、咳で目覚めることがある  
食後に声がかすれることがある

- ➡ 嚥下能力の低下
- ➡ 誤嚥の兆候
- ➡ 嚥下能力の低下
- ➡ 口腔周囲の筋力低下
- ➡ 誤嚥の兆候のひとつ
- ➡ 喉や気管に食べ物や唾液が  
残存している

能の衰えチェック」(図3)で複数当てはまるようなら、今まさに嚥下機能の衰えが進行しているサインと受け取ったほうがいい。錠剤や食べ物のみ込みにくさを感じる時には、喉を動かす筋肉やそれに関わる神経の衰えが起きているかもしれない。食事中

にむせるのも、誤嚥のサイン。また、嚥下能力が低下すると、のみ込みの動作にエネルギーを使うために食べるスピードが遅くなった、食後に疲労感を感じるようになる。口から食べ物をこぼすのは、食べ物を頬張り咀嚼する筋力が低下していることが影響している。夜、咳で目覚めることが増えたら、睡眠中に唾液や胃液が気管に入り込んでいる可能性がある。声がかかるのも、気道に異物が混入し引っかかっているときに起こる兆候といえる。

### のみ込みテストに挑戦

もしかして、嚥下機能が低下しているかも——そう思ったら、医療現場でも行われている、自分の「のみ込み力」を簡単に測定できる「嚥下力テスト(反復唾液嚥下テスト)」を試してみよう。

口の中に唾液をためて、30秒間、時間を測りながら唾液をのみ込もう。唾液をのみ込むときに喉仏が一度上に移動し、元の位置に戻るのを指を当てて確認する。唾液がしっかりと分泌され、喉の筋肉がよく動けばスムーズに「ごくんと嚥下できる。この回数が30秒あたり3回以上できたら問題なし。2回以下なら嚥下機能の低下が起これ始めている可能性があるという。ちなみに筆者も風邪を引いているときに行ってみると、ぎりぎり3回がやっとで、治ってから再度行くと7回になった。嚥下は健康であってこそスムーズに行われることを実感した。

とよい「のみ込み改善トレーニング」や日常の注意点を教えてもらった。

### お口の中を清潔に

大前提として、歯みがきを丁寧にし、口腔内の清潔を保つことを心がけよう。

嚥下力の低下や歯周病が心身の機能低下につながるという「オーラルフレイル」の概念も注目されている。国内の11箇所の施設に入室する高齢者を対象に2年間追跡した研究では、口腔ケアを実践することによって、実践しなかったグループよりも肺炎罹患率が40%減少した(※2)。

管に混入しそうになったときにも、瞬時に咳をして排出することができず

### 「パタカラ発声」で口と舌の動きを高める

「パ・タ・カ・ラ」の音をはっきり発音する「パタカラ発声」をすると、口や舌の筋肉が多方面から鍛えられ、唾液分泌も促される。慣れてきたら「パパパパ：」と連続して速く発声できるように意識してみよう。

### のみ込む筋肉を鍛える「頭持ち上げ体操」

寝る前と起床後に、枕を頭から外して、つま先が見えるまで頭を持ち上げて、ゆっくりと下ろす(図4)。これを5回ほど繰り返す。「喉まわりの筋肉を鍛える効果が高い体操です。のみ込む力を強くし、喉につかえたりむせたりすることが



## 図4 「頭持ち上げ体操」



あおむけに寝て枕を外す



肩が上がらないように注意しながら、足のつま先が見えるまで頭を上げる

減ってくるはずですよ」

### 「いまめに『いづくん』」

食事の合間に、食べ物が口に入っていない状態でこつくんと唾液をのみ込む「空嚥下」をすると、自然とのみ込む訓練に。食べたものがよりスムーズに食道、胃へと運ばれやすくなる。

### 会話しよう、歌おう

「発声と嚥下で使われる筋肉は9割ぐらい一致しています。よく話すと唾液の分泌も高まり、嚥下がスムーズになり、口の中も清潔に保たれやすくなります」

前述した「嚥下力テスト」

を用いた最新の研究もある。国内の50代と60代の一般医師310人を対象に、「嚥下力テスト」によって導いた嚥下機能スコアと被験者のライフスタイルの関係を調べたところ、嚥下機能が低くなっているグループは1日の会話時間が3時間未満と有意に少なかった(※3)。「歌うこともお勧めです。歌うことで自然と肺活量が増えて呼吸・嚥下の力も上がります。特に高音のときには喉仏が持ち上げられ、のみ込みに重要な筋肉がピンポイントで鍛えられます」カラオケに行かずとも、入浴中などに好きな歌を歌うとリラクゼーション効果も高まるのでお勧めだ。

### 辛み成分をとる

「唐辛子に含まれる辛み成分のカプサイシンには、嚥下反射を促進する『サブス

タンSP』という神経伝達物質の分泌を促す働きがあり、研究されています」

スパイシーな食べ物はのみ込み機能の維持にプラスに働く可能性がある。

### 寝返りをしっかり打つ

実は寝返りも大事。高齢になり、寝返りを打つことが少なくなることにも誤嚥リスクを高めるという。

「睡眠中、私たちが無意識のうちに寝返りを打つときには、肺の中の詰まりかけた箇所が移動して咳反射が起き、痰として排出されています。できれば容易に寝返りを打てるような睡眠環境も大事でしょう」

### 多剤の服用にも注意

高齢になるとしばしば投与される睡眠薬、抗不安薬、抗うつ薬などには、口腔内の乾燥を強める作用がある。

「処方薬の数を減らすだけでのみ込み力が改善し、活力が戻ることも珍しくないのので、一度主治医に相談してみてください」

### むせたときの注意点

むせたときには上半身を前に倒すのがポイント。この体勢をとると誤嚥したものを吐き出しやすくなる。一方、むせるのを抑えようと水を飲むのは通常は良くない。「むせているときにサラサラした水を飲むと、さらに水が気管に流れ込んで誤嚥が悪化することが多いので避けてください」

### 肺炎球菌ワクチンを接種

誤嚥性肺炎を含めた肺炎の約4分の1の原因が肺炎球菌とされる。現在、肺炎球菌ワクチンは、65歳以上になると各自自治体の指定する医療機関で公費で接種が

できる(公費負担は最初の1回のみ)。ワクチン接種により、肺炎球菌による肺炎にかかりにくくし、重症化を防ぐことができる。

### 受診はどいつ？

喉に違和感があったら耳鼻咽喉科へ。咳が続く、疲れやすい、黄色い膿のような痰が出るときには呼吸器内科、「嚥むこと」に問題があるときには歯科を受診しよう。

「高齢者の場合、肺炎が起こっていても高熱が出ないことも珍しくないので、免疫力の低下した状態から重症化する前、たとえば元気がなくなった状態が3日続いたら受診をお勧めします」

食べることは生きる力に直結し、日々の生きがいでもある。食べる力の維持のために、「のみ込み改善トレーニング」を実践しよう。

構成・文/柳本操

# サンデー俳句王

今週の兼題

霜、幸 (無季)

俳句王

## 冬、銀河不幸せつて鉄の味

東京 無職  
大岩真理 (64)

霜

秀作

天 老魔てふ言葉生るる霜夜かな

兵庫 無職 桶本いち子 (101)

地 霜柱踏んで今から鬼となる

長野 会社員 神戸千寛 (60)

人 霜の朝天突き体操老いてなお

千葉 無職 小林善司 (100)

佳作

秒針の音に聞き入る霜夜かな  
まだ何も動くものなし霜の牧  
霜の夜や三人で満つ赤提灯  
初霜や小さき畑の猫車  
霜踏み細きビルらし地鎮祭  
霜の夜の白白明くる子の解熱  
残業終えサドルの霜を払いけり  
朝霜の早さの違ふ川二本  
霜の朝金次郎像ありありと  
農機小屋誰か来たらし霜柱

千葉 無職 塩野谷慎吾 (79)  
埼玉 無職 望月勝男 (84)  
兵庫 無職 北前波塔 (74)  
東京 ヘルパー 松野英昌 (74)  
岐阜 無職 金子秀重 (73)  
大阪 主婦 田中ゆみ子 (83)  
岡山 無職 山本敏男 (75)  
宮崎 無職 野中一則 (68)  
佐賀 無職 久原直道 (72)  
福島 印刷業 藤田啓司 (73)

幸

秀作

天 冬董幸福の展開図ほし

福島 無職 志垣貴史 (65)

地 幸先の骨身を晒す冬木立

奈良 パート 宮狭淳泰 (71)

人 湯豆腐や幸せ問えば押し黙る

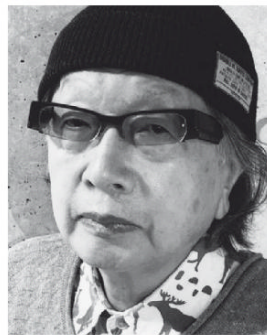
長野 無職 やばみち子 (85)

佳作

幸ひは酔ひ醒めの水年歩む  
幸せつて何だと問ふてゐた雑煮  
幸魂の社華やぐ落椿  
冬の幸アルチンボルドの戯れ  
初春や僕には僕の幸福論  
幸せの息吹聞こえる春隣  
薄紙をはがす幸せ冬籠  
古書店を出で寒き手に幸田露伴  
冬麗真幸駅にて鐘鳴らす  
子の幸を二針に込めつるし雛

東京 無職 中村弘一 (65)  
兵庫 教員 小田慶喜 (68)  
埼玉 無職 松葉哲也 (69)  
東京 職人 照井正邦 (47)  
長野 会社員 神戸千寛 (60)  
東京 無職 村野秀子 (72)  
高知 無職 福井淳夫 (84)  
茨城 団体職員 小田龍聖 (38)  
鹿児島 アルバイト 山下香織 (43)  
埼玉 無職 望月勝男 (84)





詩人作家  
ねじめ正一

詩人の谷川俊太郎さんが亡くなった。同じ阿佐谷に住んでいたので、仲良くさせてもらった。一緒に「詩のボクシング」をやったり、「詩人漫才」をやったりしたこともあった。いつもこちらから声をかけると、二つ返事で引き受けてくれて、いつも期待以上のものを作ってくれた。ある時、私の詩が袋小路に入ってしまったようだと言ったら、「詩のグラ

この道でいつも逢ふ人霜の花  
翻意には至らぬ二人霜強し  
霜の夜や満天の星身じろがず  
晩にも霜を纏いて阿蘇の馬  
星満ちていつしか青女降り来たる  
老人の靴紐きつく霜の朝  
踏む霜の土ひとつなぎビル住い  
霜解けて別れた夫婦の金婚式  
霜柱近道なので踏ませてね  
霜晴や出来たて豆腐水桶に

東京	愛知	徳島	東京	東京	大分	香川	山口	宮城	京都	東京
無職	無職	団体職員	作詞家	無職	無職	無職	無職	主婦	会社員	薬剤師
前田憲治	谷本良裕	郡司恵太	丸山俊郎	田村節子	豊崎香穂理	玉井瑛子	松尾昌典	車田久子	松尾昌典	車田久子
(78)	(68)	(76)	(94)	(80)	(56)	(83)	(55)	(86)	(55)	(86)

ウンドは広いんだよ。もっと広く使わなくちゃ。袋小路なんていうのは早いよ」と、窘められた。谷川さんの晩年に「幸せについて」の本があるが、生温くもなく難解でもなく、きっちり腑に落ちる幸福論である。腑に落ちなければ谷川俊太郎ではない。半歩先でも二歩先でもなく、期待される一歩先でぴたり止まる。曖昧にしない一歩先の高級な表現力である。夏は必ず短パンにTシャツ、その姿も一歩先の高級感があり、カッコよく見えた。何度会っても初めて会う風のような人であった。今週の俳句王は「幸」から。「鉄の味」にどかんときた。冬銀河の広がりです。首根っ子を掴まれ、何も反論

幸甚と語る名人初扇  
幸福といふ色あらば吾亦紅  
冬の虹幸せ手繰る七千歩  
書初や幸の一墨匂ひ立つ  
万両の一粒ことのちさき幸  
幸せがはみ出してゐる福笑  
亡き母へ幸籠の中へ飴  
一晩の二月の幸盛られけり  
大根干す母の幸せ太りかな  
幸福を測る物差し春隣

愛知	東京	三重	香川	石川	神奈	三重	山形	静岡	神奈
無職	無職	無職	無職	無職	無職	無職	無職	無職	無職
坂昌子	早田礼子	奥山功	島田章平	青森生南子	竹澤聡	織田信勝	菊地みさ子	鈴木一紘	奈良握
(81)	(50)	(88)	(77)	(73)	(60)	(80)	(75)	(82)	(63)

できず、不幸せに一段と説得力がでてきた。「幸」の天。「冬蓮」「幸福の展開図」がすんなり合っていると、思いきや、「ほし」が星か欲しか干しか、はたまた、展開、凶星と読ませるのか。地は「幸先」の言葉がいい。緊張感のある句である。人は、湯豆腐が押し黙るという表現に説得力がある。「霜」の天。「老魔」にどきとした。101歳なればこそ詠める句である。長寿のめでたさは一切なく厳しさだけだ。地は「今から」に臨場感がある。霜柱が遊びの延長線上にある楽しいもの。人は「天突き体操」という言葉に生きる迫力がある。霜をバリバリ踏みつけながら、力んでなくてかっこいい。

これからの兼題

3月23日号(2月7日必着)

彼岸、朝(無季)

4月6日号(2月21日必着)

子猫、満(無季)

3月30日号(2月14日必着)

初花、他(無季)

無季の兼題には好きな季語をつけて句にしてください。

応募方法

ハガキまたはハガキ大の用紙1枚に1句。裏に兼題、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、下記までお送りください。  
〒102-0074 千代田区九段南1-6-17  
サンデー毎日編集部「サンデー俳句王」係

ご注意

難解な漢字にはふりがなをつけてください。兼題以外の投句、二重投句は無効としますので、ご了解ください。俳句王、天・地・人または佳作に5回入選した方には図書カードを贈呈いたします。応募作品の著作権は応募者本人に留保されるものとし、応募者による応募作品の利用は妨げません。弊社の刊行物(電子版を含みます)や各種インターネットメディア、広告その他弊社が許諾する媒体に掲載、展示その他の方法により使用されることを了承するものとします。

# 陽炎の旅人

かげろう

連載小説  
第7回

天童荒太

イラストレーション 大竹彩奈

前回までのあらすじ

ヒスイや救吉らと伊予松山から江戸に出てきた同藩士の辰之進は、藩邸で火事騒ぎの最中、彼を鷹林の仇と信じる嵐花に襲われる。しかし、かつて辰之進に斬られ、海の藻屑と消えた鷹林は、じつはヒスイたちの姉・天莉らの手によって一命をとりとめていた。

療養所に勤めている天莉が、その人の着物を慎重にめくった。

左胸の血の痕は、刃物による刺し傷らしい。海水につかって、傷口がぎゅっとしまったかのようで、血は止まっている。だが、どこまで深く刺され、内側がどれほど傷ついているかは分からない。

「体が冷え切っています、乾いた布で拭いて差し上げましょう」

天莉が言い、女たちが乾いた布で彼の体を拭き、手足をこすりはじめた。だがここでは火は焚けず、医師を呼べる場所でもない。

(この御方は死なせられない)

天莉だけでなく、皆が思った。

博愛を尊ぶ教えからもそうだし……年初の儀式で十字に輝く光を受けた直後、海から姿を現し、奇跡のように息を吹き返したことから、それぞれの信仰を試す象徴的な人物のように感じられていた。

ともかく助けを呼べる場所まで連れ出そうと、人々の中で最も屈強な男が彼を担ぎ上げた。険しい足場を進む際に互いを導くのに用いた縄で、彼とわが身を縛り、前後を別の者が支えて、岩場を出た。

近くに、夏場だけ漁師が使う空き家がいった。誰にも見られないよう注意して彼を運び入れる。土間の中央に、丸く石で囲んで灰を溜めている簡素な炉がある。室内の隅に薪も積んであった。壁に立てかけている板とむしろを土間に敷き、彼を横たえる。

藩のお侍様じやろう、お役所に知らせりや助けてもらえるんじゃないかの。いや、どこでどう引き上げたか問い詰められたら、わしらの信心が知られるぞな。それに、お役所に知らせよったら手遅

れになる、すぐお医師を呼ばんと。ほうよ、お医師が先じゃがね。火を熾こしつ皆が天莉を見た。医師の知り合いがいるからだ。彼女が勤め先は道後の診療所で、三津からではあまりに遠い。救吉とヒスイもさぎのやにいたろう。一昨日、鷹林という抗戦派の藩士の企みで、二人は一時連れ去られながら、昨日みずからの力で脱け出して、道後に戻っていた。「三津で開業されている町医の方をお訪ねしてみます」

天莉は小屋を出た。アテはない





が看板を見次第、声をかけてみるしかない。彼女は農作業の時に身に着ける山袴やまばかまをはいており、海沿いの道を港町の方へ向かった。

港に出る手前で町医の看板を見つければ、早朝で閉まっている戸を叩いた。誰も出てこない。次に、港が見える場所に看板を出している町医の家では、医師が昨夜往診に出たまま帰っていないかった。

どうしよう……信じる心が足りないせいだと責められている気がして、胸が痛む。焦る想いに足がついてこず、前のめりに転んだ。

「おお、どうされた」

手が差し伸べられ、抱き起こされる。目の前には、若い洋装の兵士がいた。胸に長州藩ちようしゅうはんの紋が入っている。恥ずかしさと恐れとで、

「あの、恐れ入ります……お手を煩わづらわせて申し訳ございません」

目を上げられず、声は震えた。

「ほう、伊予は温泉だけでなく清女すがしめ（美女）も湧くようだね」

相手の笑みを含んだ声に、目を上げる。人懐っこい優しい顔立ちに利発そうな目をした若い男がほえんでいた。



「あつ、怪我<sup>けが</sup>をしているね」

彼が天莉の左の手を取った。すりむいて血がにじんでいる。

「いえ、何でもございません」

手を引こうとするが、相手は放してくれず、後ろを振り返って、「おい、救吉い、ヒスイい、来てくれー。怪我人だーっ」

天莉は驚いて、彼が声をかけた方へ視線を送った。

棧橋<sup>さんばし</sup>に出る手前の広場に、天幕を張った臨時の救護所らしきものができている。白装束に口元を白布で覆ったヒスイと救吉が、むしろの上に横たわる長州藩の兵たちを診察しているようだった。

二人がこちらを見て、手招きに応じて駆け寄ってくる。

「どうされましたか、伊藤様」

救吉が若い男に声をかけ、返事の前に、「え、天莉姉さん？」

「本当だ。どうしたの、天莉姉さん？ 港にご用でもあったの」

後から来たヒスイも驚いた様子で、二人は口元の白布を取った。

天莉は呆気<sup>あつけ</sup>に取られ、

「あなたたちこそ、こんなところで、何をしているの……」

「長州藩の船の中で、高熱を出す方々が何人も出て困っていらしたので、伊藤様に頼まれ、療治のお手伝いをしているんだよ」

救吉が答えて、「天莉姉さん、手のひらに血がにじんでるけど」

「ああ、ここでいま転ばれていたのだ……知り合いなのだね？」

「はい。姉です」

ヒスイがうなずき、「天莉姉さん、こちらは長州藩の伊藤俊輔<sup>しゅんすけ</sup>（博文<sup>ひろふみ</sup>）様です。長州にいた折に、

いろいろ助けていただきました」

「それは……妹と弟がお世話になり、ありがとうございます」

「いやいや、二人の藩を超えた働きに、当藩こそ助けられた。今もそうだ。一緒に乗船してきた船医

まで熱を出して、困っていた」

伊藤は天莉の方へ、「この地の医師は信用ならんと、上役が認め

なくてね。救吉とヒスイに使いを出して、来てもらった。我々は昨

日港に入ったが、棧橋に救吉とヒスイがたまたまいるのを見て、驚

いた。声をかけ、霊泉に案内してもらったのだ。二人なら、わが兵

の療治を行ったことがあり、高杉<sup>たかすぎ</sup>

さんや桂<sup>かつら</sup>さん、大村<sup>おおむら</sup>様とも親しい

から、上役も認めて、働いてもらっていた。実に助かっているよ」

「大したことはしておりません」

救吉が首を横に振り、「熱や咳の出る病は、人から人へうつる場合が多いので、病に倒れている方を船から降ろし、薬を飲んでもらっているだけです」

「それこそ望んでいた療治だ」

伊藤が答えたとき、棧橋の方から「伊藤ーっ」と呼ぶ声がした。

彼は相手へ手を振ってから、「姉上の怪我をよく診てやれよ」

と言い置いて、駆けだした。

「手は大丈夫、擦りむいたただけだから。それよりも……」

天莉は二人を見つめ、「あなたたちに大切な話があるの」

二人が共に療治の場所を離れることはできず、葉に詳しくなった

ヒスイは残り、刺傷に対処できる

救吉が、天莉の後をついて走った。

やがて天莉は遅れ、場所を聞いた救吉が一人先に進み、目当ての

小屋を見つけた。荒い息を整え、中に向かって声をかける。

「さぎのやの救吉と申します。姉

の天莉から頼まれて来ました」

戸が薄めに開き、貧しい身なりの老女が顔を出した。

「医師の仕事に少々通じています。姉はすぐ後から来ます」

相手が戸を大きく開き、救吉は中へ入った。戸がすぐに閉まる。

簡素な炉に火が焚かれ、熱が伝わる場所に人が横たわっている。

乾いた野良着を体の上に掛けられて、年寄りの女たちが彼の手足を祈るように手でこすっていた。

小屋の中にいるのは、年のいった女が五人だけだった。

救吉は彼女たちに挨拶しながら、その人の枕元に進み——あつ、と息を呑んだ。鷹林、様……。

彼を「様」と呼ぶべきか迷わなくはない。彼には、危うく斬られ

そうになったこともある。だまされてヒスイと二人、港近くの倉に

閉じ込められ、力を合わせて縄を解き、脱したのが昨日だった。ち

ようどその時刻、港を見下ろせる崖の上で、鷹林と辰<sup>たうのしん</sup>之進が果し合

いをしていたと、さぎのやに戻ってから知らされた。



話を聞き込んできたのは、瓦版屋をして兄の勇士郎だった。

「辰之進様は、謀反人の鷹林と崖の上で丁々発止、ついに胸を刺し、討ち果たした。鷹林は崖から落ち、海の藻屑と消えたとき」

救吉は、恐る恐る彼にふれた。冷たいが、死者の冷たさではない。弱くても、指先に脈動が伝わる。体に掛けられた野良着をめくる。着ていた服は脱がされたのか、裸だった。左胸の、肩に近い場所に傷がある。周囲の肉が収縮している様子で、血は止まっている。背中側を見る。わずかに傷口が見える。やはり肉が縮んで傷をふさいでいる。どちらも傷口周辺の腫れは少なく、変色も見られない。

「運のいい御方だ……」

思わずつぶやきが漏れた。刀が貫通したのは、骨に当たらず、肉の筋に止められることなく、まっすぐ刃が入ったからだろう。腫れも変色もないのは、内側での出血が少ないからだと思われる。

周囲の女たちが不安そうに救吉のすることを見つめている。

戸を開いてくれた老女が「助か

るじやろうか」と尋ねる。

「まだ何とも言えませんが、息があるのはまさに奇跡です」

ほかに傷がないか確かめる。左脚のすねが妙な曲がり方をしている。戦場で何度か見た。腕の骨折もそうだが、放っておかず、正しくつなぎ直して固定し、安静にしていれば、骨はまたつながる。

「天莉です」

外から声がした。老女が戸を開く。天莉が荒い息をつきつつ入ってきた。看護人である彼女に鷹林の膝を強く押えてもらう。

「骨をまっすぐにして固定する。強く引くから、こらえて」

救吉は、鷹林の足首とふくらはぎを持ち、力を込めて引いた。天莉が引く張られる。

「だめだ。皆さん、姉が引っ張られないように押さえてください」

女たちが天莉の肩や腰に手を回す。救吉は、あらためて鷹林の足首とふくらはぎを抱えるように持ち、骨がまっすぐになるよう強く引き、ここぞと思うところで戻した。鷹林に意識があれば、無理な療治だった。骨が元の形に戻った

かどうか、手で押さえて確認してゆく。間違いないとは言えないが、今はこれで精一杯だった。

小屋の隅に板切れを見つけ、脛の両側に当て、包帯で固定する。

「今しばらく様子をみましょう。ただこの小屋では……」

救吉は、天莉たちへ、「十分な療治ができません。全身を温めつつ水や薬も与えないと、とても助かるとは言えない危険な状態です」

天莉は、さぎのやの女将とおかみ将である母と祖母に懇願した。

救吉とヒスイも口添えた。二人には敵ともいえる相手だが、医療者として、助けられる命なら、

それこそ命がけで助けたい。相手は藩の謀反人である。かばえば、同罪となりかねない。

「ここはへんろ宿ですよ。お泊めするのは、おへんろだけです」

女将が乾いた声で言った。

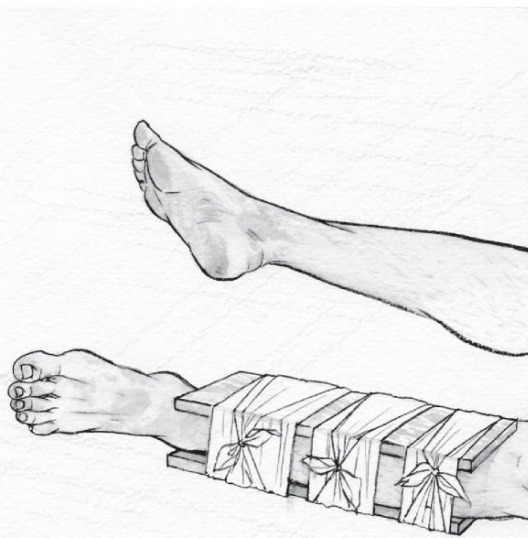
「でも、人は皆、おのれや親しき者の幸せを願いながら、人の世を旅し続けるおへんろのはずです」

ヒスイが言葉を返した。

大女将が声を上げて笑った。

「確かに。けど鷹林というお侍は、おのれや親しき者の幸せを願っておったのかな。聞いたところでは、逆ではないのかなもし」

「まことの願いが何か、当人にも分からないことがあります」



天莉は胸の前で手を合わせた。  
「生きてこそ、生き延びてこそ…  
…その先で真の願いが見つかるこ  
ともあるはずです」

さぎのやの最も奥の部屋に鷹林  
を寝かせた。彼は何日も高熱を発  
し、脈は弱まり、もうだめかと思  
うような日々が長く続いた。

それでもある時期から峠を越し  
たように熱が下がり、口から重湯、  
次にはおかゆもとれるようになって、  
庭の梅が咲く頃には体を起こ  
せるようになった。

だが目にはまだ力がなく、言葉  
を発することもなかった。

一方で、宿の奥の部屋に怪我人  
がいて、公には隠しておかなけ  
ればいけない人物らしい、という  
ことが——宿の者にも秘していな  
がら、しぜんと外に漏れた。道後  
の温泉郷は、長く修験道場の明  
王院の管理下にある。その明王院  
から呼び出しがかかった。

女将と大女将が代表して、奥院  
で院主と面会した。

さすがに長く温泉郷を守ってき  
た明王院の院主に嘘はつけない。

二人はありのままを打ち明けた。  
院主は冷静に話を聞き終え、

「やむを得なかった事情は理解い  
たそう。だが、藩の謀反人をかば  
い続けてきた事実は、温泉郷全体  
の罪として責められかねぬ」

鷹林を、秘かにさぎのやから出  
すようにと、彼は求めた。

だが、謀反人を引き取ってくれ  
る先があるかどうか。

「当院では、弟子の包源が彼の者  
に傷つけられており、よく思わぬ  
弟子たちも少なくない。また、靈  
泉の管理について多くの人の出入  
りがある。藩の者がまず立ち寄る  
ことのない所がよからう」

町の中央を流れる川に沿った水  
はけの悪い場所で、農民よりも貧  
しい暮らしを長く強いられてきた  
人々の集落を、院主は指定した。

ジンソという長老が率いる彼ら  
は、処刑された罪人の始末や、死  
んだ牛馬の引き取りなどで町村へ  
呼びつけられはしても、集落の外  
の者が入ってくることはない。

鷹林は状態が落ち着いたところ  
で、ジンソたちの集落に移された。  
ヒスイと救吉が数日おきに様子を

みに訪ねたが、日ごろの世話は、  
十七歳になったジンソの孫娘美音  
が担った。とても美しい声で歌う  
ことから、明王院の院主がその名  
を与えた娘であった。

鷹林はやがて立てるようになって  
た。足の骨折も無事に治ったらし  
い。ただ足が萎えており、美音が  
支えたり杖をついたりして、歩く  
練習が必要だった。ほどなく「は  
い」「いえ」などの短い言葉が出  
るようになった。だが…：どれだ  
け経っても、おのれが誰か、名も  
身分も、何をしてきたのかも、ま  
ったく思い出せない様子だった。

ヒスイと救吉が江戸へと発って  
半月、朝敵という汚名が晴らされ  
る命が、じき伊予松山藩に下され  
るとの噂が、城下の者たちの心持  
ちを浮き立たせていた。

藩士の手島次郎と青海辰之進の  
兄虎之助もその噂が本気になる日  
がいつか、話しながら歩いていて  
——偶然、町なかで息絶えた馬が  
引き取られる現場に行き合った。

いつもの集落の者たちが、数人  
がかりで重い馬体を持ち上げ、大

八車に載せようとしている。だが、  
重過ぎたらしく載せそこない、大  
きな音がした。手島と虎之助も思  
わず、そちらを見た。

「タカ、首の方を持ってくれ」

長老らしい男に言われ、他より  
背の高い男が、それまで馬の首を  
持っていた年配の男と交替する。  
背の高い男は、頭の中央の髪はさ  
ほど長くないが、後ろ髪が長く、  
持ち上げる前に邪魔になり、荒く  
後ろに払った。そのとき見えた顔  
に、手島と虎之助は目を見張った。

二人はその男から目を離せなか  
った。野良着姿で、髪だけでなく  
無精ひげも伸びている。それでも  
身のこなしが柔らかく、どことな  
く品があった。彼らは馬体を大八  
車に載せ、無言で去ってゆく。

二人はようやく顔を見合わせた  
が、言葉は出ず、その男がどこに  
暮らしているのか見届けるまで、  
距離を置いてついていった。

同じ頃、江戸では——朝廷軍の  
指揮を西郷隆盛から託された大村  
益次郎が、上野を拠点とする彰  
義隊を討伐することを決した。

(つづく)



# 校閲



## 至極

vol.  
301

### 「見聞を広げ」で 陰の著者と暗闘

『小学生からチャレンジえんぴつ1本ですごく変な文章を見抜いて国語力を上げる本』という長い

タイトルの本が、発売から1カ月もたたないうちに3刷と売れているそうです。著者はなぜか名前を出さず、監修者として私の名が前面に出ています。

タイトルからして「変」なつながりですね。もちろん「すごい変」は「すごく変」にすべきです。このように不適切な表現や誤字を全編にわざとまぎ散らし、ページをめくると（書名については裏表紙に）答えと丁寧な解説があるという構成の問題集です。

例えば「元旦の朝」という部分に対し「『元旦』は元日の朝なので『朝』は不要。『元日の朝』、も

しくは『元旦』だけが適切です」と解説しています。

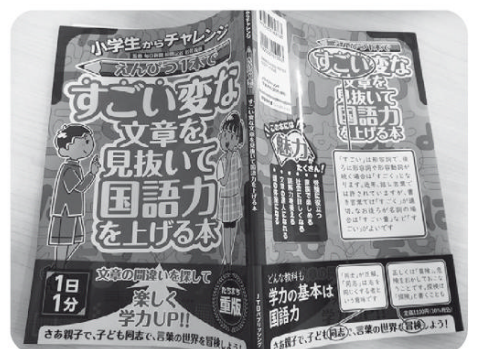
さて、印刷前に陰の著者から正しい部分で「見聞を広げる」とあるのは「見聞を広める」の方がよいかと相談されました。「見聞を広げる」が誤用なんて聞いたこともないぞ、と慌てて調べました。

確かに辞書で「見聞」を引くと大方は「を広める」の用例が出てきます。しかし「広める」には「普及させる」という意味合いが強く「仏教を広める」とは言っても「仏教を広げる」とはあまり言いません。これに対し「視野を広げる」とは言っても「視野を広める」とは言いません。つまり知識・体験を広くする枠がその個人にとどまるかぎり、「広げる」の方がふさ

わしいので「見聞を広げる」でいいのではないのでしょうか。ちなみに新潮現代国語辞典では「広める」「広げる」両方に「見聞」の例があります。そういうのは少数派のようですが……。

監修者の意向としては上記の理由を伝え「このままでよい」と答えました。しかし著者としては、仕込んだ誤りの他にも「これも間違いでないか」と指摘されると困りますから、慎重にならざるを得ません。結局「見聞を広める」に直されました。それにしても、なぜ「見聞を広げる」が辞書にほとんどないのか疑問です。

こんな具合に陰の著者との暗闘はあったのですが、大抵は私のアドバイスに応じてくれています。



JTBパブリッシングから出たこの本は税込み1100円。実は帯にも間違いが…

例えば「元旦の朝」は「元日の朝」か「元旦」だけが「正しい」とあったのは「適切」に表現を和らげました。元旦を元日の意も含むとする辞書もあるからです。

この本の中身には校閲という言葉こそありませんが、校閲的な視点に貫かれています。毎日新聞校閲センターのX（ツイッター）で表紙の謎かけ付きで発信したところ大反響でした。これを読んで2025年も校閲的な知識を広げていただければ——そうそう、「知識を広げる」って言いますよね。だったら「見聞を広げる」もいいでしょ？ 我ながらしつこい。

（毎日新聞校閲・岩佐義樹）

連載小説●第27回

今野敏

イラスト  
石居麻耶

# エンドロール

警視庁  
FCⅢ  
Bin Kono  
Endroll

翌日は六月十二日木曜日だ。

登庁し地域総務課のデスクにいる楠木のもとに、長門室長から電話があった。

「渋谷区長のアポが取れたってさ」

「本当に取れたんですね」

「そのように交渉したんだらう？」

「いや、半信半疑でした」

「とにかく、こっちに来てくれる？」

「今日は警らがあります」

「行かなくていいよ」

「そうはいきません。ペアがいま

すし……」

「また、蒲生に電話しておくから

……」

「それなんですが……」

楠木は声を落とした。

「それって、何だ？」

楠木は周囲を見回してから、口

元に手を当てた。

「蒲生さんが、うらやましがっているようなんです」

「うらやましがっている？」

「はい。自分がFC室で長門室長の元で働いていることがうらやましいようです」

「へえ……」

「どうやらFCにも興味を持って

いる様子でした」

「それで？」

「蒲生さんを、FC室に引っぱってもらえませんか？」

「蒲生とおまえがFC室に来たら、遊撃3はどうなるんだ」

「ですから、自分と入れ替わりで蒲生さんをFC室に呼ぶんです」

「何、楠木、FC室を辞めたいわけ？」

辞めたい。

「いえ、そういうわけではなく、ペアの先輩に妬まれて<sup>ねた</sup>いるのはちよっとまずいんで……」

「逃げようだったってだめだよ。おまえ、今逃げたら、敵前逃亡だよ。銃殺だよ」

「でも、蒲生さんは長門室長と働きたがっているんです」

「あいつ、そんなタマじゃないよ。どうせ、口だけだよ」

「そうじゃないと思います」

しばらく無言の間があった。長門室長は考え込んでいるのだ。やがて彼は言った。

「蒲生のことは後で考えるから、とにかくこっちへ来てよ」

「わかりました」

電話が切れると、楠木は立ち上がり、係長席にやってきた。FC室から呼び出しがあった旨を告げると、係長は「あっそう」とだけ言った。

厭味<sup>いやみ</sup>の一つも言われるものと思っていたので、肩透かしを食らった気分だった。



あらずじ●楠木肇は警視庁地域部所属の巡査部長。遊撃特別警ら隊とF C室を兼務する。都内で撮影するハリウッド映画の脚本に渋谷スクランブル交差点でのアクションシーンがあり、楠木らは区に許可を求めるが、区役所の対応は厳しい。

「じゃあ、行ってきます」

「ああ。長門さんよろしくな」

係長も長門室長には一目置いて  
いるような感じだ。長門室長と働  
けるのは幸せだと、蒲生が言っ  
ていた。

もしかしたら、そうなのかもし  
れない。だが、楠木にはまったく  
その実感が無い。

実感が無いものは実態がないの  
といっしょだ。だから楠木は、考  
えないことにした。

楠木が顔を出すと、長門室長が  
言った。

「やっと来たか」

「区長のアポが取れたんですつ  
て？」

「ああ。警電に何とかいう課長か  
ら電話があった」

「区役所の産業観光課の課長です  
ね？」

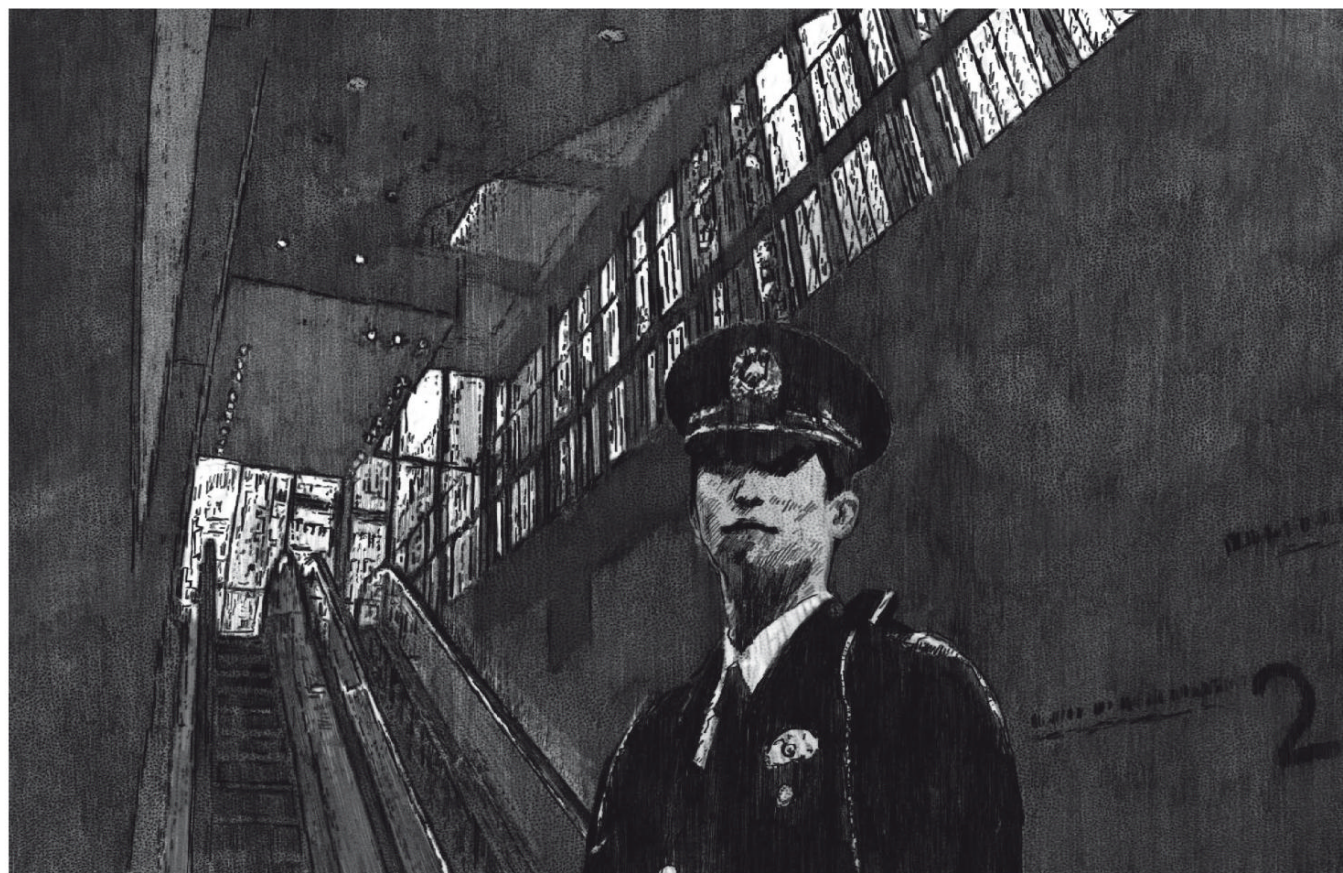
「よく知らん。すぐに来てくれと  
いうことだ」

「えっ。今からですか？」

「そうだ。十五分ほどしか時間が  
ないということだ」

「急がなくちゃ」

「遊撃3を出してよ」



「いや、タクシーじゃないんで…  
…」

「区長との面談に遅れるつもりか」

「前にも言いましたが、遊撃3は  
自分の一存でどうこうできる車じ  
やないんです」

「蒲生に電話しておくよ」

「……で、誰が行くことになっ  
たんでしたっけ？」

「おまえと山岡だ」

「いや、もっと偉い人が行くって  
話になっていたと思います」

「渋谷署の牧田署長を連れていけ  
ばいい」

「簡単に言わないでください」

「簡単だよ。俺、電話しておくか  
ら」

「だったら、室長と署長で行って  
くださいよ」

「だから、おまえ、俺に仕事を振  
るなど言ってるだろう。早く行け」

山岡が言った。

「急ごう」

楠木と山岡は駐車場の遊撃3に  
向かった。

「長門から電話があったよ」

渋谷署内で高取に声をかけ、署長



室を訪ねると、牧田署長が言った。

「何？ 君たち、区長にアポ取ったんだって？」

「はい」

山岡がこたえた。「ご同行いただけますか？」

「何だよ。任同<sup>じんどう</sup>で引っぱられるみたいだな。俺、区長に会いたくないんだけどな……」

「私らだけでは、何とも心許ないので、ここはぜひ署長のお力をお借りしないと……」

「ふん。心にもないことを言うなよ」

「本気です」

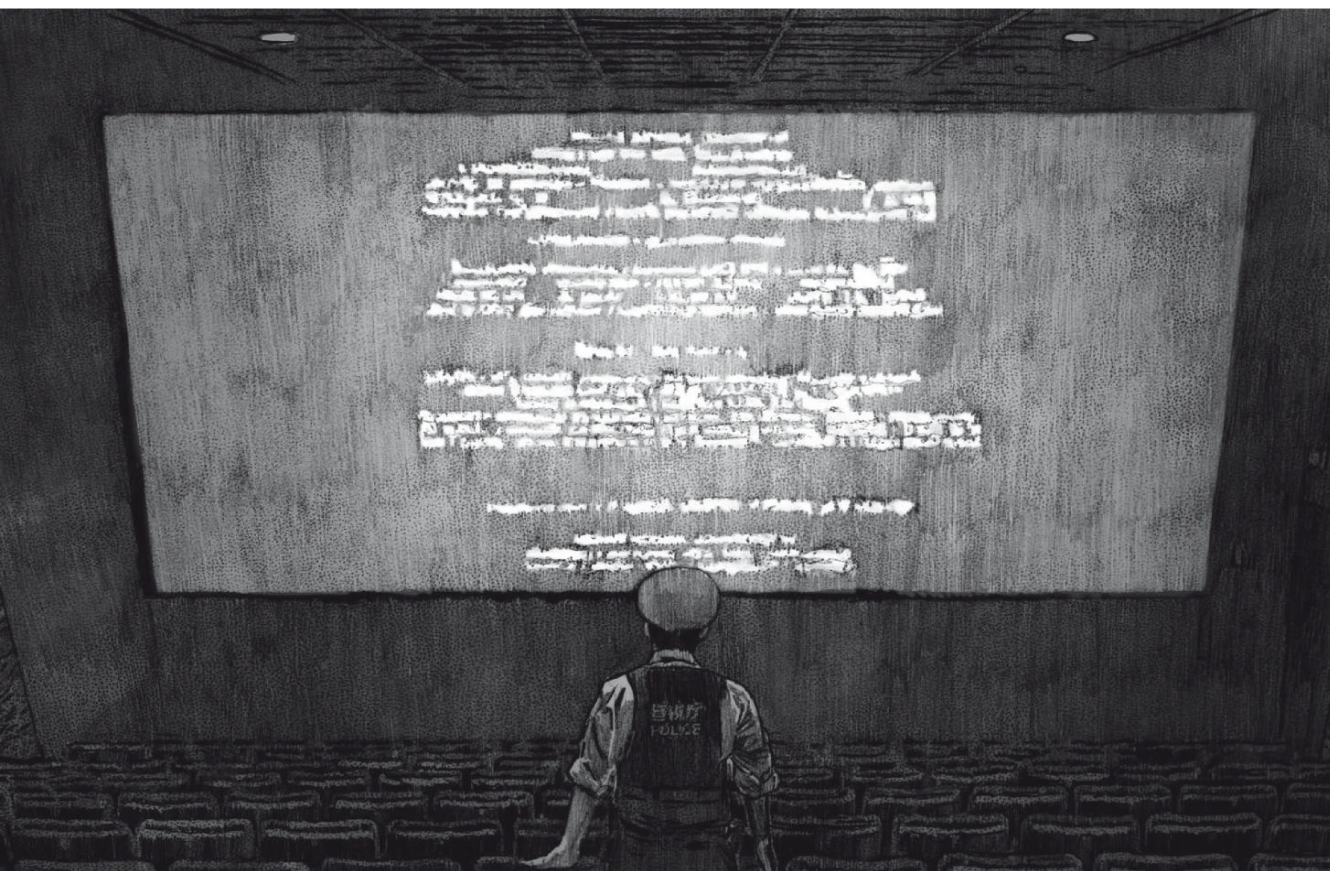
「しょうがない。でも、交渉は君たちがやるんだろう？ 私はただ同席するだけだぞ」

「それだけっこうです」

署長の公用車と遊撃3で区役所に向かった。遊撃3には、楠木、山岡、高取の三人が乗っている。

まず、産業観光課を訪ね、山岡が小森課長に礼を言った。

「本当にアポを取ってくださったのですね。心よりお礼を申し上げます」



「十五分だけだからね」

小森課長は、牧田署長に気づいた様子で言った。「ええと、そちらの方は？」

山岡が紹介すると、それまで席に座っていた小森課長が慌てて立ち上がった。やはり、署長というのはそれなりにインパクトがあるんだなと、楠木は思った。

「渋谷署の署長さんですか。これは失礼しました」

牧田署長が言った。

「では、区長に会いにいきましょうか」

区長室のドアを小森課長がノックする。「どうぞ」という声に促され、小森課長がドアを開ける。

楠木たち一行は、区長室に足を踏み入れる。

楠木は山岡にそつと言った。

「渋谷署の署長室より立派ですね」それを耳に留めたらしく、牧田署長が言った。

「質実剛健だよ」

区長が席の向こうで立ち上がった。形ばかりの対応に見える。

楠木たちは、牧田署長を先頭に進んだ。



交渉役は山岡に任せよう。楠木はそう決めていた。山岡が深々と頭を下げて言った。

「警視庁FC室の者です。まず最初にお詫びさせてください」

「おや……」

区長はあざけるような笑みを浮かべている。「何の話でしょう」

山岡は頭を下げたま言った。

「渋谷区で撮影の計画があることは、真っ先に渋谷区の責任者である区長に報告すべきでした」

「今となっては遅い。そう思いませんか？」

区長は、思ったより若々しいなと、楠木は思っていた。でっぴり太った老人を想像していたのだが、目の前の区長の体は引き締まっており、短髪は若者のように潑刺とした印象がある。

山岡が言った。

「それをお詫びに上がりました」

区長は溜め息をついた。

「まあ、顔をお上げください」

山岡が体を起こすと、区長は机上の小箱から名刺を取り出した。それを機に名刺交換が始まった。

牧田署長の名刺を見ると、区長

が言った。

「ほう。渋谷署の署長さんですか」

牧田署長が「そうです」とこたえる。

「署長さんは、撮影のことをご存じだったのですね」

「私もつい最近聞きました」

「でも、私より早く知っていたのですね」

「たまたまでしょう」

「たまたまねえ……」

「路上で撮影をやる場合、許可を出すのは警察署です。ですから、渋谷署に情報が入るのが早かったということでしょう」

「わかりました」

区長は山岡を見た。「謝罪したいとおっしゃるなら、それを受け容れましょう」

「では……」

山岡が言う。「渋谷での撮影を認めていただけるのですね」

「それとこれとは別問題です」

「え……?」

「フィルムコミッションは、経済効果があるというお話をされたと聞きました」

「はい。それは間違いありません」

「一方で、私は区内の安全について責任を持たねばなりません」

「区内の安全……」

「長期間、海外の映画スタッフが宿泊まりし、撮影現場で仕事をすること、風紀が乱れたり、治安が悪くなったりする恐れがあります」

「その点については……」

山岡がちらりと牧田署長を見て言った。「警察が責任を持って対処いたします」

「口では何とでも言えますからねえ。私はね、一時期のハロウィーンのような騒ぎは、もう真つ平なんですよ」

「あ……」

高取が言った。「それについては、まったく同感です」

区長は高取を一瞥してから言葉

を続けた。「ですから、撮影を認めるつもりはありません」

山岡は困った顔で楠木を見た。

いや、そんな顔されても……。

楠木は何を言っているかわからない。

そのとき、牧田署長が言った。

「フィルムコミッションは、時代の趨勢ですよ」

区長は牧田署長を見た。

「世の中の流れについては、冷静に判断しているつもりです。たしかに、あちらこちらでフィルムコミッションをやりはじめたようですね。しかし、私にはそのつもりはありません」

「都が前向きなんです。いや、都だけではなく、国も推進する方針です」

「国や都が何を考えようと、渋谷区はフィルムコミッションをやるつもりはありません」

「なぜです」

「メリットがありません」

「経済効果があるじゃありませんか」

「苦勞したり、危険を冒してまでやるべきこととは思えません」

「あの……」

山岡が言った。「映画は好きですか?」

「映画ですか」

区長は聞き返してから苦笑を浮かべる。「そう尋ねられて、嫌いですと言う人はあまりいないでしょう」

「では、お好きなんですね」

「まあ、人並みでしょうね」

「映画館で映画をご覧になりますか？」

「最近では、ネット配信で多くの作品を観られるようになりました。しかし、ええ、映画館にも足を運びますよ」

「エンドロールは観る派ですか？それともすぐに席を立つ派ですか？」

「エンドロールを観ますね。館内はまだ暗いですから。エンドロールが終わり、館内に明かりがついてから立ち上がります」

「エンドロールにご自分のお名前がクレジットされるところを想像してみてください」

「エンドロールに私の名が……？」

「はい。全世界で上映されるハリウッド映画のエンドロールに、お名前が載るわけです」

「そんなことはあり得ないだろう」

「もし、撮影を許可していただけるのなら、感謝の印としてそういうこともあり得ると思います」

「ほう……」

牧田署長が言う。「それは有権

者にいいアピールになりますね。選挙でおおいに優位に立てますよ」

区長選挙って、そんなに単純なんだろうか。楠木はそう思ったが、もちろん黙っていた。

高取が言った。

「エンドロールに自分の名前があるのを想像するだけでうっとりしますね」

区長は選挙と聞いたとたんに落ち着かない様子になった。

そして、一人つぶやいた。「エンドロールに名前か……」

山岡も牧田署長も沈黙した。言うべきことは言った。あとは、区長の返事を待つだけだ。

長い沈黙だった。

やがて、区長が言った。

「いいでしょう。危険な撮影でなければ認めましょう」

「危険な撮影……？」

山岡が聞き返した。区長はうなずいた。

「そうです。派手なスタントとか、事故が起きそうな撮影は禁止です。それ以外なら、撮影を許可しましょう」

「例えば、カーアクションとか……」

「ええ、そういう撮影は禁止です」

「銃撃戦は？」

「だめです」

「爆薬を仕掛けるのは？」

「もってのほかです」

「それでは映画が撮れません」

「こちらの条件がのめないなら、全面的に撮影を禁止します」

山岡と楠木は再び顔を見合わせた。

区長が言った。

「約束の十五分が過ぎました」

出ていけということだ。

楠木たちは、仕方なく区長室をあとにした。

区役所の玄関を出ると、牧田署長が言った。

「普通の撮影はできるということだ。一歩前進じゃないか」

「そうですね」

山岡が言った。相手は署長だ。そう言うしかない。

「じゃあ、私は引きあげるよ。高取君、いっしょに公用車に乗りなさい。署まで送ろう」

「わあ、よろしいんですか」

二人は公用車で去っていった。

楠木は山岡に言った。

「自分らも戻りましょう」

山岡の表情は当然のことながら冴えない。

「帰って、室長と相談しよう」

二人は遊撃3に乗り、警視庁本部に向かった。

助手席の山岡が言った。

「牧田署長はああ言ってくれたが、やっぱり交渉は失敗だよな」

「けっこう落ち込んでいる。楠木は言った。」

「道路上での撮影許可は、区役所じゃなくて、警察署が出すんですよ？」

「そうだな。そこんとは別なんだ」

「じゃあ、牧田署長の許可をもらって、スクランブル交差点で、撮りたいように撮っちゃったらどうです」

「おまえ、悪党だな」

「だってそうでもしないと、バーク監督の要求にこたえられませんよ」

山岡は黙り込んだ。

(つづく)





# 現代を 読み解く コトバ



私はお酒が飲めない。しかし好奇心は強い。なのでお酒を飲む人の「お酒の話」はとっても好きである。いや、これは相手が酔っぱらっている状態で聞くわけではない。酔っている人はシラフの人間がそばにいないことを心から寂しがり、なんなら嫌がっていることを知っているからだ。お互いシラフのときにお酒の話を聞くのである。話をしているだけでお酒を飲みたくなっている人を見るのは、好きなものを語っている人を見ていられるのでとても幸せな気分だ。

しかし話を聞けば聞くほど、飲めない人との「分断」を感じざるを得ない。これはアルハラとかそういう次元の話ではない。単純に「分かり合えない」のである。文化の違う異国の人の話を聞いているよ

うであり、モテない自分が生まれつきモテる人の話を聞いているようでもある。昔は「芸人なのに飲めないなんて、人生半分だよ」など、よく言われたもんである。今の感覚からすると芸人にも下戸にも差別的な発言ということになるのだが、私も実際その通りだと思っていた。飲めない人にはチャンスも回ってこない。お酒を飲もうという口説きも存在しない。飲めるようになれば……と、思っていた時期もある。いまでは完全に依存症の自分の性格を知り、絶対に飲めないほうが良いと思うのだが、それでもお酒へのチャレンジは年に何回かは試みるのだ。そんな私が目下、もっとも興味津々に話を聞いてしまうのが、お酒を飲めるのにあえて「飲まない」という選択をする人、つまりソバーキュリアスな人の話だ。これは一見「断酒」のように思われるかもしれないがそうではない。決めたいときは決める。しかし、「日常的に」飲むことはせず、お酒を飲むことを「非日常」とするような、そんな生き方なのだ。惰性或習慣で飲まずに、「飲みたいとき」の純度を高めて、飲む。お酒との付き合い方の理想形だ。ソバーは「シラフ」を意味する。「ソバキュリ」とも略されるようだ。

私の知り合いに、毎日の晩酌でその日の「リセットボタン」を押せる、という人がいた。どんなに忙しくて時間がなくても必ずお酒だけは飲んでた。なんなら記憶をなくすまで飲んでた。お酒氏とは「ズブズブの関係」であり、もはや腐れ縁とすら思っていたという。しかしその人が昨年あたりからソバーキュリアンとなり、旅先だけ、記念日だけの飲酒に絞るようになった。「適度な距離感での付き合い」にしたそう。健康的な毎日になり、お酒のこともっと好きになったという。完全に異性との付き合いのよう。年始は、ソバーキュリアスに挑戦してみては？

コントロールできるくらいでは酒好きとは言わん！ という武闘派も出てきそうである。愛の形にいろいろあるように、お酒との適度な距離も人それぞれなのかな。

さんきゅー たつお 1976年東京都生まれ。早稲田大在学中から漫才コンビ・米粒写経として活動。同大大学院文学研究科博士課程単位取得退学（修士）。複数の大学で教壇に立ち、『広辞苑』編さんにも携わる。\*学者芸人。



# ラブミードウ Love Me Doの 12 星座占い

2025/1/7 (火) ~ 1/21 (火)



## 牡羊座

3/21  
~4/19

もう少し分かりやすく愛情を見せた方が良さそう。駆け引きをしすぎず、素直さを大切に。マイナスの出来事が起きた時ほど前向きに考えてね。



## 天秤座

9/23  
~10/23

パートナー運があります。良い出会いもありそう。誘いがあったら積極的に参加を。仕事でも助けてくれる存在が現れます。甘えることも大事。



## 牡牛座

4/20  
~5/20

本来の自分を見失ってしまっていないか考えないといけない時です。人に合わせることもよりも、自分が一体何をしたいのかを重視しましょう。



## 蠍座

10/24  
~11/22

無駄を省くことが大切な時期です。効率の良さが重要です。自分の利益を重視しましょう。やっていて楽しいことだけを受け入れていってね。



## 双子座

5/21  
~6/21

意外な方向に話が進んでいきます。面白そう！と思えるなら受け入れてみて。友達関係が広がると運気が高まります。人と会うようにしてみてください。



## 射手座

11/23  
~12/21

人気運アップ！ モテ期です。恋愛運が好調に。周りからも良い評価を受け、仕事運も高まります。ただ、そんな時ほど謙虚さを大切にしましょう。



## 蟹座

6/22  
~7/22

使命感をもって生きられます。ただ、頑張りすぎてストレスをためやすい時です。ストレス発散が大切。将来についてのビジョンも考えてね。



## 山羊座

12/22  
~1/19

人間関係がスムーズになります。自分の立ち位置も見えてきます。単独行動をするよりもみんなで遊んだりするなどグループでの行動を大切に。



## 獅子座

7/23  
~8/22

運も味方し、やりたい方向に進んでいけます。進むべき道が決まっていきます。また、ある程度の自由さがないと苦しくなりやすい時かも。



## 水瓶座

1/20  
~2/18

いろいろな人の意見を参考にしたい気持ちが出てきます。コミュニケーションを大切に。勉強したい意欲も高まりそう。知識を増やすことが重要。



## 乙女座

8/23  
~9/22

魅力が高まっています。人が寄ってきやすいです。ただ、誰と関係性を深めるべきかを考える必要があります。縁を切るべき人もいそうです。



## 魚座

2/19  
~3/20

自分のリズムを大切にした方がよい時。他の人にリズムを崩されないように気をつけてね。頑固になってもよさそう。金運がアップしています。



# えびすごろく

## 第91回 生きる

## 収能子蛭

新しい年がはじまった。今年はどんなことがあるのかな。

2020年に認知症を公表してから5年目。公表の6年前、14年に軽度認知障害（MCI）がわかった。そこから数えると11年か。家族や事務所、まわりの人の理解もあり、なんとかここまで元気にやってこれた。幸せだ。

テレビのニュースを見ていたら、認知症のことをやっていた。国が、みんなが支え合う共生社会の実現に向け、取り組みを推進するという。アナウンサーが「認知症当事者の意思尊重を含む四つの重点目標を設定した」と言っている。どんなことなのかな？

後日、仕事のときにマネジャーがネットの記事を見せてくれた。そこには「①国民の理解、②本人の意思尊重、③地域で安心して暮らす、④新たな知見、技術の活用」と書いてあった。社会参加の機会確保や認知症の正しい理解の周知といった推進すべき12施策も掲げられていて、1月に施行され

る「認知症基本法に基づく初の策定」とあった。ぼくには細かいことはよくわからなかったけど、認知症の人でも生きやすい社会になるのなら、大歓迎だ。

認知症の高齢者は22年で443万人いると聞いた。MCIの人との合計は推計で1000万人を超えたという。さらに今から15年後の40年には584万人になると見込まれている。高齢者の約3・6人に1人は認知症または予備軍だという。このままだとどんどん増えるということか。決定的な治療方法や薬がない今、社会の理解が増え、受け入れる態勢ができるのはとてもいいこと。認知症に対する偏見も、減るといいなあ。

ぼくの人生の目標は「死なないこと」だ。認知症になっても、この思いは変わらない。認知症の当事者になってみると、一人でできないことが増える。朝起きて生きていることやごはんがおいしい、というあたり前のことがありがたい。健康はお金で買えないという

けど、本当だな。

認知症の症状は、相変わらず進んでいる。体力の衰えも日々実感していて、バス旅のときのような距離を歩くことはもうできない。

今思うと、あの仕事でよく歩くようになったし、バスが来なくて、何キロも歩いたから、自然と体重が減った。

今年はできるだけ、外に出る機会をだいたいしたい。あとは女房とたのしく暮らしたい。

今年もどうぞ、よろしく。

えびすええ  
ころた



東京大

2025年度（25年4月入学）の私立大一般選抜の出願が始まり、大学入学共通テストが目の前に迫った。模試を重ねて見えてきた志望状況は難関大人気を示す。難関大の学科別難易度とともに、具体的な動きを検証する。

# 新課程元年も安全志向なし 難関大は志望者増で激戦に

多くの受験関係者が「本当に新課程元年？」と口にする25年度一般選抜の志望状況。共通テストで国語と数学の負担が増し、新教科の「情報」が加わるなど、大学入試が変わる中でも受験生の弱気は見られず、難関大の志望者が増加しているからだ。

駿台・ベネッセ共通テスト模試の志望動向によると、旧帝大に東京科学大と一橋大、神戸大を加えた難関国立10大学の志望指数は105（前年を100とした時の数値、以下同じ）。私立大の志望指数は、早慶（早稲田大、慶應義塾大）が114、上理（上智大、東京理科大学）が113、GMARCH（学習院大、明治大、青山学院大、立教大、中央大、法政大）が112、関関同立（関西大、関西

学院大、同志社大、立命館大）が106といずれも志望者が大きく増加している。駿台予備学校入試情報室長の城田高士さんは言う。

「国公立大と私立大ともに、難関大の志望者が増えています。特に私立大の場合は、総合型や学校推薦型選抜の定員が増えて、周りが年内入試で決まっていく中で、年明けの一般選抜まで頑張る受験生は、上位大学を目指そうと考える傾向が強いのでしょうか。一般選抜まで頑張る層と年内入試で決める層の二極化を感じます」

難関私立大の志望状況を入試方式別に見ると、前出の大学群はすべて、共通テスト利用方式が一般方式の志望指数を上回っている。難関私立大の共通テスト利用方式はハードルが高く、難関国立大志



## 難関国立10大学の志望動向

大学名	前年比(%)
北海道大	108
東北大	106
東京大	127
東京科学大	110
一橋大	109
名古屋大	97
京都大	100
大阪大	101
神戸大	99
九州大	103

第3回駿台・ベネッセ共通テスト模試の志望者増減。前期日程の数値  
東京科学大は旧東京医科歯科大＋旧東京工業大との比較

## 準難関国公立大学の志望動向

大学名	前年比(%)
筑波大	104
千葉大	110
お茶の水女子大	109
東京外国語大	124
横浜国立大	98
新潟大	104
金沢大	94
岡山大学	101
広島大	100
熊本大	105
東京都立大	106
横浜市立大	103
大阪公立大	100

望者の利用が多かったが、私立大専願者も増えているという。特に早慶や上理といった最難関私立大で増え方が顕著なようだ。河合塾教育研究開発本部の主席研究員、近藤治さんは言う。

「共通テスト利用方式の志望者の増え方が大きいのは、大学入試センター試験から共通テストになって4年が過ぎ対策が進んだこともあり、私立大専願層も難関大の共通テスト方式を視野に入れているでしょう。25年度の共通テスト

の出願者増は、私立大専願層の出願が増えた影響も考えられます」

25年度の共通テストの出願者は、前年を3257人上回る49万5171人。出願者増の背景には、ベースとして18歳人口の増加があるが、私立大専願者の影響もあるというのだ。さらに、新教科の「情報」に対する受験生の順応性の高さも出願者増の背景にありそうだ。ベネッセコーポレーション学校カンパニー教育情報センター長の谷本祐一郎さんは言う。

「24年11月の模試では、情報の平均点が上がりました。周囲の大人が考える以上に、情報という科目に受験生は順応しているようです。経過措置として旧課程の情報の出題もありましたが、大半の既卒生が模試では新課程の情報を選択しています。共通テストの出願者が増えたのは、情報がネックになっていないことも一因でしょう」

個別大学の状況を見て

いこう。東進ハイスクールコンテンツ本部教務制作部長の島田研児さんは、25年度入試では最難関の東大が狭き門になりそうだと話す。

「2次試験の受験者を絞って、より丁寧な選抜を行うために、東大は理Ⅲ以外の第1段階選抜の予告倍率を引き下げます。2次試験に進める人数が減るという点で、東大入試のハードルが上がると思います。新課程になり、共通テストが大きく変わるこのタイミングでの変更には不安に感じている受験生は一定数いるでしょう」

## 国立は東北大に注目 早大と上智は激増か

東大の志望指数は127と前年を上回っている。第1段階選抜の倍率の変化がそれほど影響していないようだが、油断せず、まずは、共通テストの演習を重ねて、本番で目標とする点を取ることが肝要だという。

駿台の城田さんは、東北大に注目する。

「前年の模試では比較的安全志向

の受験生が多く、難関国立10大学全体の志望者は減少していましたが、それでも東北大は志望者が増えており志願者も増加しました。25年度入試の東北大の志望者も前年を上回っており、実際の志願者も増えると思います。研究志向が強い難関国立大志望者にとって、国際卓越研究大学に唯一選ばれている影響は大きいでしょう」

国際卓越研究大学とは、世界トップレベルの研究力を持つ大学を育成するために、国が10兆円規模のファンドを運用して支援するもの。東大や京大が選ばれなかった中で、東北大が唯一認定された効果は、学生募集にも大きな影響を与えているようだ。

難関国立10大学の中で前年の指数を下回っているのは、名古屋大と神戸大のみ。京大の指数は100だが、実際の志願者は3年連続で増加を続けており、入試の緩和は期待しない方がよさそうだ。

もっとも、志望段階の難関国立大人気も、実際の出願は共通テストの平均点次第という面もある。河合塾の近藤さんは言う。

## 主要私立大学の志望動向

大学名	前年比(%)
青山学院大	113
慶應義塾大	111
上智大	116
中央大	109
東京理科大	111
法政大	112
明治大	109
立教大	119
早稲田大	115
同志社大	106
立命館大	103
関西大	108
近畿大	103
関西学院大	107

第3回駿台・ベネッセ共通テスト模試の志望者増減。一般方式＋共通テスト方式

志願者が24年度は9万人を下回った。25年度の志望者増はその反動と見られる。上智大は、グローバルなイ



慶應義塾大



早稲田大

「難関国立大の志望者増は、もともと要注意な大学がさらに気を引き締める必要があるということですね。ただ、国公立大の出願状況は共通テストの難易度に左右されません。かつては、難化したことで一気にチャレンジ志向がしばらく年もありました。共通テストがどのような状況になっても、自分のポジションを冷静にとらえて、2次試験に進んでほしいですね」

私立大は、前出の大学群の中で、志望者が減少している大学は皆無。中でも早稲田大と上智大の志望者の増加が顕著だ。早稲田大は政治経済学部などで共通テストと大学個別試験を組み合わせた国立大型の方式を導入した21年度以降、志願者が減少してきた。かつては10万人超えが当たり前だった

イメージがマイナスとなり、国をまたいだ移動が制限されたコロナ禍で志願者が大幅減となったが、一転、アフターコロナではグローバルイメージがプラスとなり、2年連続で志願者が増えた24年度に続き増加が見込まれる。

学部移動による出願動向の変動にも注目したい。東進の島田さんは、倍率アップが見込まれる私立大として、次の2大学を挙げた。

「千葉県野田市の野田キャンパスから東京都葛飾区の葛飾キャンパスに移転する東京理科大・薬学部と、滋賀県大津市の瀬田キャンパスから、京都市内の深草キャンパスに移転する龍谷大・社会学部は、ともに交通の利便性が高まることから、これまで以上に志願者が集まると見えています」

学部系統別の志望状況も見ていこう。その特徴について、ベネッセの谷本さんは、志願者の減少が続いた文系学部の回復傾向を指摘する。

「コロナ禍が緩和されたことから、外国語や国際関係の志望者が増えています。経済や商学系も人

気が回復しており、北海道大、東北大、一橋大、大阪大、九州大といった難関国立大の経済は軒並み志望者増。理系は全体的に堅調な中、理学部の志望者が増加傾向。医療系では医学部がやや減少していますが、歯学部の人気が高くなっています」

デジタルやグリーン関連の人材養成が急務とされる中、情報系を含む総合科学や農学も志望者が増加傾向。ただ、特に情報系は学部・学科の新設や定員増となる大学があるので、それほど倍率が高くない可能性がある。中には、定員の増化率に志望者の増加率が追いつかず、前年の倍率を下回る大学もありそうなので、個別大学の出願状況を注視したい。

難関大の人气が高く、極端に志望者が減少する学部系統も見られない25年度入試。とはいえ、これまで見てきた難関大も、国公立大と私立大ともに倍率は年々少しずつ下がってきている。こうした状況も意識しながら、冷静に出願大学を見定めたい。

大学通信・井沢 秀



# 国公立・私立「難関大」

## 学科別最終難易度

**【表の見方】** 難易度は、河合塾予想（第3回全統共通テスト・記述模試・10月実施、合格可能性50%）、駿台予備学校（2024年度後期目標ライン：駿台全国模試の合格可能性80%のラインを基にした難易度）、東進（全国統一高校生テスト・11月実施、C判定偏差値・合格可能性50%以上65%未満）、ベネッセコーポレーション（第3回ベネッセ・駿台マーク模試・11月実施、B判定値・合

格可能性60%以上80%未満）を使用。河合塾の%表示は共通テストの得点率。合格可能性80%とは、ある難易度の大学をそれと同じ難易度を持つ10人が受験した場合、8人が合格する可能性を示す。原則として最も募集人員が多い日程、方式、専攻などの難易度を掲載。私立大は一部を除き共通テスト利用方式は含まない。

協力／大学通信

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
工 機械知能・航空工	60.0	57	65	64
電気情報物理工	60.0	56	65	64
化学・バイオ工	60.0	57	64	64
材料科学総合	60.0	56	65	64
建築・社会環境工	60.0	56	65	64
農	60.0	56	64	64
国際教養大				
国際教養	67.5	61	66	70
筑波大				
人文・文化 人文	65.0	57	64	64
比較文化	62.5	57	65	64
社会・国際 社会	65.0	58	65	68
国際総合	60.0	57	64	65
人間 教育	60.0	57	65	66
心理	65.0	58	66	68
障害科	62.5	57	64	66
生命環境 生物	57.5	53	64	63
生物資源	52.5	53	62	61
地球	55.0	51	63	63
理工 数	60.0	53	63	61
物理	55.0	54	64	62
化	57.5	55	64	62
応用理工	57.5	53	64	62
工学システム	57.5	53	65	63
社会工	60.0	54	64	62
情報 情報科	57.5	55	65	63
情報メディア創成	57.5	54	65	63
知識情報・図書館	82%	57	65	65
医 医	65.0	66	69	69
看護	55.0	50	61	59
医療科	57.5	52	62	60
体育専門	75%	48	62	62
芸術専門	74%	48	63	60
総合選抜-文系	60.0	57	63	66
総合選抜-理系Ⅰ	57.5	53	63	63
総合選抜-理系Ⅱ	55.0	53	64	62
総合選抜-理系Ⅲ	57.5	53	63	61
千葉大				
国際教養	57.5	56	63	64
文	57.5	54	62	62
法政経	57.5	53	62	63
教育	50.0	53	60	54
理 数学・情報数理	60.0	55	63	62

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
国公立大				
北海道大				
総合入試-文系	62.5	59	64	64
総合入試-理系 数学重点	55.0	54	64	62
物理重点	57.5	54	64	63
化学重点	57.5	55	64	63
生物重点	55.0	55	64	62
総合科学	57.5	55	64	63
文	60.0	58	64	65
教育	60.0	54	64	64
法	60.0	55	64	63
経済	60.0	55	63	63
理 数	65.0	63	68	67
物理	65.0	61	68	67
化	62.5	60	67	67
生物科	62.5	60	67	66
地球惑星科	62.5	58	68	66
医 医	65.0	68	71	69
保健	50.0	51	59	57
歯	55.0	56	64	60
薬	60.0	59	67	67
工 応用理工系	62.5	61	67	65
情報エレクトロニクス	62.5	61	68	66
機械知能工	60.0	60	67	66
環境社会工	60.0	59	66	65
農	60.0	61	67	66
獣医	65.0	64	69	70
水産	55.0	51	62	60
東北大				
文	60.0	56	63	64
教育	60.0	55	63	64
法	60.0	57	64	65
経済	60.0	57	63	64
理 数学系	60.0	58	66	64
物理系	60.0	58	65	64
化学系	57.5	58	65	64
地球科学系	57.5	55	64	64
生物系	60.0	57	65	64
医 医	67.5	68	71	70
保健	52.5	52	60	59
歯	55.0	56	63	62
薬	60.0	58	65	65

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
機械システム工	55.0	51	62	60
知能情報システム工	55.0	51	62	60
一橋大				
商	65.0	63	66	71
経済	65.0	63	66	70
法	67.5	64	67	72
社会	67.5	63	68	71
ソーシャル・データサイエンス	67.5	64	66	70
東京都立大				
人文社会 人間社会	57.5	55	64	62
人文	57.5	54	64	62
法	60.0	55	66	63
経済経営	60.0	54	63	63
理 数理科	55.0	51	61	57
物理	55.0	52	62	58
化	52.5	53	61	60
生命科	52.5	52	63	59
都市環境 地理環境	52.5	50	62	60
都市基盤環境	52.5	51	62	58
建築	57.5	53	64	60
環境応用化	52.5	50	62	58
観光科	52.5	51	60	59
都市政策科	55.0	52	63	58
システムデザイン 情報科	57.5	52	65	60
電気電子工	57.5	48	62	59
機械システム工	55.0	49	62	60
航空宇宙システム工	55.0	52	63	60
インダストリアルアート	52.5	51	63	58
健康福祉 看護	69%	47	61	56
理学療法	72%	50	62	55
作業療法	66%	49	59	55
放射線	52.5	49	61	56
横浜国立大				
教育	73%	50	62	55
経済	62.5	52	64	63
経営	65.0	56	65	64
理工 機械・材料・海洋系	55.0	53	64	60
化学・生命系	55.0	53	64	60
数物・電子情報系	57.5	53	64	60
都市科 都市社会共生	74%	54	64	61
建築	62.5	55	66	64
都市基盤	55.0	54	65	60
環境リスク共生	55.0	52	63	60
横浜国立大				
国際教養	55.0	52	61	58
国際商	55.0	51	61	59
理	50.0	51	62	57
データサイエンス	55.0	52	64	60
医 医	67.5	67	69	69
看護	67%	50	61	55
新潟大				
人文	50.0	50	59	55
教育	45.0	45	57	51
法	47.5	48	59	53
経済科	47.5	47	58	53
理	47.5	49	57	53
医 医	65.0	66	68	67
保健	47.5	47	56	53
歯 歯	55.0	55	60	61
口腔生命福祉	42.5	48	58	53

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
物理	57.5	54	63	61
化	57.5	54	63	60
生物	57.5	55	62	60
地球科	55.0	52	60	60
工	55.0	52	62	59
情報・データサイエンス	57.5	54	64	60
園芸 園芸	52.5	48	60	60
応用生命化	55.0	50	61	60
緑地環境	52.5	48	59	58
食料資源経済	57.5	50	61	60
医	67.5	68	70	69
薬	62.5	58	66	67
看護	52.5	51	61	59
お茶の水女子大				
文教育 人文科	62.5	57	64	65
言語文化	60.0	57	63	65
人間社会科	60.0	56	64	66
芸術・表現行動	55.0	51	60	61
理 数	57.5	54	61	62
物理	55.0	54	62	62
化	57.5	55	65	63
生物	57.5	55	63	64
情報科	57.5	55	64	62
生活科 食物栄養	65.0	59	66	64
人間生活	62.5	57	64	65
心理	65.0	57	65	67
共創工 人間環境工	57.5	56	64	64
文化情報工	60.0	58	64	63
東京大				
文科Ⅰ類	67.5	68	70	76
文科Ⅱ類	67.5	67	70	74
文科Ⅲ類	67.5	66	70	73
理科Ⅰ類	67.5	68	71	73
理科Ⅱ類	67.5	67	71	72
理科Ⅲ類	72.5	77	74	76
東京科学大				
理	65.0	61	67	68
工	65.0	61	66	68
物質理工	65.0	61	65	67
情報理工	65.0	64	67	69
生命理工	65.0	60	66	66
環境・社会理工	65.0	60	66	67
医 医	70.0	73	71	73
保健衛生	60.0	54	64	61
歯 歯	60.0	57	65	64
口腔保健	50.0	51	58	54
東京外国語大				
言語文化	62.5	62	67	66
国際社会	60.0	58	66	63
国際日本	60.0	58	65	62
東京農工大				
農 生物生産	52.5	53	63	59
応用生物科	55.0	54	64	60
環境資源科	52.5	53	62	59
地域生態システム	52.5	53	62	58
共同獣医	60.0	60	67	64
工 生命工	55.0	52	63	60
生体医用システム工	55.0	50	62	60
応用化	55.0	51	62	60
化学物理工	52.5	50	62	59



学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
理工化		62.5	61	67	67
農	資源生物科	65.0	61	68	67
	応用生命科	65.0	61	68	68
	地域環境工	62.5	59	67	66
	食料・環境経済	62.5	61	68	67
	森林科	62.5	59	67	67
	食品生物科	65.0	62	68	68
大阪大					
文		65.0	61	66	69
人間科		65.0	61	66	69
外国語		62.5	60	64	66
法	法	65.0	62	66	69
	国際公共政策	65.0	62	66	69
経済		65.0	60	66	69
理	数	62.5	59	65	65
	物理	62.5	58	65	65
	化	60.0	57	65	65
	生物科	60.0	57	65	65
医	医	70.0	73	71	72
	保健	57.5	54	63	60
歯		60.0	57	66	64
薬		62.5	60	66	67
工	応用自然科	60.0	57	66	65
	応用理工	60.0	57	65	65
	電子情報工	62.5	58	65	65
	環境・エネルギー工	60.0	57	65	65
	地球総合工	60.0	57	65	65
基礎工	電子物理科	62.5	57	65	64
	化学応用科	62.5	57	65	64
	システム科	62.5	58	65	64
	情報科	65.0	61	66	66
大阪公立大					
現代システム科 知識情報システム		55.0	49	62	60
環境社会システム		57.5	50	61	60
教育福祉		55.0	49	61	59
心理		57.5	50	62	61
学域単位募集		55.0	51	62	60
文		60.0	54	63	64
法		57.5	54	63	63
経済		57.5	53	63	62
商		57.5	54	62	62
理	数	55.0	53	62	59
	物理	55.0	52	62	59
	化	55.0	52	62	59
	生物	55.0	52	63	60
	地球	52.5	51	62	60
	生物化	55.0	51	62	60
工	航空宇宙工	62.5	63	66	65
	海洋システム工	60.0	56	64	64
	機械工	60.0	57	66	65
	建築	57.5	54	63	60
	都市	55.0	51	62	59
	電子物理工	60.0	58	65	64
	情報工	62.5	61	66	64
	電気電子システム工	62.5	58	65	64
	応用化	60.0	57	65	64
	化学工	60.0	57	65	64
	マテリアル工	60.0	57	65	64
	化学バイオ工	55.0	51	62	59
農	応用生物科	55.0	52	62	60

学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
工		42.5	46	56	53
農		47.5	49	58	53
創生		52.5	47	60	55
金沢大					
融合	先導	52.5	50	60	59
	観光デザイン	52.5	50	60	57
	スマート創成科	52.5	49	59	57
人間社会	人文	52.5	50	62	60
	法	52.5	51	60	59
	経済	52.5	51	60	58
	学校教育	50.0	51	60	57
	地域創造	52.5	51	61	57
	国際	52.5	51	61	60
理工	数物科	52.5	50	60	56
	物質化	52.5	50	60	57
	機械工/フロンティア工/電子情報通信	52.5	50	59	55
	地球社会基盤	52.5	50	60	55
	生命理工	52.5	50	60	57
医薬保健	医	65.0	66	67	68
	薬	55.0	54	63	62
	医薬科	52.5	53	63	60
	保健	50.0	47	59	54
文系一括		55.0	50	64	64
理系一括		55.0	51	63	58
名古屋大					
文		62.5	57	65	66
教育		62.5	58	64	67
法		60.0	59	64	66
経済		60.0	58	64	66
情報	自然情報	60.0	56	65	65
	人間・社会情報	60.0	57	64	67
	コンピュータ科	62.5	58	66	64
理		57.5	56	64	64
医	医	67.5	67	71	70
	保健	52.5	51	61	59
工	化学生命工	60.0	55	64	64
	物理工	60.0	56	64	64
	マテリアル工	60.0	54	65	64
	電気電子情報工	60.0	56	65	64
	機械・航空宇宙工	60.0	58	65	64
	エネルギー理工	57.5	55	64	64
	環境土木・建築	60.0	56	64	64
農	生物環境科	57.5	54	64	63
	資源生物科	57.5	55	64	63
	応用生命科	57.5	56	64	64
京都大					
総合人間		67.5	66	67	72
文		67.5	64	68	72
教育		67.5	63	68	71
法		67.5	65	68	72
経済		67.5	65	68	72
理		65.0	64	68	70
医	医	72.5	75	72	75
	人間健康科	60.0	58	65	65
薬		65.0	64	68	69
工	地球工	65.0	61	68	67
	建築	65.0	63	68	68
	物理工	65.0	64	68	69
	電気電子工	65.0	63	68	68
	情報	67.5	65	69	70

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
第三類	57.5	52	61	60
第四類	69%	51	61	53
第五類	57.5	53	62	57
法	57.5	51	63	59
経済	55.0	50	61	60
理	50.0	52	61	57
数	50.0	52	61	57
物理	50.0	52	61	57
化	52.5	52	60	57
生物科	50.0	52	60	58
地球惑星システム	50.0	50	59	56
医	65.0	67	68	69
保健	47.5	49	60	56
歯	60.0	56	63	61
口腔健康科	45.0	49	58	53
薬	60.0	57	64	64
薬科	55.0	54	62	60
工	50.0	49	60	56
第一類	50.0	49	61	57
第二類	50.0	48	60	56
第三類	52.5	50	61	57
第四類	50.0	48	60	57
工学特別コース	50.0	50	60	57
生物生産	55.0	50	62	58
情報科	55.0	50	62	58
九州大				
共創	60.0	54	63	64
文	57.5	56	63	64
教育	57.5	56	63	64
法	60.0	57	64	65
経済	57.5	56	64	64
経済・経営	55.0	52	62	60
経済工	55.0	55	64	60
理	57.5	55	63	60
物理	57.5	54	63	60
化	57.5	55	63	61
地球惑星科	55.0	55	63	60
数	67.5	69	71	70
生物	57.5	56	62	63
医	55.0	51	61	59
医	57.5	57	63	63
生命科	57.5	58	64	65
保健	60.0	59	66	65
歯	57.5	55	64	62
薬	55.0	53	63	61
創薬科	57.5	54	63	61
臨床薬	57.5	54	63	61
工	57.5	53	63	61
I 群	57.5	54	63	61
II 群	57.5	54	63	61
III 群	57.5	53	63	61
IV 群	57.5	53	63	61
V 群	60.0	53	65	64
VI 群	55.0	54	63	60
芸術工	55.0	54	63	60
農	55.0	54	63	60
熊本大				
文	55.0	51	61	56
総合人間	50.0	50	61	56
歴史	55.0	51	60	57
文	52.5	51	61	56
コミュニケーション情報	47.5	49	56	53
教育	52.5	50	60	56
法	50.0	50	59	54
理	62.5	64	67	68
医	47.5	47	58	55
保健	57.5	55	64	63
薬	57.5	55	64	63

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
生命機能化	55.0	53	62	60
緑地環境科	55.0	51	61	59
獣医	60.0	58	66	64
医	67.5	67	69	69
リハビリテーション	52.5	49	61	57
看護	55.0	49	60	59
生活科	57.5	54	61	60
食栄養	57.5	51	63	60
居住環境	57.5	51	63	61
人間福祉	57.5	51	63	61
神戸大				
文	62.5	56	64	65
国際人間科	62.5	57	64	65
グローバル文化	62.5	57	64	64
発達コミュニティ	60.0	55	64	65
環境共生	60.0	56	64	64
子ども教育	62.5	57	64	67
法	60.0	57	64	66
経済	62.5	57	64	67
経営	57.5	54	63	61
理	57.5	55	64	61
数	57.5	54	64	61
物理	55.0	53	63	60
化	55.0	52	63	60
生物	67.5	68	71	69
惑星	55.0	55	62	63
医	55.0	52	62	58
医	60.0	54	64	64
医療創成工	57.5	52	63	62
保健	57.5	53	64	63
工	57.5	53	64	63
建築	57.5	53	64	63
市民工	57.5	53	64	63
電気電子工	60.0	54	64	63
機械工	57.5	54	63	61
応用化	57.5	55	64	62
システム情報	57.5	55	64	62
農	55.0	50	61	57
食料環境システム	55.0	50	61	57
資源生命科	55.0	50	61	57
生命機能科	55.0	50	61	57
海洋政策科	55.0	50	61	57
岡山大				
文	55.0	51	62	59
教育	52.5	53	60	54
学校教育教員養成	65%	50	60	54
養護教諭養成	55.0	51	61	58
法	55.0	51	61	58
経済	52.5	51	60	58
理	52.5	50	60	56
数	50.0	50	60	57
物理	50.0	50	60	57
化	50.0	49	59	56
生物	67.5	67	68	69
地球科	52.5	49	60	56
医	55.0	56	64	60
医	57.5	57	64	64
保健	55.0	54	63	58
歯	52.5	49	60	56
薬	52.5	49	60	58
創薬科	52.5	49	60	58
工	52.5	49	60	58
農	52.5	49	60	58
広島大				
総合科	55.0	52	61	61
総合科	57.5	53	64	61
国際共創	57.5	51	62	59
文	55.0	54	60	55
教育	52.5	51	61	57
第一類	55.0	54	60	55
第二類	52.5	51	61	57



学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
商	65.0	61	69	72
医	72.5	72	74	74
理工	学門 A	65.0	63	70
	学門 B	65.0	62	71
	学門 C	65.0	63	70
	学門 D	65.0	60	70
	学門 E	65.0	61	71
総合政策	70.0	57	71	76
環境情報	70.0	58	71	70
看護医療	57.5	51	64	61
薬	薬	62.5	58	68
	薬科	62.5	58	69
国際基督教大				
教養	67.5	58	70	72
上智大				
神	70%	48	63	60
文	哲	83%	57	68
	史	62.5	57	71
	国文	62.5	57	71
	英文	62.5	59	71
	ドイツ文	80%	55	66
	フランス文	82%	56	66
	新聞	81%	54	67
	総合人間科	教育	83%	57
法	心理	83%	57	72
	社会	84%	58	72
	社会福祉	77%	56	70
	看護	74%	53	66
	法律	83%	59	68
経済	国際関係法	81%	60	71
	地球環境法	81%	58	66
理工	経済	67.5	57	67
	経営	70.0	60	69
外国語	英語	65.0	61	68
	ドイツ語	62.5	58	67
	フランス語	62.5	58	67
	イスパニア語	62.5	58	66
	ロシア語	57.5	54	66
	ポルトガル語	57.5	55	66
総合グローバル	65.0	59	67	71
理工	物質生命理工	60.0	53	68
	機能創造理工	60.0	54	67
	情報理工	62.5	55	68
中央大				
法	法律	62.5	57	67
	国際企業関係法	57.5	54	67
	政治	57.5	54	65
経済	経済	57.5	50	66
	経済情報システム	55.0	48	66
	国際経済	55.0	49	64
	公共・環境経済	57.5	49	66
商	経営	57.5	51	66
	会計	55.0	50	66
	国際マーケティング	55.0	49	66
	金融	57.5	52	66
	フリーメジャー・コース	57.5	51	68
理工	数	55.0	50	62
	物理	55.0	49	66
	都市環境	55.0	48	68
	精密機械工	55.0	50	66

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
創薬・生命薬科	52.5	52	61	58
工	土木建築	45.0	47	58
	機械数理工	45.0	47	57
	情報電気工	47.5	47	58
	材料・応用化	45.0	46	57
	半導体デバイス工学課程	47.5	47	57
情報融合	52.5	49	58	57
私立大				
青山学院大				
文	英米文	57.5	56	64
	フランス文	81%	51	66
	日本文	60.0	54	65
	史	60.0	55	66
	比較芸術	79%	53	64
教育人間科	教育	60.0	51	67
	心理	60.0	54	66
経済	経済	60.0	49	67
	現代経済デザイン	60.0	48	66
法	法	60.0	53	66
	ヒューマンライツ	60.0	52	66
経営	経営	57.5	50	65
	マーケティング	57.5	50	65
国際政治経済	国際政治	78%	53	65
	国際経済	81%	53	65
	国際コミュニケーション	65.0	55	66
総合文化政策	60.0	54	68	71
理工	物理科	55.0	48	64
	数理サイエンス	55.0	46	66
	化学・生命科	55.0	50	64
	電気電子工	55.0	49	67
	機械創造工	55.0	49	64
	経営システム工	55.0	49	65
	情報テクノロジー	57.5	52	67
社会情報	60.0	50	64	70
地球社会共生	57.5	50	68	68
コミュニティ人間科	55.0	48	68	64
学習院大				
法	法	55.0	52	65
	政治	55.0	52	66
経済	経済	57.5	51	64
	経営	57.5	51	65
文	哲	57.5	50	66
	史	57.5	51	64
	日本語日本文	57.5	50	64
	英語英米文化	55.0	52	66
	ドイツ語圏文化	55.0	50	66
	フランス語圏文化	52.5	50	66
	心理	57.5	50	66
理	教育	57.5	50	66
	物理	52.5	47	64
	化	52.5	48	64
	数	55.0	47	64
	生命科	57.5	50	64
国際社会科	57.5	51	64	68
慶應義塾大				
文	65.0	58	69	74
経済	65.0	62	71	76
法	法律	67.5	62	70
	政治	67.5	62	71

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
国際経済	55.0	49	62	65
現代ビジネス	55.0	48	63	63
社会 社会政策科	55.0	49	63	64
社会	55.0	49	64	64
メディア社会	57.5	48	65	66
経営 経営	60.0	50	65	69
経営戦略	55.0	50	64	66
市場経営	57.5	49	64	68
国際文化	60.0	50	67	69
人間環境	57.5	49	64	67
現代福祉 福祉コミュニティ	52.5	47	65	63
臨床心理	55.0	49	65	64
キャリアデザイン	57.5	48	65	66
グローバル教養	60.0	53	66	69
スポーツ健康	55.0	45	62	63
情報科 コンピュータ科	55.0	47	66	60
デジタルメディア	52.5	46	66	59
デザイン工 建築	55.0	48	64	60
都市環境デザイン工	52.5	48	66	59
システムデザイン	60.0	50	66	63
理工 機械工	55.0	47	65	57
電気電子工	52.5	47	65	58
応用情報工	55.0	48	67	59
経営システム工	57.5	49	66	61
創生科	52.5	46	64	57
生命科 生命機能	57.5	49	64	59
環境応用化	52.5	47	63	58
応用植物科	55.0	46	62	58
明治大				
法	60.0	54	67	70
商	60.0	53	67	69
政治経済 政治	60.0	57	67	68
経済	60.0	55	67	69
地域行政	60.0	53	66	69
文 文	62.5	55	66	71
史学地理	60.0	53	68	71
心理社会	62.5	54	68	71
理工 電気電子生命	55.0	51	67	61
機械工	57.5	53	68	61
機械情報工	57.5	53	67	61
建築	60.0	52	66	63
応用化	57.5	54	67	62
情報科	60.0	54	68	65
数	55.0	54	67	60
物理	60.0	54	67	63
農 農	60.0	53	67	62
農芸化	57.5	51	64	62
生命科	57.5	53	67	63
食料環境政策	57.5	52	68	62
経営	60.0	53	66	71
情報コミュニケーション	60.0	53	66	71
国際日本	60.0	55	68	70
総合数理 現象数理	60.0	48	69	61
先端メディアサイエンス	57.5	50	69	63
ネットワークデザイン	57.5	49	69	59
立教大				
文 キリスト教	60.0	51	67	64
文	60.0	55	67	68
史	60.0	56	67	69
教育	60.0	54	67	68

学部／ 学科・課程など	難易度			
	河合塾	駿台	東進	ベネッセ
電気電子情報通信工	55.0	47	67	62
応用化	55.0	50	66	61
ビジネスデータサイエンス	55.0	49	67	61
情報工	57.5	51	67	64
生命科	52.5	50	67	61
人間総合理工	55.0	47	66	59
文	55.0	51	66	65
総合政策 政策科	57.5	49	66	67
国際政策文化	57.5	49	66	68
国際経営	55.0	49	67	66
国際情報	57.5	50	67	69
津田塾大				
学芸 英語英文	45.0	49	62	59
国際関係	47.5	50	65	59
多文化・国際協力	45.0	48	62	60
数	42.5	43	63	52
情報科	47.5	44	63	53
総合政策	52.5	50	63	62
東京理科大				
理 数	60.0	58	69	65
物理	62.5	58	68	66
化	60.0	55	68	64
応用数	57.5	56	69	64
応用化	62.5	57	68	65
薬 薬	60.0	54	66	65
生命創薬科	57.5	54	66	64
工 建築	60.0	56	68	65
工業化	55.0	53	66	61
電気工	57.5	53	67	63
情報工	62.5	58	69	66
機械工	60.0	56	68	65
創域理工 数理科	57.5	54	68	59
先端物理	57.5	53	67	61
情報計算科	57.5	55	68	63
生命生物科	57.5	54	68	63
建築	60.0	53	66	63
先端化	55.0	52	66	61
電気電子情報工	57.5	53	65	61
経営システム工	57.5	54	69	63
機械航空宇宙工	60.0	55	67	63
社会基盤工	57.5	53	62	61
先進工 電子システム工	60.0	54	68	63
マテリアル創成工	57.5	54	69	63
生命システム工	57.5	55	68	62
物理工	57.5	55	67	62
機能デザイン工	57.5	52	67	61
経営 経営	57.5	52	65	68
ビジネスエコノミクス	57.5	54	66	67
国際デザイン経営	55.0	51	66	65
法政大				
法 法律	57.5	51	66	68
政治	57.5	50	67	65
国際政治	57.5	51	65	66
文 哲	57.5	50	66	68
日本文	57.5	51	65	69
英文	55.0	51	65	68
史	57.5	52	66	70
地理	55.0	50	66	64
心理	60.0	53	67	70
経済 経済	55.0	49	63	66



学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
人文	キリスト教	50.0	45	63	59
	人類文化	52.5	49	63	63
	心理人間	55.0	50	62	66
	日本文化	52.5	50	62	63
外国語	英米	55.0	52	63	68
	スペイン・ラテンアメリカ	47.5	49	62	62
	フランス	50.0	50	62	62
	ドイツ	50.0	49	62	61
	アジア	50.0	49	62	61
経済		52.5	50	62	65
経営		52.5	50	62	64
法		52.5	50	62	62
総合政策		52.5	49	63	62
理工	ソフトウェア工	47.5	47	59	54
	データサイエンス	47.5	48	59	55
	電子情報工	47.5	48	61	52
	機械システム工	47.5	48	59	52
国際教養		52.5	50	63	64
同志社大					
神文	英文	55.0	52	66	65
	哲	57.5	56	64	68
	美学芸術	60.0	56	65	69
	文化史	60.0	55	65	69
	文化史	62.5	58	65	71
	国文	62.5	57	65	71
社会	社会	62.5	56	68	72
	社会福祉	57.5	54	66	68
	メディア	60.0	56	66	71
	産業関係	57.5	52	66	68
	教育文化	60.0	54	66	71
法	法律	60.0	58	66	71
	政治	60.0	57	65	69
経済		60.0	56	65	70
商		62.5	55	66	71
政策		60.0	54	64	69
文化情報		57.5	53	68	68
理工	インテリジェント情報工	62.5	58	68	65
	情報システムデザイン	60.0	58	68	66
	電気工	57.5	55	68	62
	電子工	57.5	56	69	63
	機械システム工	57.5	55	68	61
	機械理工	57.5	56	66	62
	機能分子・生命化	57.5	56	68	62
	化学システム創成工	57.5	55	68	61
	環境システム	57.5	55	67	64
	数理システム	60.0	60	68	63
生命医科	医工	57.5	55	66	60
	医情報	55.0	54	68	61
	医生命システム	57.5	57	68	63
スポーツ健康科		55.0	51	65	66
心理		60.0	57	67	72
グローバル・コミュニケーション		62.5	57	69	72
グローバル地域文化		60.0	58	68	71
立命館大					
法		55.0	52	65	67
産業社会		52.5	49	62	64
国際関係		57.5	52	65	69
文		55.0	51	65	67
経営	国際経営	57.5	49	66	68
	経営	57.5	51	65	68

学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
異文化コミュニケーション		65.0	56	67	72
経済	経済	62.5	53	67	69
	経済政策	57.5	51	67	66
	会計ファイナンス	57.5	52	67	67
経営	経営	65.0	54	67	72
	国際経営	62.5	53	67	71
理	数	57.5	50	68	61
	物理	57.5	51	68	61
	化	57.5	50	68	61
	生命理	57.5	50	68	62
社会	社会	62.5	55	67	71
	現代文化	60.0	54	67	70
	メディア社会	60.0	54	67	68
	法	62.5	56	67	67
法	国際ビジネス法	60.0	54	67	66
	政治	60.0	54	67	66
	観光	60.0	51	67	67
観光	観光	60.0	51	67	67
	交流文化	57.5	52	67	66
コミュニティ福祉	コミュニティ政策	57.5	50	67	64
	福祉	57.5	50	67	65
現代心理	心理	62.5	55	67	71
	映像身体	60.0	52	67	66
スポーツウエルネス		55.0	49	66	64
早稲田大					
政治経済	政治	67.5	61	71	75
	経済	70.0	61	71	75
	国際政治経済	67.5	63	71	75
法		67.5	64	70	75
教育	教育	65.0	57	70	72
	国語国文	65.0	56	69	72
	英語英文	65.0	58	69	72
	社会科	65.0	59	69	73
	理	62.5	56	69	66
	数	62.5	57	70	67
	複合文化	65.0	58	69	72
	複合文化	65.0	58	69	72
商		67.5	59	70	73
社会科		70.0	61	69	74
国際教養		70.0	65	70	72
文化構想		67.5	60	70	73
文		67.5	61	69	73
基幹理工	学系 1	65.0	63	70	68
	学系 2	65.0	63	70	68
	学系 3	65.0	63	70	68
	学系 4	65.0	62	70	68
創造理工	建築	62.5	59	70	66
	総合機械工	62.5	59	70	66
	経営システム工	65.0	59	70	66
	社会環境工	65.0	59	70	68
	環境資源工	62.5	59	70	66
先進理工	物理	67.5	63	71	68
	応用物理	65.0	62	71	68
	化学・生命化	65.0	61	70	67
	応用化	65.0	61	70	67
	生命医科	67.5	63	71	68
	電気・情報生命工	65.0	60	70	67
	電気・情報生命工	65.0	60	70	67
人間科	人間環境科	65.0	57	65	70
	健康福祉科	62.5	55	65	72
	人間情報科	62.5	55	66	69
スポーツ科		77%	52	68	68
南山大					

学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
薬	医療薬	55.0	49	62	61
	創薬科	52.5	46	62	57
文芸	文	55.0	47	62	61
	芸術	47.5	41	62	56
	文化・歴史	50.0	47	62	60
	文化デザイン	50.0	45	62	60
総合社会		52.5	43	61	62
国際		47.5	45	59	62
情報		55.0	46	57	60
農	農業生産科	47.5	46	60	55
	水産	55.0	48	60	59
	応用生命化	50.0	47	60	55
	食品栄養	52.5	48	60	57
	環境管理	50.0	49	60	54
	生物機能科	47.5	46	60	56
医		65.0	56	68	69
生物理工	生物工	40.0	45	57	50
	遺伝子工	40.0	43	57	50
	食品安全工	40.0	43	57	49
	生命情報工	37.5	43	57	49
	人間環境デザイン工	40.0	42	59	48
	医用工	40.0	44	57	50
工	化学生命工	42.5	42	55	48
	機械工	42.5	42	55	49
	ロボティクス	42.5	40	55	47
	電子情報工	42.5	41	55	50
	情報	45.0	41	55	52
	建築	42.5	44	55	52
産業理工	生物環境化	40.0	41	57	50
	電気電子工	40.0	41	57	50
	建築・デザイン	45.0	42	57	51
	情報	47.5	41	57	52
	経営ビジネス	40.0	39	60	49
関西学院大					
神		52.5	43	62	57
文	文化歴史	55.0	53	63	67
	総合心理科	55.0	51	63	66
	文学言語	52.5	52	63	64
		52.5	50	63	65
社会		52.5	50	63	65
法	法律	55.0	52	64	67
	政治	55.0	51	63	67
経済		55.0	50	62	66
商		55.0	51	62	66
人間福祉	社会福祉	50.0	49	61	64
	社会起業	52.5	49	61	60
	人間科	52.5	49	61	62
国際		62.5	54	68	70
教育		52.5	52	62	64
総合政策		55.0	50	61	63
理	数理科	52.5	51	61	55
	物理・宇宙	52.5	50	61	59
	化	50.0	48	61	54
工	物質工学課程	50.0	48	63	54
	電気電子応用工学課程	50.0	49	63	55
	情報工学課程	52.5	51	63	59
	知能・機械工学課程	52.5	51	63	58
生命環境	生物科	52.5	49	62	60
	生命医科	52.5	50	62	58
	環境応用化	50.0	49	62	54
建築		52.5	49	63	57

学部／ 学科・課程など		難易度			
		河合塾	駿台	東進	ベネッセ
政策科		55.0	50	64	64
総合心理		57.5	53	66	68
映像		52.5	49	64	66
経済		52.5	50	63	65
スポーツ健康科		52.5	49	63	65
食マネジメント		52.5	50	63	63
情報理工		55.0	51	64	59
理工	数理科	52.5	49	68	55
	物理科	52.5	50	62	55
	電気電子工	52.5	48	61	55
	電子情報工	52.5	49	64	59
	機械工	52.5	49	64	57
	ロボティクス	52.5	48	62	56
	環境都市工	52.5	48	61	57
	建築都市デザイン	55.0	52	67	60
	生命科	52.5	49	64	59
	生物工	52.5	49	64	59
生命科	生命情報	52.5	50	65	57
	生命医科	52.5	51	63	60
	薬	55.0	52	63	61
薬	創薬科	55.0	50	62	56
関西大					
法		55.0	51	63	68
文		57.5	50	65	68
経済		55.0	49	64	67
商		55.0	48	65	65
社会		55.0	51	65	67
政策創造	政策	55.0	47	64	66
	国際アジア	52.5	47	64	64
外国語		57.5	51	65	70
人間健康		52.5	44	62	64
総合情報		55.0	47	65	61
社会安全		52.5	47	64	63
ビジネスデータサイエンス		55.0	46	64	66
システム理工	数	52.5	47	65	57
	物理・応用物理	50.0	48	65	57
	機械工	50.0	48	61	57
	電気電子情報工	52.5	50	65	59
環境都市工	建築	55.0	50	64	60
	都市システム工	52.5	49	62	57
	エネルギー環境・化学工	50.0	47	63	55
化学生命工	化学・物質工	52.5	47	61	56
	生命・生物工	52.5	51	63	58
近畿大					
法		50.0	46	59	63
経済	経済	52.5	46	59	62
	国際経済	47.5	45	59	62
	総合経済政策	50.0	44	59	63
経営	経営	47.5	44	60	63
	商	50.0	44	60	63
	会計	50.0	43	60	61
	キャリア・マネジメント	47.5	42	60	62
	理	47.5	43	58	52
理工	生命科	52.5	45	58	57
	応用化	47.5	43	58	54
	機械工	45.0	44	57	54
	電気電子通信工	45.0	42	58	54
	社会環境工	47.5	43	58	52
	エネルギー物質	45.0	41	58	52
	建築	52.5	44	59	59





## 敵

© 1998 筒井康隆/新潮社 © 2023 TEKINOMIKATA

**第** 37回東京国際映画祭で最高賞の東京グランプリ、監督賞、男優賞の3冠に輝いた本作は本誌のシニア読者にこそ見てほしい。

香港を代表する俳優で審査委員長を務めたトニー・レオンは「本当に心打たれる素晴らしい映画。ユーモアのセンス、素晴らしいタッチ、そしてエレガントで映画的表现として新鮮な作品。すべて完璧に仕上げていました」と賛辞を送った。

筒井康隆氏が1998年に発表した同名小説が原作。「桐島、部活やめるってよ」「紙の月」の吉田大八監督がメガホンを取った。

主人公は大学教授の職を辞めて10年、愛妻にも先立たれた渡辺儀助(77歳)。大きな古い日本家屋に暮らし、年金と講演料、原稿料を計算しつつ、「それが尽きたら死ぬ時だ」と決め、遺言書も書いている。

自ら料理を作り、晩酌を楽しみ、

脚本・監督：吉田大八  
原作：筒井康隆『敵』(新潮文庫)  
出演：長塚京三、瀧内公美、河合優実、黒沢あすか、中島歩、カトウシンスケ、高畑遊、二瓶鮎一、高橋洋、唯野未歩子、戸田昌宏、松永大輔、松尾諭、松尾貴史  
宣伝・配給：ハピネットファントム・スタジオ/ギークピクチャーズ  
1月17日、東京・テアトル新宿他全国公開

バーに足を運び、時折、自分を慕う教え子とのひと時をひそかな楽しみとしている。そんなある日、パソコン画面から「敵がやって来る」とのメッセージが流れてきて……。

前半は元大学教授の日常生活の描写がほとんど。見事な包丁さばき、物置の片付けといった丁寧な生活ぶりに魅せられてしまう。

昨今、日本映画の主人公は若者ばかりだが、主演は79歳の長塚京三。さらに、商業映画では、ほとんどお目にかからない全編モノクロ作品。言ってみれば、〝逆張り〟の映画。しかし、モノクロは全く気にならない。人間の目は色のない部分を勝手に補正する機能があるのだろう。むしろ、色がない〝余白〟を楽しみ、世界観に没入した。時折、挟み込まれるユーモアのセンスが抜群だ。90歳になった筒井氏も映画の公式サイトに「よくぞモノクロでやってくれた」とコメント。原作ファンも満足できる。

**観** ると、必ず「腹が……減った！」となってしまうドラマシリーズは2012年1月からテレビ東京の深夜枠でスタートし、シーズン10を数える人気シリーズとなった。

輸入雑貨店の主人公・井之頭五郎が仕事先でメシを食べるだけのドラマだが、なぜか中毒性もあってハマってしまう。筆者も紹介された飲食店に足を運んだことがある。

初の劇場版は、主演の松重豊が脚

本・監督を務めた集大成。仏パリで「子供の頃に飲んだスープがもう一度飲みたい。食材を集めて探してほしい」と依頼されたことから、長崎の離島から、なぜか韓国まで。

共演は内田有紀、磯村勇斗、村田雄浩、塩見三省、杏、オダギリジョーと豪華。「梨泰院クラス」で知られる韓国の名優ユ・ジェミョンも特別出演。中身はボリューム満点だが、空腹時の鑑賞はご注意ください。



## 劇映画 孤独のグルメ

© 2025 「劇映画 孤独のグルメ」製作委員会

1月10日全国公開

TOMAWARI  
NO  
DOKUSHO

遠

回

り

Kazue Oodaira

大平一枝



の

読

書



おおだいら・かずえ  
1964年、長野県生まれ。文筆家。大量生産・大量消費の社会からこぼれ落ちるもの・コト・価値観をテーマに各誌紙に執筆。著書に『東京の台所』『それでも食べて生きてゆく 東京の台所』『注文に時間がかかるカフェ』『こんなふうに、暮らしと人を書いてきた』『そこに定食屋があるかぎり』他多数。『ふたたび歩き出すとき 東京の台所』（毎日新聞出版）が1月末に刊行

本の背表紙は「垂直の花

道」。本はひとつの「知層」。

だから本表紙・見返し・本

扉・本文と続く構造自体も、

メッセーじだ。

「頁」の音読みは「ケツ」で、

人が跪いて頭を垂れる象

形文字からきている。

松岡正剛さんの言葉は没

してなお鮮烈だ。私は、頁

の「ページ・コウ」以外の

読み方を初めて知った。

『編集宣言 エディトリアル・マニフェスト』は、作夏

逝去した編集者・著述家、松

岡さんの追悼作だ。'79〜'81

年の連載が軸になっている。

駆け出しのライター1年

目に、私は企業の書籍の仕

事で束の間、お会いする機

会があった。こちらは一介

のゴーストライター。氏は

編集アドバイザーだ。

2時間×3回。凡人の何

十倍もの人と巡り合っただ

ろう松岡さんの、記憶の片

隅にも残っていないと思う。

しかし、たった6時間か

ら得た衝撃はとんでもなか

った。聞いた単語を、帰宅後

ひとつひとつ調べる。関連

の書を取り寄せて読む。差

のように手繰っていくと、章

立てが、不思議なほど明確

に見えてくる。これが編集

かと、新しい知識で爆発し

そうなこめかみを押さえな

がら思った。薄っぺらな自

分の幹が、少しずつ太くな

っていくような錯覚を抱く。

同時に、正直に告白する

と、心のどこかで、宗教、



## 凝縮された知の宝としての 紙の本がたまらなく愛おしい



工作舎／1760円

で幅広く編む雑誌『遊』の発行人に、駆け出しのゴーストライターがいる企業の書籍など、息継ぎの合間にもできるようなことだろうと思っていた。

しかし、編集のマニフェストという壮大なタイトルを掲げた本書を読んだとき、大きく胸が震えた。

24年前のあの日、穏やかな笑顔で流れるように話したトピックスがあちこちに記されている。カタリ、間、世阿弥、能の鼓、セルジュ・ユタンス。どんな仕事にもこんな密度で臨んでいたのか。「本」というものに対してどれだけ全霊で、真摯に向き合っておられたか、今頃わかったのである。

このとき聞いた間の感覚や幽玄の美、日本人の利己

的遺伝子という視点は、今も自分の根っこにある。

名もなき若僧のたった6時間の邂逅でさえ、こんなにも影響を与えた編集者が、時代にどんな知の宝を遺したのか。本書には、もったいないほど濃厚に凝縮されている。「H 芸から

E エディトリアル 闘争へ」という誇り高い宣言とともに。

『文学の空気のあるところ』も、もったいない本だ。詩人の荒川洋治さんの九つの講演が収められている。

執筆された作品でない講演録というものにあまり興味のない私は、なにげなく立ち読みして、2ページ目でレジに向かっていた。

おもしろい。紹介している本を端から買いたくなる。既読の作品を再読して荒川さんの言う魅力を確認したくなる。文学を信じたくなる。ブログやSNSから、やすやすと、本が生まれている今という時代に、

荒川さんという文学の番人、いや違った、深い洞察者がいてよかったと胸をなでおろしたくなる。そんな本だった。

詩歌も、深く広く言及している。文庫とは言えこれが900円ぽちでいいのか。

目の肥えた識者の文学案内は多々あるが、即レジに向かわせる最大の魅力は、語りの軽妙さだ。膨大なデータ、史実、作品のあらましを説明しているのに冗漫でない。たとえば、そこに

いたかのように書くのが上手な井上靖は、ヘロイター通信みたいな感じ。(笑)。

今、文学がどんな位置にあり、ひとりでも多くの人に手を尽くして魅力を伝えねば、という焦燥にも似た想いがユーモアを生み、聴

衆の心を捉えているように私には感じられた。



中公文庫／990円

若者がユーチューブなどによって、好きなアーティストのルーツを辿ることが容易になった。レコードを掘り出すスラングの「ディグる」という作業が、今はネットやSNSでできる。

本書を読み進めると、ひとりの作家が影響を受けた作家、または同時代の作家の佳作が数珠つなぎに出てくる。巻末にもリストがあるが、思わず題名をスマホに打ち込む。つまり、文学をディグることができるのだ。

言葉に鋭敏な水先案内人は、今の視点からこぼれ落ちた、失われそうになっている物語を丁寧にすくいとり、私達にほらきれいだよと惜しげもなく見せてくれる。人はものを知りたい。へそれが生きていくことのしるし。と、荒川さんは言う。知覚する喜びを求めて、「本」が欲しくなった。

新

ろへん

炉辺の

風おと

## アジアの天気図三

太古の昔、キリスト教や仏教が世に広まる遙か以前から、人びとは否応なく「死」というものに直面せざるを得ず、ついには「大なり小なり」考えざるを得なかっただろうし、愛するものや自分自身の存在の連続性がそこで断ち切られるという理不尽に、霊能力のない人間でも持てる力の限りを尽くして「大なり小なり」抗おうとしたに違いない。持てる力——死後の世界へ向かう想像力である。想像力には奔放なものと堅実なものがあったて、前者が駆使されると見たことも聞いたこともない（当たり前だが）死後の世界となり、後者は想像力貧困、つまり現世とさして変わらない世界が案出されるが、ど

梨木香歩



ちらかというと後者の方が大多数の共感と納得を得られただろう。自分のよく見知った世界が続いているというイメージの方が、安心できるから。死んだ相手を大切に思えば思うほど、現世で好物だっただろうものを与えなくなる。ハンバーグやエビフライの絵が延々並んでいるのを見ると、滑稽どころかしんみりと胸を打たれる。故人への情愛と哀惜に圧倒されるのだ。日本でも山形県の一部などで、未婚で亡くなった息子の霊を慰めるために、花嫁と婚禮を挙げる絵馬を寺社に奉納する、ムカサリ絵馬という習俗があるらしいのは知っていたが、何かそこに皮膚感覚で互いを探知し合うような、湿度のあ



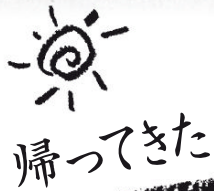
る、一体感に近い何か、それが剥ぎ取られ、身も世もなく悲嘆に暮れる——そういう悲しみが、出口を求めているのを感じる。宗教以前の、民間信仰。私自身もそういう社会にいて子どもを亡くしたら、絶対にやったであろうと確信する、そういう何か。ヨーロッパ圏では感じたことのない何か。ユーラシア大陸の東南端にあたるこの街から、北西端、ヨーロッパまでの「距離」を、知らず知らず「測」ろうとしている。

香港島と本土側を結ぶフェリーの発着点のあるヴィクトリア・ハーバーには、旧九龍<sup>クイロン</sup>駅があった。今は時計台だけが残っているが、一九七八年に取り壊されるまでは威風堂々たる赤煉瓦<sup>レンガ</sup>



香港・旧九龍駅の時計台（写真＝共同）

の英国風の建物だったと聞いている。「(承前) その昔のよき時代、レールははるかヨーロッパのかなたへつながっていた。ロンドンのヴィクトリア駅を汽車で発った旅人は、欧州を横切り、シベリア鉄道から中国を南下して、はるばるあの九龍の終着駅へ降りたことができたのである。」(『香港世界』山口文憲)。気が遠くなりそうな距離だ。けれど(ヴィクトリアステーションとの間にはドーバー海峡があるが)、少なくともヨーロッパと香港は、地続きだったのだ。ここへ来る飛行機の機内で読んでいた『母、アンナ』は娘のヴェーラが、孤高のジャーナリストのイメージが強い今は亡きアンナ・ポリトコフスカヤの、生活者としての一面も記しつつ、二〇二二年二月二十四日、ウクライナへの本格的な軍事侵攻開始以降のロシア国内の状況をルポルタージュしたものであった。この生々しい生活の記録の重要性はいうまでもないが、奇妙に印象深い細部があった。それはロシア政府がこういう「特別軍事作戦」の場合、モスクワやサンクトペテルブルクなどの大都市からではなく、まず辺境地から——例えば中国から遠くないバイカル湖周辺の共和国、とか——若者を徴兵するという内容の記述だった(そのうち大都市からも徴兵せざるを得なくなるのだが)。貧しく経験もない若者が、いきなり戦闘地へ送られるのだ。



# 加齢なる日々



小川有里

## 新春特別編

### 新聞

今年も老夫婦は無事新年を迎えることができた。しかし、世界中を覆う不穏な空気を思えば「あけましておめでとう」とは言いにくい。(めでたさも中くらいなりおらが春)(小林一茶)。句から漂ってくる穏やかな日常が世界に訪れますようにと祈らずにはいられない。

「しんぶんってなあに」  
幼稚園児がママに尋ねる。

ママはスマホで検索し「ほら、こういうものよ」と画面を見せる。こんなふうには本物の新聞を見たことがない子どもが増えているのではないか。

先日、地域の60代知人から電話があった。

「お願いがあるの。オガワさんは新聞とってますよね。2カ月後に孫の小学校の資源物回収があるんだけど読み終えた新聞を収納袋二つもらえませんか？」

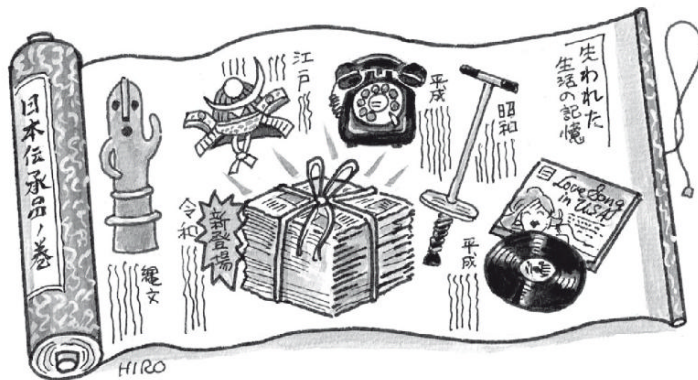
まさかのお願ひ品だった。知人が続けた。

「回収品は新聞、雑誌、段ボールの3品目なの。娘んちも、うちも、近くのおばあちゃんちも新聞をとってないし、雑誌も買わないし、あるのは段ボール少々だけで。娘に『PTA役員をやっているのにそれだけじゃかつこ悪い。誰かに古新聞をもらって』と頼まれちゃって。じゃ、お願いします」

おお……。シヨックだった。そういうえば、わが家の周囲でも新聞を購読する家が毎年少なくなっている。

先の知人は「ニュースはネットとテレビで見るから」らしいが、私の同年代でも活字離れが進んでいる。「夫が死んだので読む人いないし」「野菜作りが忙しくて読む間がない」などがその理由だ。子どもの頃から新聞に馴染んできた私としては寂しい限りである。思った。知人一族のよう

に何も読まない家庭が増えていることを思うと、これからは小学校の資源物回収もモノが集まらないのではないか。そのうち「古い新聞



### 大遭遇

東、高値買い取り」なんてチラシが入るかも。ないか。

昨年11月初旬、オジサン

(夫)と高知に帰省した。鉄道大好き老夫婦は今年も新幹線を使った。

実家の一画にある妹宅に泊めてもらい、墓参りや友人に会うなどの予定を無事終えた。11月10日(日)、自宅に戻るべく高知駅から午前10時13分発の岡山行き特急南風に乗った。高知ー岡山間は2時間半弱。岡山からの新幹線指定席も取ってあり午後4時過ぎに東京に着くはずだった。

高知駅で(瀬戸大橋線の架線トラブルのため多度津(香川県)止まりになります)という表示とアナウンスがあったが「そのうち直るだろう」と軽く考えていた。特急で岡山に直行できなければ多度津から高松に回り岡山行きの快速電車マリンライナーに乗る方法がある。高松に着くころは架線も復旧しているだろうとまだ楽観していた。

高松駅に着いたのはお昼



# 加齢人出来事録

こんな事もあんな事も

前。駅には人があふれている。ここで初めて瀬戸大橋線のトラブルは架線が故障したのではなく切断したためと知った。これはおおごとである。岡山に渡れない。最初は午後4時前まで運休との表示だったので、それなら待とうとお昼を食べて駅に戻ると電車の運休時刻がさらに延びて夕方になっていた。駅は人だらけ、駅員は説明に大わらわ、みどりの窓口は長蛇の列である。オジサンに言った。今から高速バスに乗って大阪から名古屋に行き新幹線に乗り換えようと。駅のすぐ近くにある高速バスの切符売り場に行くところも長い列。並んだもののすでに大阪行きの最終便しかないとのこと。あきらめた。

腕章を巻いた若い女性とカメラマンが近づいてきた。「お話を伺っていいですか」と言う。「はい」と5分ほどしゃべる。高知へ墓参りに行った帰りであること「瀬戸大橋線に乗れないと岡山へ渡れない、改めて四国は島なんだなと思いました」などと話した。そのあとオジサンと相談した。私ら、今日必死で帰宅しなくても特に困ることはないよね、今夜は高松で1泊して明日早朝に発つことにしようよと。駅前の宿泊施設案内所に向かい事情を話すと実に親切に対応してくれた。おかげで駅から1分のホテルに部屋を取ることができた。午後3時すぎのことである。



みようとホテルを出ると目の前に玉藻公園(高松城跡)があった。公園の片側は瀬戸内海、早い夕暮れの中に島々と船が浮かんでいる。源平合戦で有名な台形の屋島も望めた。いいねえ!と夫婦の会話が少し弾んだ。晩ご飯は散策で目をつけておいた居酒屋に行った。『生ビールうまいぜ!』とたっぷり飲み食いしてホテルの部屋に戻ったのが午後8時前。バッグの中から携帯を出して見ると不在着信数件、メールが7件も入っている。何事だろう。メールは妹のほか各地の友人からで「NHKの7時の全国ニュースに出ていたね!」という内容ばかり。

えーっ、駅で受けた短い取材は全国ニュースで流れたのか! 居酒屋にいたので見逃してしまった。友人に電話してみると詳しいことがわかった。私は朝からニュースを全然見ていなかったのだが、架線切断で乗客約1500人を乗せた快速電車が瀬戸大橋上で約6時間立ち往生したのだった。その大ニュースの最後に「帰れない」私の話が10秒ほど流れたということだった(この映像は高校生の孫が動画で録ってくれていて翌日送信してくれた)。

翌早朝、復旧した瀬戸大橋線に乗ってやっと岡山に渡り新幹線に乗り換えて昼前に東京に到着した。改めて学んだ。いつどんなことに遭遇するかもしれない。移動の際は少し余分に現金を持つこと、もし宿泊せねばならない場合を想像してパンツ(下着)も1枚持っていたほうがいいと。私は荷物全部を宅配便で自宅に送ったので「パンツだけは取り換えない」とコンビニで買った。私が友人にそう話すと「うん、パンツだけに外せないね」と。あははは。帰宅して数日後、10秒なのにあちこちでテレビを見たとき声をかけられた。NHKの全国放送で流れたら指名手配犯もすぐ捕まるわけだと妙な感心をした。思いがけないことだらけの帰途だったが、それはそれで味わい深いものとなった。今年も元気で帰省できますように。



主人公は  
大河ドラマの  
江戸の名プロデューサー

# 葛屋重三郎

## 「べらぼう」な軌跡を訪ねる

ライター  
時田慎也

NHK大河ドラマ「べらぼう」葛屋重三郎の主人公のモデルは葛屋重三郎。数々の書籍や浮世絵を世に出した江戸時代の版元だが、どのような人物だったのか？ ゆかりの地などを訪ね、人物像を探った。

字が刻まれている。

東京都台東区東浅草にある誠向山正法寺はビル型の寺院。3階より上階は室内墓地となっている。

建物に入り、左手のドアから外へ出ると、立派な黒い碑が現れる。葛屋重三郎の墓所だ。1797（寛政9）年、47歳で病没した葛屋重三郎はこの寺に葬られた。供養碑にはびっしりと

平成6年に  
再建された供養碑

「正法寺は、火災、震災、空襲などの被害を被つてきました。葛屋重三郎の墓石も残すことができず、寺が灰燼に帰するたび、ご遺骨は歴代がかき集め、守り続けてきました」



正法寺の外観



墓石に刻まれた葛屋重三郎の版元印

ゆかりの正法寺は関東大震災や空襲で焼失も供養碑を再建  
吉原のガイドブックで財をなし、美人画や役者絵の絵師を発掘  
時代の空気を読み、大衆に受けるものを世に送り出す卓越したセンス

遺骨は供養碑の左にある萬霊塔に安置している、と正法寺の住職、佐野詮修さんは話す。

現在の供養碑は1994（平成6）年、正法寺の現在の建物が完成したときに再建された。右側には葛屋重三郎についての碑文、左側には彼の実母顕彰の碑文が刻まれている。

供養碑の右奥には葛屋家の墓がある。こちらには葛屋重三郎や母、親族などの名が刻まれている。その下には山の下に葛の葉が3枚描かれた模様があり、その左に「葛屋」、右には「通油町」の文字が見える。後述のように、この絵は葛屋重三郎の版元印。通油

町は葛屋重三郎が進出した日本橋の町名だ。

「版元として名をなした葛屋重三郎の心意気が表れているように思います」

そう感想をもらす佐野さんは、葛屋重三郎関連の情報を集め、正法寺のホームページで発信している。1階には関連本コーナーも設けている。

葛屋重三郎とは  
どういう人物？

葛屋重三郎とはどういう人物だったのか。NHK大河ドラマの影響に違いはないものの、2024年の1年だけで、葛屋重三郎に関する書籍、雑誌、マンガなどが、ざっと数えただけで

も50冊以上は出ている。

ごく簡単に解説すると、葛屋重三郎は1750（寛延3）年、江戸の新吉原に生まれ、22歳のときに吉原大門前に耕書堂という書店を開業。出版した吉原のガイドブックが大人気となり、出版業を拡大、版元として、大田南畝、山東京伝らとの交流を深め、33歳のとき日本橋通油町に進出。

この頃までは、田沼意次の時代。賄賂政治のイメージが強いが、経済が活発なバブルのような時代だった。だが田沼が失脚し、松平定信による寛政の改革が始まる。書物出版の取締令が出て、41歳の葛屋重三郎は財産の一部を没収される。そ



れでも彼は喜多川歌麿の美人画や東洲斎写楽の役者絵を発売。さらに曲亭馬琴、十返舎一九を世に出す。だが1797（寛政9）年、志半ばで、脚気により亡くなった。

版元だった葛屋重三郎は、ベストセラーを連発する現在の出版社であり、戯作者や絵師を発掘し、世に出した敏腕プロデューサーでもあった。

### 浮世絵ワンチームを指揮するのが版元

葛屋重三郎や浮世絵について、世界的な浮世絵のコレクションを誇る太田記念美術館（東京都渋谷区）の学芸員、日野原健司さんに話を聞いた。

「葛屋重三郎が作った浮世絵には版元印があります」  
正法寺の墓石に刻まれていた模様のことだ。

ただ、山と葉の間に丸い点がある版元印もある。こ

れは葛屋吉蔵という別の版元。葛屋重三郎から暖簾分けされた店と推測されるが、詳細は不明だという。浮世絵には版元印や検閲済みの印や文字などがあり、そこに注目して鑑賞するのもおもしろいが、これはかなり

の上級者向け。浮世絵初心者の楽しみ方を尋ねた。「まず何よりも、浮世絵は木版画だということですよ」

浮世絵をふつうの「絵」だと勘違いしている人は少なくないと日野原さん。

浮世絵は色のつく面が出ている凸版印刷。線の部分は残して、そのまわりを彫る。髪の毛の部分などは、1ミリの間に数本の線が残る場合もある。相当緻密な作業が行われている。

「絵師が絵を描き、数名の彫師が彫り、摺師が版木がずれることなく摺る。浮世絵は一人の絵師だけではなく、このワンチームで作業が行われます」

それを指揮するのが版元だと日野原さんは言う。

浮世絵は庶民に向けて出版された。当時1枚は、現代の価格で500〜1000円だったという。版元は時代の空気を読み、大衆に受け入れられるものを世に送り続ける。版元の中でも卓越したセンスの持ち主が葛屋重三郎だった。

葛屋重三郎がプロデューサーとしての浮世絵や戯作などは、時代を超えて現代でも注目される力を備えている。

### 葛屋重三郎とTSUTAYAの関係

ところで、葛屋重三郎の名前と業績を耳にして、書店であるTSUTAYAを思い出す人もいるはず。同店は現在、国内に約800

店舗、中国、台湾、マレーシアなど海外に約30店舗を構える。運営するカルチュア・コンビニエンス・クラブ（本社・東京都渋谷区。

以下CCC）に確認した。

「CCCの創業者である増田宗昭（現、CCC取締役会長）は、祖父が営んでいた家業の屋号が「葛屋」であったため、1983（昭和58）年に開業した1号店の店名を『葛屋書店枚方店』と命名しました。その後、葛屋重三郎のことを知り、TSUTAYAも現代のプロデューサーになれるよう、

ならいました」（同社広報）  
2024年12月5日から全国のTSUTAYAや葛屋書店などで「葛屋重三郎キャンペーン」を開始、25年1月17日からは一部店舗で耕書堂の屋号をデザインしたオリジナル商品の販売をする（店舗等の詳細については、順次、企画ページで発表予定）。

### ドラマ館、特別展：25年は葛屋重三郎イヤーに

ドラマの舞台となる台東区は、公式サイト「葛屋ゆ

東京国立博物館特別展のポスター



かりの地 台東区」をオープン。2月1日からは浅草寺近くには大河ドラマ館を開設し、耕書堂を模した施設「江戸新吉原耕書堂」を1月18日から吉原会館に開設。ゆかりの地をめぐる周遊バスも運行の予定だ。

また、東京国立博物館では4月22日から、平成館で特別展「葛屋重三郎 コンテンツビジネスの風雲児」、表慶館で「浮世絵現代」、7月19日からは平成館で特別展「江戸☆大奥」が開催予定となっている。

25年はまさに葛屋重三郎イヤーとなりそうだ。ゆかりの地をめぐり、葛屋重三郎、そして浮世絵などの江戸文化にどっぷりと浸ってみたい。

# 疲れた胃腸に



## 年末年始に酷使した胃腸をリセット！

# スープが効く！

料理研究家  
久保香菜子



そうすると、消化器官全体もダメージを受け、体力も低下して疲労が全身に蓄積されることになる。やがてはいろいろな病気の原因にもなりかねない。

したがって、胃腸の不調は早い段階で解消し、リセットすることが大切なのだ。

もたれ、むかつきには  
消化の良い食べ物を

▼食物繊維が多いと消化のために胃腸は働き続けてしまう  
▼脂分の多い食材は避け、油を使わない調理で胃に優しく  
▼じっくり火を通すことで栄養素を丸ごと吸収できる

自分では気づきにくい、年末年始の食生活は意外に乱れがちだ。フル稼働した胃腸は悲鳴を上げているかもしれないが、そんな時にオススメなのがスープだ。手軽に作ることができ、体に優しい献立で新年の好スタートを切りたいものだ。

すぎの数週間となっていないだろうか。さすがに続きすぎて、胃の調子が……という方も増えているように思う。毎年、七草がゆの際には、「胃を休めるための」という葱句がつくくらい、お正月明けのこの時期はリセットの期間なのだ。

そもそも胃の働きとは  
なんだろう

胃腸は365日、毎日休まずに食べ物を消化している大切な臓器だ。暴饮暴食、アルコールのとりすぎだけ

でなく、喫煙などによっても胃は疲れ、傷つく。

口からとった食べ物を消化する胃腸のメカニズムは、たんぱく質、糖質、脂肪をそれぞれ吸収しやすいアミノ酸、ブドウ糖、脂肪酸の形にすること。そのために胃の中では胃酸が分泌されているのだが、暴饮暴食などで胃に過度な負担がかかる、この胃酸分泌のバランスがくずれやすくなる。その結果、消化能力が弱まったり、あるいは逆に自分自身の胃酸で胃の粘膜を傷つけたりしてしまう。

胃の働きが低下し、食物が消化されにくくなった状態では、いつまでも食べ物が胃にたまっているような不快感、いわゆるもたれを生じる。二日酔いのむかつきは過度なアルコール摂取のためだけではなく、飲酒とともにタバコを吸いすぎていることが原因の場合もある。こうして胃が疲れているときは、なにより消化の良い食べ物で胃腸を休ませることが肝心。あつさりした優しい味の食事のぞましい。



今年は「スープ生活」を始めてみたい

お正月も明け、奇跡の9連休と言われた長い年末年始のお休み（稼ぎ時で大忙しの方もいらしたかも知れぬ）も一段落した。なんでも2019年以来5年ぶりの9連休だったとか。その分たっぷり遊んだり、休んだりできただろうか。

ご馳走づくしの折でもあり、忘年会から続く、不規則な生活、食べすぎ、飲み



## 消化の良い食べ物とは どんなもの？

消化の良い食べ物というと、そうだ、きのこや海藻、こんにゃくなどであっさりしたもの、と思われたりしないだろうか。実はきのこや海藻、こんにゃくなどは食物繊維が豊富な分、消化がいいとはいいいがたい。食物繊維には栄養素を吸収するスピードをゆるやかにする作用があり、普段であればメリットがたくさんあるのだが、その間ずっと胃腸は働き続けることになり、休まらない。同じくごぼうやコーン、山菜、さつまいもなども消化はあまりよくない。魚介類ではイカ、タコ、貝類も案外消化はよくないのだ。

は避けたほうがよい。  
脂肪は十二指腸に到達するまで消化されない。胃から脂肪が送られてくると、十二指腸では小腸での脂肪の消化吸収を促進する消化管ホルモンが分泌される。ただこのホルモンは脂肪の消化吸収を促す一方で、胃の運動を抑制する作用もある。脂肪が小腸内にある間はホルモン分泌が続く。したがってその間は胃の運動が抑制されたままになり、食欲がなくなったり、食べたものが胃にたまって胃もたれをおこしたりする。

こうしたことから、調理法でも油を使ったものよりはなるべく油なしの調理法を選びたいもの。揚げ物、炒め物は避け、煮物、ゆでたものなどが向いている。

また、辛いものや塩辛いものなどの刺激物はひかえめにしてほしい。刺激物は胃酸の分泌を過剰に促すことがあり、胃の粘膜を荒ら

## 消化しやすい スープがおすすめ

消化に良い献立としておすすめなのが、スープ。野菜をメインにし、通常よりもじっくり火を通してやわらかくする、細かく切る、などの方法で消化しやすい状態にすることが簡単だからだ。なおかつ、汁に溶け出た栄養素は丸ごと吸収でき、体も温まる。

グラビアページで6品ご紹介しているが、特に調子の悪い時におすすめなのが、白菜のポタージュと、梅干しと蓮根の雑炊スープだ。ポタージュは野菜がピュレ状になっているため、胃に優しい。酒と水だけで作っているの、白菜のうまみをたっぷり味わっていただける。トッピングの鮭フレークはちょっと回復してから、としていただきた

い。梅干しと蓮根の雑炊スープは梅干しのクエン酸が食欲を増し、重湯のような優しいところが疲れた胃に向いている。なんでもイタリアでは病気の折にはごく薄いスープに細かいパスタを入れて煮たものを出すのだとか。確かに濃いコンソメスープは胃腸の調子が悪い時には飲めない、という話も聞いている。

少し元気になってきたら、かぶと厚揚げのみぞれ汁がぴったりだ。厚揚げの少しの油分がボリューム感を生みつつ、大根おろしのあっさりした風味でのどの通りがよいはずだ。

さらに回復基調になってくれば、豆入りミネストローネ風や鶏ひき肉のにゅうめんスープ、ねぎと春雨の卵スープへ。いずれも油分は少なく、野菜をしっかりと煮込んで風味を出している。にゅうめんの素麺も春雨もスープに直入れて手間

もかからない。

もう少し食べられるようになれば、豆入りミネストローネ風にはベーコンを足したり、鶏ひき肉のにゅうめんスープには漬物やキムチなどを添えたり、ねぎと春雨の卵スープにはささみを加えたりしてみしてほしい。

## 胃腸には ストレスも大敵

こうして食事にも気を使っただけでも、ストレスがあれば胃腸の調子はなかなか回復しないはずだ。お休みモードからお仕事モードへ、急な日常の変化はそれだけでもストレスになりがち。

深呼吸をしたり、ストレッチ、ゆっくりとした入浴タイム、好きな音楽や香りなどを活用し、メンタルもケアしながら、胃腸の調子を整えて新年のスタートをスムーズにしたいものだ。



2025 新春

巳年守護、

金運招来、

立身出世、

病氣不調退散、



占術師・開運アドバイザー 波羅門

ばらもん 日本開運総本部代表。占術家・開運アドバイザー。実家は代々続く融通念仏宗の家系。大阪府八尾市で有名な霊能者だった祖母・叔母の影響を受けて16歳より占術の道へ。これまでに4万人以上を鑑定。主な著書に『梵字大全』(大和出版)『しあわせを呼ぶ「梵字」』(KADO KAWA) などがある

# 梵字をなぞって

老後の健康や将来への心配、物価高騰による経済不況。そんなあらゆる不安や悩みを、梵字をなぞるだけで解消、開運できるという。なぜかといえば梵字そのものが仏様の御姿であり、そこに功德が宿っているから。幸運な2025年を送るための御利益がここに！

## 開運！

初詣に神社へ参拝し、神様に今年の幸せや安泰を願った人は多いだろう。しかし、「今の困窮を何とかしたい」「不幸から抜け出したい」という切実な願いがあるなら、お寺に祀られて

う話すのは、開運アドバイザーとして50年間の実績を持つ日本開運総本部代表の波羅門氏だ。

「神社は本来、悩みや苦し

みなどの邪気を持ち込まず、八百万の神と同調する

清らかなエネルギーを発して共鳴する場所です。一方

たほうがうまくいく——そ

の寺院は、駆け込み寺という言葉があるように、昔から庶民の悩みに耳を傾け、加持祈禱などで解決してくれる救いの場所でした」

特に密教系(天台宗・真言宗)の寺院では、煩惱に満ちた人間の悩みを解決に導くために「梵字」「真言」

「手印」の三つを使用する。いずれも霊験あらたかな秘密の修法であり、密教行者のみが授けられるとされているのだが、最近では若者が梵字のタトゥーを入れた

り、人気アニメに真言や手印が登場するなど、ポピュラーなものになってきた。

「融通念仏宗という宗派の僧侶だった私の祖母は、庶民の悩みに合わせて梵字をしたためて手渡し、それをなぞったり拝んだりするよう指導していました」

という波羅門氏も祖母に倣い、鑑定の際に梵字を渡してなぞるようにアドバイ



スしていたところ、多くの相談者から「悩みが解決した」との報告を受けるようになったという。

「梵字をなぞるだけで御利益を得られるのは、梵字そのものが仏様の御姿であり、その功德が宿っているからです。そのことを理解して梵字に親しめば、私たちも自身で悩みを解決できるのだと考えています」

さらに、梵字をなぞる際に「手印」を結び、「真言」を唱えることによって功德が強まるそう。

## 梵字・真言・手印とは何か？

仏様の功德を得て悩みを解決するための第一歩として、まずは梵字・真言・手印の意味を知っておこう。

### 梵字とは

梵字はもともと、インドの聖典などに用いられているサンスクリットという古

い言語を表記した文字で、仏教とともに中国へ渡った後に日本へ伝来した。発展したのは平安時代で、その貢献者は日本天台宗の祖である最澄と、日本真言宗を開いた空海だ。

空海は、梵字は仏様そのものの姿であり、一文字ごとに異なる仏様の力が宿っているため、その役割によって得られる功德や御利益もさまざまであると説いた。「梵字に込められた仏様の御利益を授かるために、なぞる、書くことをすすめています」と波羅門氏は言う。

### 真言とは

梵字は、それぞれに「真言」という呪文を有している。サンスクリット語では「マントラ」と言い、真実の言葉という意味がある。発祥はやはりインドで、あらゆる願いを叶えるための呪術として発展したものがやがて仏教界に取り入れられ、

後に空海が広めた真言宗とともに日本へ伝来した。

仏教にはもうひとつ、仏様が説法をする際に体から発する光の中で説かれ、あらゆる災難を退ける靈力を持つ「陀羅尼」という呪文があり、日本ではこれを真言と習合したとされている。「つまり真言は、仏様に願いを直接届けることができ、聖なる真の言葉ということです。梵字をなぞりながら唱えたり、自分に必要だと思ふものを暗記して、唱えられるようにしておくのもよいことです」と波羅門氏。ただしあくまでも「呪文」なので、外出先などでは内言する（心の中で唱える）のがよいと言う。

### 手印とは

「印契」「印相」「密印」といった呼称もある手印は、サンスクリット語でムドラーと言い、手を組み合わせることで結ぶことで仏様そのもの

の象徴となるものだ。その数は100超にも及ぶ。

「本来、手印は密教修行者が修法の中で結ぶべきものとされていますが、例えば両手を合わせる合掌や、手を固く握る拳なども手印のひとつです。私たちが人生という荒行の中で何気なく手印を結んでいるわけです。意識を集中させ、仏様の姿を思い浮かべながら印を結べば、人生の行者として功德を得られるでしょう」と波羅門氏は考えている。

正座をして息を整え、願望に心を集中させながらゆっくりと印を結んでいくのがコツだそう。しかし手印もまた秘伝の技なので、外出先などでは周囲に見られないように行う必要があるのだという。

### 梵字＋真言＋手印で最強の運氣を手に入れる

梵字は、仏様そのものが

宿る文字。真言は、仏様に直接願いを届ける呪文。手印は仏様の御姿を表すものの。

ちなみに密教では、手印を結ぶことで普段の行いから作られた「業」が浄化され、真言を唱えることで言葉によって作られた「業」が浄化されると考えられている。

「私たちもまた、人生の荒波の中で知らず知らずのうちに業を作っていることでしょう。仏様が与えてくださったこの三つの知恵は、そんな私たちを浄化に導いてくださいます。毎日なぞる・唱える・結ぶという修行を重ねることで、浄化された心身に仏様の力が入り、願いを聞き届けてくださるでしょう」

幸運な2025年を送るためにも、新年からさっそく始めてみてはいかがだろうか。

構成・文／和場まさみ



幸運開運を呼ぶ!

# 八大梵字

梵字・真言・手印の実践法

心にそれぞれの仏様の御姿を思い描きながら、正座の姿勢で「手印」を結び、「真言」を3遍ないし7遍唱えた後に「梵字」を好きな回数だけなぞる、または書いてください。早朝の静かな時間に、心を落ち着けて行うとよいでしょう。



左手 右手

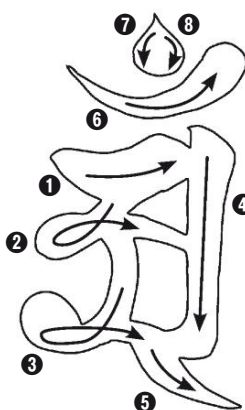


右手 左手

さん ま や いん  
三昧耶印

普賢菩薩  
ふげんぼさつ  
積迦の右側に立つ脇侍で、  
悪しき衆生を降伏してあらゆる  
災難を打ち破る金剛薩埵と  
同体  
と言われている。悟りと慈悲心をもたらし、健康と繁栄、延命、  
邪気退散、学業成就、家庭平和などの御利益がある。

真言  
オン サンマヤ サトバン



巳<sup>み</sup>年の守護  
アン



左手 右手

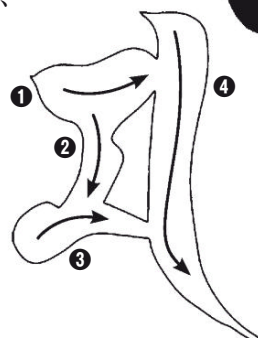


右手 左手

だいこくてん いん  
大黒天印

大黒天  
だいこくてん  
インド神話に登場する創造と破壊の神  
「シヴァ」の化身とされている大黒天は、  
日本では七福神の一柱として有名。恵比寿天と親子である説も  
あるため二仏ともに祀られることも多い。御利益は金運上昇、  
商売繁盛、蓄財、臨時収入、出世開運、良縁など。食べることに  
困らなくなるほどの絶大な福德に恵まれる。

真言  
オン マカキアラヤ ソワカ



金運招来  
マ



## 立身出世

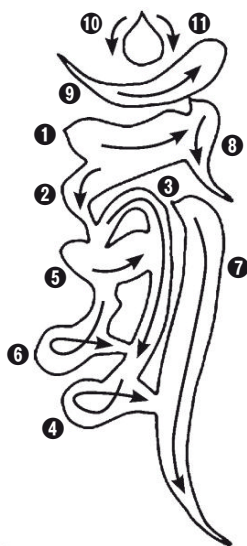
カンマン

真言

ノウマク サンマンダ  
バザラダン センダマカロシヤダ  
ソワタヤ ウンタラタ カンマン

## 不動明王

多くの武将や有名人も信仰する戦勝の仏で、密教の最高仏である大日如来の化身。右手に持つ龍の巻きつく宝剣で煩惱を断ち、左手に持つ絹索で衆生の悪心を縛って引き寄せ、良心に導くとされている。御利益は立身出世の他にも、禁酒禁煙など悪行の滅却、福德、超強力守護などがある。



左手

右手

右手

左手

けんいん  
剣印

## 家内安全

サク

真言

オン サンザン  
ザンサク ソワカ

## 勢至菩薩

勢至菩薩は、阿彌陀如来の右側（向かって左側）に立つ脇侍で、阿彌陀如来、聖観音菩薩とともに「阿彌陀三尊」として知られている仏。知恵の光で衆生を照らし、迷いや苦しみから救うとされている。手印には如来の知恵と教えの意味がある。御利益は家内安全、除災招福、心願成就、厄除け、心の安定など。



左手

右手

右手

左手

せいし いん  
勢至印



# 病氣不調退散



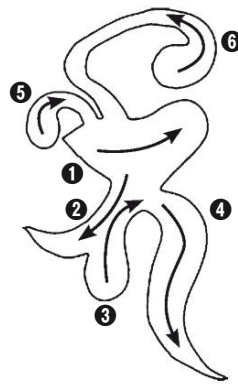
バイ  
(ペイ)

真言

オン コロコロ センダリ  
マトウギ ソワカ

やくしにやらい  
薬師如来

天から薬をまいて衆生の病を治すとして「医王」の別名を持つ。西方の極楽浄土にて死後の安らぎを与えてくれる阿弥陀如来に対し、東方の瑠璃光浄土にて病気を治す、衣食住を満たす、悩みを解決するなど十二の大願を立て、現世に安らぎを与えて願いを叶える。病氣平癒、延命長寿の他、眼病平癒、持病の薬を持って薬師参りをすると効き目が上がるといった御利益も。



やくし いん  
薬師印

# 大往生



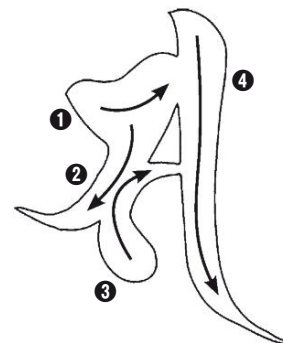
サ

真言

オン アロリキヤ ソワカ

しょうかんのんぼさつ  
聖 観音菩薩

阿弥陀如来の脇侍。千手観音や馬頭観音など六体の観音に変身できるだけでなく、さらに三十三も姿を変えてどんな問題からも衆生を救済する。観音菩薩、観世音菩薩との呼称もある。臨終の際には極楽から迎えに来るため大往生の御利益があるとされている。他にも苦難除去、厄除け、開運、病氣平癒、人間関係の改善、真実を明らかにするといった御利益もある。



かんのん いん  
観音印



## 受験合格



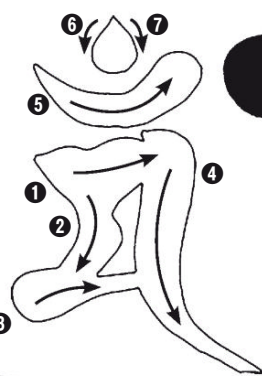
マン

真言

オン アラハシヤノウ

もんじゅぼさつ  
文殊菩薩

釈迦の教えを經典にまとめるほどの優れた知恵を持つ仏で、  
釈迦の左側に立つ脇侍。「マン」は文殊菩薩が右手に持っ  
ている知恵の剣を表す梵字。学業成就や受験、就職合格祈願の  
他、書道の上達や安産、厄除け、延命などの御利益もある。



左手 右手

こんごうりけんいん  
金剛利剣印

## 宝くじ運上昇



ナー

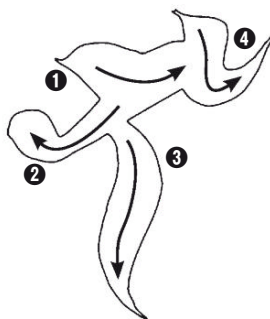
真言

オンメイギヤ

シエニエイソワカ

なんだりゅうおう  
難陀龍王

金運、開運、商売繁盛をもたらす毘沙門天（七福神の二柱である多  
聞天と同仏）の眷属である八大龍王の一体で、すべての龍を束ねる  
長でもある。別名「歓喜龍王」。その名のとおり、宝くじに高額当  
選するような天にも昇る喜びをもたらす。一顧成就、商売繁盛、事  
業繁栄、飲食業守護、農業漁業守護、芸能守護などの御利益あり。



左手 右手



右手 左手

くずりゅういん  
九頭龍印

## お悩み

酒飲みが好感持たれる  
社会に激しい違和感が

父の酒癖に家族は苦勞させられました。もちろん私も飲みません。しかし世間の人は「強そうなのに」とか「飲めるようになるよ」と言い、それを聞くだけで不快になります。高知出身の知人女性は「高知の女は底なし」と言われると殺意を感じるそうです。しよせんただの嗜好品なのに「酒は飲めて一人前」という考えは理解できません。お二人は飲酒についてどうお考えですか。(東京都 クロネコ 68歳)

マツコ アルハラ (アルコールハラスメント) は社会問題の一つよね。でも、最近はいよいよ改善されてきたんじゃないかしら。相談者さんのお年だと、周りのコミュニティにはまだ、アルコールに対する価値観がアップデートされていない方が多いかもしれないけど。

少しくらいウソついてもいいから  
早々に話を切っちゃうのが得策よ

うさぎ 一昔前なら、「付き合いが悪い」だの「俺の酒が飲めないのか」だの言う人がいてね。

マツコ そうそう。一部ではまだそういうのがあるかもしれないけど、会社勤めの人から話を聞くと、最近の20代、30代、40代くらいでは、結構変わってきてる。「今日、飲みに行くぞ」みたいなのはなくなっていないけど、そこに参加しないとかノンアルで過ごしている人が「変なヤツ」という目で見られることは、すっかりなくなってます。それはハラスメント意識が高まったことと、あとはやっぱりコ

ロナの影響が大きかったよね。みんなが飲みに行くことが減ったから飲食店さんは大変だけど、アルハラに悩まされていた人にはありがた変化だと思う。

なので、相談者さんの周りはずぐに変わらないかもしれないけど、日本の社会全体としてはだいぶ変わってきていますよ。

うさぎ もしまだ周りにそういう人がいたら、適当にかわして。もちろんそれは今までも、顔で笑って心で怒りつつ、やってきていたんだらうけどね。

うさぎとマツコの

no.  
453

信じる者は

れていないけど、お酒を勧められる機会があるということは、お仕事はされているのかしら。

うさぎ 職場でなく、たとえばカラオケクラブみたいなに入っているのかもね。そこかわす際も、ある程度はウソをついてもいいというか、時には必要だと思う。

昔ってさ、タクシの社内ではタバコが吸えたでしょ。当時、タクシーに乗ってタバコを吸ったら、運転手さんが「お客さん、女の人ばたばこ吸わないほうがいいよ」って言うの。どうしてって聞いたら、「だって女の人は、子供を産むでしょ」だって。乗っている間ずっとそんな説教をされて、あげく「やっぱり女は子供を産んで一人前でしょ」って話にまで発展さ





# ダメマツコになれる

れたんで、この話を打ち切るにはどうしようかと思って、結局、「あの、私、子供を産めない体なんです」って言ったの。ウソだけど。そしたら相手も急に、「あ、すみません……」ってトーンが下がったのよ。頭にくることを言われたら、これくらいのウソで断ち切っちゃっていいと思う。アルコールを無理に勧められたら、「アレルギーなんです」とか「昔、すごく具合が悪くなって死にかけたことがあって」なんてことを言えば、たいていは黙ってくれるよ。

**マツコ** 相談者さんの場合は、お父さまのトラウマがあるから、きつとアルハラへの敵意もひとしおなのね。

**うさぎ** でもやっぱ、そこでケンカ腰になっても意味ないと思う。殺意を感じるほど腹が立っても、そこはやりわりかわして、その話は終わらせる。それが一番だと思う。だって困ったことに、相手には悪気はないんだからね。

**マツコ** そう、相談者さんと同年代の相手だと、悪気で潰そうというよりは、普通によかれと勧めて

きている可能性も高いわね。新歓コンパで一気飲みして救急車で運ばれていた、はしりの世代だから。

**うさぎ** 部活とか体育会系のノリで、「新人生はまず「一気飲み」とかね。今考えたら、マジふざけんなだよ。私も仕方なく飲んでたけど。

**マツコ** でもそれも過去の話ですから、安心してください。今は会食の場があったとしても、半分くらいが飲まない人なんてことも当たり前よ。昔はとりあえずグラスにビールを形だけ注いで、嫌々チビチビ飲んだふりなんかしてたけど、今は最初から最後まで烏龍茶(ウロロンチャ)でその場にずっといる人だって、何の違和感もなく受け入れられてるもの。周りにアルハラ親父が

いたらむしろ、「もうそういう時代じゃないですよ」って教えてあげましょうよ。

**うさぎ** ガツンと行くの?

**マツコ** いや、そこはあえて穏やかに。きつとその人たちも、飲むのが当然みたいな時代を経験してきてしまったから、こうなった面

もあるのよ。アタシくらいの世代でも若い頃は、飲んでナンボみたいな空気はまだあったもの。だから、「この人たちがいろいろ大変な思いしてここまできて、こういう意識になっちゃったのね」と思えば、多少は優しい目で見てあげられないかしら。やっぱまだまだ意識がアップデイトされていない人はいえると思う。そこでいちいち

**社会全体としては改善されてるわアルハラ親父ももう過去の遺物よ**

腹を立てたりかみつくよりは、はいはいってやり過ぎましょうよ。  
**うさぎ** 心の中で「遅れてるわね」って舌を出してね。

**マツコ** しかし本当に、コロナっていうんなものを変えたわよね。意識が変わったというか、目が覚めたというか。

**うさぎ** 会社に行かなくても仕事はできるんだ、とかね。

**マツコ** そう。お酒だって、酒造メーカーが「飲み場での多様性」をキャンペーンしているくらいなもの。逆に言うと、そうしなきゃいけないくらい、まだ根深く残っているのかもしれないけど。

**うさぎ** 田舎とかはそうだよな。  
**マツコ** 「田舎はやめなさい(笑)」。

構成/本誌・中西 庸



## お悩み募集

日ごろ思っている疑問、世の中の不思議、悩み事などに、うさぎとマツコが毒舌トークでお答えします。2人に答えてほしい疑問・相談を編集部までお寄せください。住所、氏名(誌面では匿名・ペンネーム可です)、性別、年齢、職業を明記の上、メール t.sunday@mainichi.co.jp ▶ FAX 050-3737-1178

# 力を合わせて伝統のバトンを引き継いでいきたい

尾上左近

中村玉太郎

市川染五郎

中村鶴松

中村鷹之資

中村橋之助

中村蒼玉

## 新春浅草歌舞伎

若手俳優が浅草の正月を盛り上げる「新春浅草歌舞伎」が、今年も1月2日に幕を上げた。数々の名優たちが若き日に立った舞台に、今回は初参加のメンバーも含めたフレッシュな7人が顔を揃える。歌舞伎界の次代を担うスター候補生たちが、年始に飛躍を誓った。

——浅草は、幕府公認の「江戸三座」があった、芝居とは深い縁がある町。昭和55（1980）年から、正月の歌舞伎興行が復活、ファンを増やし続けてきました。**中村橋之助** 7人全員が座頭だと思っています。実は今日バトンを持っているんですが、これは令和6年の「新春浅草歌舞伎」の千秋楽に、僕と蒼玉さんに渡されたものです。中村勘九郎お

兄さん、七之助お兄さん、尾上松也お兄さんと代々引き継がれたバトンを僕たちもさらに大きなものにして、次の代に渡せるようにと、身が引き締まる思いです。**中村鷹之資** いくつか浅草歌舞伎にと思い続け、念願かないました。こうしてバトンの実物を目にしますと、先輩方がリレーしてきた魂のようなものを感じます。**中村蒼玉** 僕は2013年に初めて参加させていただきました。当時、高校1年生で、とてもうれしくて、毎日学校を早退して劇場に通う日々でした。ずっとお兄さんたちがいるのが当たり前だったので、上級生1年目として、しっかり務めたいです。**中村玉太郎** 小さい時から観客として観ていて、いつか出たいと思ってきたので、ついに出来る！ありがたい！という気持ち

でいっぱいです。初めての方にも、歌舞伎っていいなと思っていただけるよう、しっかり稽古します。

**市川染五郎** 「新春浅草歌舞伎」は、若手の登竜門といわれます。大役に挑戦させていただける貴重な機会なので、若さを武器に一致団結していきたいです。

**尾上左近** 僕は最年少です。ふだんは「菊五郎劇団」でお芝居をしていて、同世代と芝居をさせていただく機会がありませんので、劇団の名を汚さないよう、成長して恩を返したい。お客様に晴れ晴れとした気持ちになっただきたいです。

**中村鶴松** 僕にとって浅草は、「平成中村座」に6歳で出てからご縁があります。勘九郎と七之助の兄から「恥をかけるだけかいてこい」「死ぬ気でやってこい」と言われて来ました（笑）。皆さん、浅草の町にも



思い入れがありそうですからね。

**鷹之資** 小さい時、着物を着て父と仲見世で遊んでいたら、地元のおばさまたちにアイドルみたいに声をかけていただいた思い出があります。浅草には実家のようなあたたかさを感じます。

**染五郎** 子供のころ、年末に家族で浅草にお参りして、仲見世で刀や玩具を買ってもらったのが楽しみでした。

**玉太郎** 学校が近く、中華レストランやアップルパイが美味しいお菓子屋が好きでよく行っていました。初めて浅草が仕事場になるので、地元のお客様にも知っていただけるよう頑張りたいです。

**蒼玉** 僕も同じ学校でしたけど、玉太郎さん、いつ開拓してたの？（笑）  
**左近** 先日小道具を探しに来て、歩くと楽しい町だと思いました。僕もこれから開拓していきます。

——演目は、武智光秀親子の情愛と悲劇が描かれた『絵本太功記』十段目、通称「太十」はじめ、歌舞伎の教科書的ともいわれる作品が揃います。光秀は第一部を染五郎さん、第二部では橋之助さんが演じますね。

**橋之助** 光秀は父（八代目中村芝翫）も何度も勤めたお役。今の僕は体当たりでぶつかるしかありませんが、父からは「将来、40代、50代で演じる時に、若いころの経験に加えて積み重ねた

技量をもって挑める。うらやましい」と言われました。  
**染五郎** 父（十代目松本幸四郎）は光秀を俳優祭で一度やっただけなので「先を越された」と言っていました（笑）。播磨屋のおじさま（二代目中村吉右衛門）が、最後に歌舞伎座で演じた際、隠していた顔をすっと見せた瞬間、鳥肌が立ったことを覚えています。その役を祖父（二代目松本白鸚）からきっちり教えてもらえるのは、とても楽しみです。

## 出番前の意外なルーティンは…

——各回の初めには、恒例の「お年玉」、年始のご挨拶があります。

**橋之助** すべてぶつけ、セルフプロデュースです。最初の年、僕は、お客様からお題をいただいて「あいうえお作文」をやりました。  
**鶴松** やってたね！（笑）  
**橋之助** 「雷門」と「ん」を

個性が出ますよ。

**玉太郎** 芝居とは違う緊張がありますよね。

——出番前など緊張をほぐす秘訣はありますか？

**橋之助** 子役の時に父が「いつてらっしゃい」とお尻をたたいてくれて以来、緊張している時は自分でお尻をたたいてから出ます。

**鷹之資** 鏡台に父（五代目中村富十郎）の写真を置き、見守ってくださいと思います。がら、舞台に出ています。

**蒼玉** 僕はパンダ好きなので、化粧前の前に小さいパンダを置いて眺めています。超えると、眠くなるんです。

一同 えーっ!?

**玉太郎** なので、のど飴をなめて、目を閉じて、落ち着こうとしますね。

**染五郎** 出番の前にハチミツを入れた白湯を飲み、お清めの塩を撒いてから舞台に出ています。

**鶴松** みんないろいろある

んですね。僕は耳抜きをします。声変わりで声に悩んだ時からの習慣です。

**橋之助** サウナもいいですよ。鶴松さんと僕、チームサウナです。

**玉太郎** 僕も温泉、サウナ好き！ 負けたくないです。

**蒼玉** なんの勝負なの（笑）。浅草公会堂は楽屋が大部屋でみんな一緒だから、ひと月過ごすことで、お互いを知ることができますよね。舞台では一生懸命、楽屋では楽しく。チームワークができていくのもいいところだと思います。

**橋之助** 舞台へ出ていく時、みんな「いつてらっしゃい」と声を掛け合う。それは力になります。今回はWキャストもあるし、7人全員で心を合わせて、お客様の明日の活力になるようなお芝居をお見せしますので、よろしく願います！

構成／

コラムニスト・ペリー荻野

# ワイドショーの 恋人、

第694回

河合優実と坂東龍汰

「まだ」の方へ

コラムニスト

山田美保子

やまだ・みほこ 放送作家として「踊る!さんま御殿!!」などを担当。雑誌の連載コラム執筆のほか、ワイドショーのコメンテーターも務める



2

024年のブレイク女優  
優No.1といえば河合優実で間違いなさそう。

「新語・流行語大賞」の年間大賞に選ばれた「ふてほど」こと「不適切にもほどがある!」(TBS系)に出演し、「Yahoo!検索大賞2024」俳優部門1位に輝くなど大躍進。「第75回NHK紅白歌合戦」のゲスト審査員に選ばれた。理由は「見つけたのはTBSさんよりもウチが先」というNHKのアピールだったのではないかと。

河合は23年、「かぞかぞ」こと「家族だから愛したんじゃないくて、愛したのが家族だった」(NHK BSプレミアム)に主演。その演技に惚れ込んだTBSのプロデューサーが「かぞかぞ」で

父親役だった錦戸亮にリサーチし、太鼓判をもらって「ふてほど」にオファーをしたと聞く。

その「かぞかぞ」が翌年、地上波で再放送され、河合の知名度はさらに急上昇。確かな演技力と昭和な顔立ちに、大人も虜にし、そのタイミングで「あさいち」のプレミアムトークに出演している。

近年の出演作が書ききれないほどのフリップを見て驚いていたのは博多大吉。映画については22年に公開された作品がなんと8本。24年は主演作の「あんのこと」「ナミビアの砂漠」が海外を含めた映画祭で高評価を得た。

さらに同日、視聴者を驚かせたのは河合のダンススキル。小学3年生から高校の部活まで続けていて、ストリートからヒップホップまでこなしていた河合は、後半の「特選!エンタ」コーナーで登場したs\*t kingz(シットキングス)のOguriとNOPPOのダンスをすぐ





大注目の河合優実（左）  
と坂東龍汰（坂東さん  
Xより）

にマスターして見事に踊ったのだ。

「ふてほど」でもその片鱗<sup>へんりん</sup>がうかがえたが、昨年、「ユニクロ」のCMで綾瀬はるかや松下洸平らと並んで踊った際、河合のキメポーズが実に美しく、これは本物だと思った。

CMと言えば、その「ユニクロ」や「サントリーコーヒークラフトボス」<sup>クラフトボス</sup>「さとふる」など、既に好感度ランキングで上位に君臨し続けているシリ

ズの「プラスワン」<sup>プラスワン</sup>として加入した河合。

「ふてほど」や「クラフトボス」で披露した歌声は「令和の百恵ちゃん」とまで言われ、近年の昭和歌謡ブームにもハマる河合優実なのだった。

だが、24年11月、「ドデスカ<sup>プラス</sup>」（メーテレ）のエンタメコーナーで河合の快進撃について扱うことになった際、「周りにリサーチしてみると、まだ知らない人も多い」という意外な結果を担当ディレクターから聞いた。「ふてほど」は社会現象にもなったドラマだったが、見ていない人にとっては「誰？」だし、男性で言えば「しょうゆ<sup>と</sup>とか塩」に属し、しかも「カメレオン」でもある河合の顔をなかなか覚えられない人もいるようだった。

だが25年は「紅白効果」で河合は間違いなく全国区となり、若手女優のトップとしてさらに開花することだろう。

その河合が所属する「鈍牛俱

楽部」には、24年10月期、「ライオンの隠れ家」（TBS系）で多くの人に見つかってしまった坂東龍汰<sup>りょうた</sup>もいる。

坂東は昨年、河合と「ROO T／ルート」（テレビ東京系）でW主演しているが、番宣時まで「W主演だと知らなかった」と河合に暴露されるほど業界ズレしていないのが魅力。「ライオン」の最終回押しのタイミングで出演した「A・S・T・U・D・I・O+」（TBS系）では「シユタイナー教育」の学校に通っていたせいで、テレビやゲーム、ネットに触れることを禁止されていたことが改めて紹介された。「ハマダ歌謡祭★オオカミ少年」（同）に出たときも、誰もが知っているようなヒット曲のイントロに全く聞き覚えがなく、途方に暮れてしまったそうだ。

「令和の百恵ちゃん」こと河合優実と「平成のヒット曲を知らない」坂東龍汰は、昭和世代にも必ず届く25年の有望株。どうかお見知りおきを。

# 社会学的 皇室 ウォッチング！

## 悠仁さまの大学進学で 特権利用はありえない

悠仁さまの大学進学をめぐり、ネット上では「皇室特権」が使われたという議論がかまびすしい。真摯に受験勉強に励んできた悠仁さまの耳に入る形で、こうした議論が繰り広げられるのはとても悲しい。悠仁さまの合格に「特権」利用などありえない。（二部敬称略）

悠仁さまが成年となった2024年9月6日を前に、皇嗣職<sup>だいふ</sup>大夫の吉田尚正は宮内記者会の記者に対し、進学を巡って一部メディアで「根拠のない情報」が流れているとした。この時期、悠仁さまの東大進学に反対する署名活動が行われていた。吉田が言った「根拠のない情報」とは、東大進学<sup>うっわ</sup>の噂のことだと一般には考えられているが、私はもっ

と具体的な報道を指していると思う。

名前を挙げると、8月8日に発売された『週刊文春』（8月15・22日号）の「筑附で『異例の成績』悠仁さまの『真実』」である。この記事には、「筑附高の関係者」による以下の証言が紹介されている。「目下の問題は、学業成績についてです。悠仁さまは、率直に申し上げて、異例の成績

なのです」「生物を除いては、文系科目も理数系科目も成績が伸び悩んでおられる。理解力を測るテストの点数が芳しくない（略）この成績だと授業についていくのは難しく、ご本人も苦しい気持ちを抱えておられるのではないか」

断言するが、まったくの嘘である。悠仁さまの高校3年1学期までの成績は、評定平均4・3以上、学習成績概評は「A」である。

5点満点である評定平均で4・3以上（概評でA）が付くのは、進学校である筑波大附属高校でも15%から20%しかないと考えられる。悠仁さまの成績は、生

物だけでなく、全科目平均で上位である。

英語力がなければ  
解けない「小論文」

悠仁さまの受けた入試は、学校推薦型（推薦入試）なので、高校の推薦があれば、小論文と面接だけで合格すると一般には思われている。しかし、実際は、不合格も十分にありうる厳しい試験である。

悠仁さまが受験する1年前の生物学類の「小論文」過去問を別掲として紹介する。「小論文」という科目名のイメージとは異なり、現実には生物と英語の試験に近い。年内に実施する入試

では、個別学力検査は行わないことが建前なので、「小論文」という科目名となっている。

問題ⅠからⅢまであり、問題Ⅰが英文をもとにした設問だ。『ネイチャー』誌のコラムでも著名な英国の免疫学研究者ジョン・トレゴニングの比較的平易な英文が使われた。引用部分<sup>①</sup>は人類と細菌の関係についての記述だが、専門用語もあり、科学英文を読み慣れている必要がある。筑波の推薦入試では、英検やTOEFLなどの英語資格・検定試験のスコアの提出は必須ではないが、提出した方が有利なので、ほとんどの受験生はスコアを出しているだろう。つまり、英語力がなければ合格は難しい。

問題Ⅱ、Ⅲは生物に関する出題だが、「1000程度で記せ」という問いがい



成城大教授

森暢平



## 2023年秋に実施された筑波大生物学類の 学校推薦型選抜「小論文」の問題 (一部)

問題Ⅰ 次の文章を読み、以下の問に答えなさい。

Bacteria have evolved to occupy (a) a wide range of different environments, living in an extraordinary range of conditions, with some bacteria thriving in conditions unconducive to other forms of life – the extremophiles. These include bacteria that can live at crazy temperatures from +120℃ in boiling hot thermal vents or be frozen in ice at -20℃, but there are also bacteria that can survive acids that would strip the skin from your bones and alkalis that would turn you into soap. All told, they are remarkable.

出典：John S. Tregoning (2021) “INFECTIOUS: Pathogens and How We Fight Them”より抜粋・一部改変

(注) extraordinary: 並外れた, thriving: 繁栄している, unconducive: 不利益な, extremophiles: 極限環境微生物

問1 下線部 (a) に関連して、以下の設問 (1)、(2) に答えよ。

- (1) どのような環境が本文中にあげられているか、日本語で答えよ。
- (2) そのような環境でも生息できるバクテリア（細菌）が存在する背景には、どのような理由があると本文から読み取れるか。日本語で答えよ。

問題Ⅲ 次の文章を読み、以下の問に答えなさい。

生体内でおこなわれる2本鎖DNAの複製においては、(a) それぞれのDNA鎖を鋳型にして新しい鎖が合成される。DNAに書き込まれた遺伝情報はその後、mRNAに転写され、リボソームにおいて、タンパク質が合成される。

問1 下線部 (a) のような複製の方式を何とよぶか。また、この方式は、遺伝情報の正確な伝達にとってどのような利点があるか、100字程度で記せ。

力も求められる。筑波大の場合、一般に推薦入試の方が一般入試より難しいと言われている。厳しい推薦基準に加え、英語、生物の高度な学力、日本語の表現力が求められるからである。生物学類の今回の推薦入試の倍率は発表されていない。ただ、22人が合格し、

合格者の最後の受験番号が「××62」なので、60人以上は受験しただろう。すなわち、3倍近くの倍率はあったはずだ。日本の大学入試は、文部科学省の「大学入学者選抜実施要項」により、「合否判定の方法や基準を明確に定め、あらかじめ募集要項

等により公表し、それを遵守すること」が求められている。合否判定については、「中立かつ公平・公正な意思決定が行われるよう教授会や入試委員会等の合議制の会議体」が行う。恣意的な合格ラインが設定され、一部の人間だけが合否決定に関わるということもあり

### 論文や入学をめぐる 「言い掛かりやデマ」

えない。日本の大学の教授会はそのままで腐っていない。

悠仁さまのいわゆるトンボ論文に大人の手が入り、それが不公平であることを「特権」と呼ぶ人もいる。トンボの標本を採集したのが悠仁さま自身であることに疑いの余地はなく、第一筆者が悠仁さまであるのに何の問題もない。赤坂御用地のトンボ相、すなわちどのようなトンボが生息しているのかを、幼少の時から探求し続け、それが、論文という形になったのは、日本の学術界にとって重要な成果である。悠仁さまは研究者の助けを借りてそれを成し遂げたのであり、非難されるいわれはない。剽窃や不正があると騒いでいる人もいるが、素人の言い掛かりにすぎない。そもそも総合型や学校推

薦型の選抜で、提出書類の多くには大人の手が入っている。専門の塾がアドバイスすることは日常茶飯事である。選抜する大学教員はそんなことは百も承知のうえで、なお、受験生個人の資質や能力を見抜こうとしている。受験に面接があるのはそのためでもある。専門家集団である大学教員たちの目は節穴ではない。筑波大の生命環境学群や生物学類で、この秋から冬にかけて、特任助教の公募が始まったことをもって、「悠仁さまの『受け入れ準備』と報じるメディアまである（『週刊現代』12月28・1月4日号）。牽強附会（けんきやうぶく）のデマもいいたくところで、メディアの見識が問われる。悠仁さまは公務先でも参考書を持ち込んで必死に勉強して生物学徒の切符をつかんだのであって、そこに「特権」要素は1ミリもない。（以下次号）

# 生きもの劇場」

## 丸飲みしヌエの石破は生き延びる



首相  
石破茂

石破サンも不本意だったろう。国会で禁煙論者の松沢成文(維新)に「タバコをやめたらどうか」と問われ「1日数本程度になった。やめるならもう少しだ」と。嫌煙権を気にして愛煙家返上のふりをした▼石破答弁はウダウダと長くて、しまいには何を言っているかわからない。だから支持率も上がらず、早期退陣論も出ている▼し

かし、自民党内には「石破は長持ちするぞ」という見方が出てきた。「103万円の壁」で国民民主、「教育無償化」で維新の会。野党がバラバラだからその都度、ヌエのように野党の要求をあれこれ飲み込んで生き延びる。党内で表立って石破おろしもない。選挙でボロ負けしない限り、石破サンは妖怪のようにずるずると這い回る。

## ソツなくも 石破と距離おき 次ねらい



官房長官  
林芳正

首相官邸に「赤沢案件」というのがある。初入閣の赤沢亮正・経済再生担当大臣が官邸の一室に陣取り、週に1度、各省の官僚を呼びつけて指示を与える。赤沢はその結果を石破や官房副長官、秘書官が待つ首相執務室に提言をするという。赤沢が石破と同郷というだけの異例の待遇で、役人は赤沢を通さないと政策が回らない▼こ

の赤沢案件のもう一つの不思議は、首相執務室メンバーに林芳正は、官房長官が入っていないことだ。しかし、林は「赤沢案件」を意に介さず、官房長官会見をソツなくこなしている。かといって難題の根回しや前さばきをしている様子もない▼林は石破とはつかず離れずの日々。石破がコケたら俺の番、と思ってるんじゃないか。



# 川柳で詠む「永田町」

葉月亭遊人 ペンネーム

シリーズその23

## 小粒でも予算握ればヨイシヨされ



予算委員長 安住淳

「体は小さいけど、態度はデカイ」なんて言われてた。でも、立憲民主党の中では数少ない「政治家らしい政治家」だとか。自民党にも顔が利く。国会対策委員長時代に自民党の森山裕国対委員長（現幹事長）と渡り合う一方、親密な関係を築きあげた▼その安住が、なんと衆議院予算委員会の委員長になっちゃった。予算委員会は「花

形委員会」ともいわれる。テレビの中継も入るしね。▼なぜ？ いうまでもなく総選挙で自民は惨敗し、立憲が躍進、いくつかの重要委員会の委員長席を奪ったからだ。中でも注目は予算委員長▼自民はこれまでの所業を棚に上げ、「不偏不党、中立公正に差配していただいた」なんて安住をヨイシヨ。騙されるなよ、予算委員長。

## 急人気吠えるシンバは「壁壊せ！」



国民民主党幹事長 榎葉賀津也

あくまで「たまたま」なんだけど、総選挙の結果、キャスティングボートを握った国民民主党。「103万円の壁をぶち破る」と鼻息も荒い。主役は不倫の玉木雄一郎代表だけど、二人三脚で支えるのがこの人だ。挨拶では「榎葉賀津也57歳、趣味は玉木雄一郎」が定番だとか▼でも、みんな思ってる。「この人誰」って。実は、参議員当

選4回と、かなりのベテランで、民主党解党後に国民民主党へ。民主党時代は「自民党寄り」で有名だったとか▼スポットライトを浴びたのは今回が初めてだが、なにしろキャスティングボートを握っているから、威勢のいいこと。会見なんかじゃ、ライオンキングのシンバ並みに吠える吠える。でも自民党が維新に乗り換えたら……。

X(旧Twitter)では「神回」「過去最高」といったコメントがあふれた『M-1グランプリ2024』(朝日放送テレビ制作、テレビ朝日系)。節目の20回目にして「歴代最高の大会」とも言われる。テレビやお笑いに詳しい社会学者、太田省一氏はどう見たか。寄稿してもらった。

太田省一

# M-1の歴史は 新たな段階に入った

## 令和ロマン 史上初連覇

「終わらせましょう」

一昨年に続き、不利とされるトップバッターになった令和ロマン。くじでこの順番が決まったときの会場の盛り上がりはすごかった。そして舞台上に登場した高比良くるまが開口一番、発した言葉がこれだった。それは、記念すべき20回目を迎えた『M-1グランプリ』(以下、M-1)の結末をあたかも予言したかのようだった。

ご存じの通り、令和ロマンが大会史上初の連覇という偉業を達成。同時に、令和ロマンはM-1の歴史をひとつ終わらせたと言える。今後M-1は、「令和ロマン以前」と「令

和ロマン以後」で語られるようになるだろう。

昨年12月22日に開催されたM-1の決勝。エントリ1数は1万330組と1万組の大会を初めて超えた。ちなみに2001年の第1回は1603組。いかにビッグなイベントになったかがよくわかるだろう。視聴率も関東が18・0%、関西が25・5%(ビデオリサーチ調べ。世帯平均視聴率)と上々だった。

事前のポイントとは二つあった。ひとつは新顔も増えた審査員がどんな審査をするのか、そしてもうひとつは令和ロマンの連覇なるか、である。

まずM-1の象徴的存在だった松本人志が不在となるなか、誰が審査員をやるのかに注目が集まった。結局前回の7人から9人に。全体的に若返ったことも話

題になった。

初の審査員となったのは、アンタッチャブル・柴田英嗣、かまいたち・山内健司、オードリー・若林正恭の3人。いずれもM-1など賞レースで実績をあげてきたメンバーである。とりわけ若林の就任はサプライズでもあり、オードリーの人気に加え「あちこちオードリー」(テレビ東京)などで漫才論や芸人論を語ることも多く、ひととき高い関心が寄せられた。

審査員全体の特徴としては、おぎやはぎ・矢作兼がラジオ番組で言った「ガチすぎる」という表現がしっくりくる。

中川家・礼二、博多大吉、ナイツ・塙宣之らをはじめ、審査員全員が現役の漫才師。当たり前と思うかもしれないが、これまでM-1の審査員は必ずしも漫才



師ばかりではなかった。かつては立川談志や青島幸男などが務めたこともあったし、最近では立川志らくや山田邦子もいる。しかも今回は、山内や若林だけでなくNON STYLE・石田明、笑い飯・哲夫が審査員に復帰するなど理論派が目立った。

実際本番でも、唯一海原ともこはあまり技術的なことには触れなかったが、それ以外の審査員はネタの構成、ツッコミのトーンやボケとのバランス、さらには声のボリュームなど専門的な点に詳しくふれる講評が多かった。そのあたりはやはり「ガチすぎる」という印象通りだった。

その点は、令和ロマンに有利に働いたと思う。高比良くるまは、著書の『漫才過剰考察』を読んでもわかるように、漫才に対する鋭い分析をもとにネタをつくる。単に舞台をこなして場

数を踏むだけではない。まず漫才を多角的に「研究」し、その知見に基づいて自分たちの漫才を組み立て、緻密にネタを仕上げていく。むろんここまで徹底してやれるのも、漫才への並外れた愛が根底にあるからだ。生粋の「漫才オタク」と言ってもいい。

なかでもM-1は、高比良にとつて最大にして最高の研究対象だ。M-1で勝つにはどうすればよいか、歴代の大会を事細かく分析し、漫才のトレンドを予測し、どのような作戦で行けば優勝の可能性が高まるかを考え抜く。だから自分たちの漫才スタイルにこだわるといふよりは、しゃべくり漫才や漫才コントなどさまざまなスタイルを臨機応変に使い分けるといふきわめてクレバーなやりかたをとる。

私は、高比良のそうしたスタンスが、大学お笑いサークル出身であることと深くかかわっていると考えている。相方の松井ケムリとともに、2人は慶應義塾大学のお笑いサークル出身。そこでコンビを結成。その後吉本興業の養成所であるNSCに入り、首席で卒業した。18年デビュー。23年に結成6年目でM-1決勝初進出にして優勝。そして今回史上初の連覇となった。異例のスピード出世である。

大学お笑いサークル出身の芸人たちは、まるで入試の「傾向と対策」を重視する受験エリートのように、M-1の歴史やお笑いのトレンドを頭に入れ、入念にシミュレーションを積んだうえで本番に臨む。その筆頭格がいうまでもなく令和ロマンだ。

今回、決勝初進出のバツ

実は、同じく最終決戦進出を果たした真空ジェシカの2人も、独特のシニールなセンスが持ち味のネタは令和ロマンとはまた違うが、メンバーの川北茂澄とガクはそれぞれ慶應義塾大学と青山学院大学の大学お笑いサークル出身である。決勝進出者ではママタルトもそうで、ほかにもラランドなど近年お笑い界では大学お笑いサークル出身者の台頭が著しい。

彼らを突き崩すのはどんな漫才師か

だが、最終決戦2本目のネタで、3組のうち令和ロマンだけが1本目の「名字ネタ」よりも爆発力のある「タイムスリップネタ」を出してきた。石田や山内も、審査後その点を絶賛していた。塙が「今年が一番迷っている」と吐露したように史上まれに見るハイレベルの最終決戦だったが、それを制したのは、2本目に1本目のしゃべくり漫才とはまったく異なる漫才コントで、しかもよりインパクトの強いネタを温存しておいた令和ロマンのしたたかな戦略だった。

令和ロマンの連覇によって、受験エリートならぬ「M-1エリート」の時代が完全に到来したと言えるだろう。それとともに、M-1の歴史は新たな段階に入った。盤石にも見える令和ロマンの牙城を突き崩すのは、いったいどんな漫才師なのだろうか？



国民や観光客の足として  
一般的なトゥクトゥク

山登り好き  
ジャーナリスト  
おすすめ

# スリランカ

東南アジアで一般的な三輪タクシー「トゥクトゥク」で上る冷え込む山道、希少種の息づく国立公園、紅茶の香り漂う高地。スリランカ中央南部でのハイキングと文化体験は、自然と人々の息遣いに触れる忘れられない旅だった――。山登り好きジャーナリストのスリランカ旅行記。

## 山岳地帯の冒険と 紅茶の香り

ジャーナリスト  
一ノ瀬伸

2025.1.19-26

午前5時過ぎ、トゥクトゥクが薄暗い山道をフルアクセルで上っていく。大きなエンジン音が森に響くが、スピードはのろい。サイドカバーから入る隙間風が冷たく、外気温は10℃くらいだろうか。タクシーより価格が抑えられるトゥクトゥクを選んだので、まあ仕方ない。

「これでも暖かい方だぜ。時期によって朝は3〜4℃の日もあって霜も降ります。」

街の人々がよく酒を飲むのも寒いからなんだ」  
運転手のガヤンが言う。短髪に髭面、耳にピアスを着けてパンクな雰囲気。男。確かに彼が言うように、前夜、街の酒店はどこも地元労働者でこった返していた。小乗仏教の信者が多いこの国は、酒をあまり飲まないイメージだったので少し驚いた。

日の出の頃、目的地に到着した。ここはスリランカ

中央南部にあるホートン・ブレインズ国立公園。筆者は9月頭にスリランカに入り、常夏の海沿いの街を旅した後、山岳エリアへ足を延ばした。国立公園へは、紅茶で有名なヌワラ・エリヤからトゥクトゥクで約1時間の道のりだった。

ホートン・ブレインズ国立公園は標高2000メートルに広がる高原地帯で、その面積は3000ヘクタール。絶滅危惧種を含む希少な動植





地元の食堂ではボリュームたっぷりのカレーを数百円で味わえる

物の固有種が数多く生息・生育し、ハイキング目的の観光客をはじめ、しばしば研究者も訪れるという。他の自然保護区と共に「スリランカの中央高地」としてユネスコ世界自然遺産に認定されている。熱帯の国にあつて涼しいエリアで、国民にとつての避暑地である。公園の入場料は、サービ

前で、ここは国民なら約75円という驚きの価格差がある。ちなみに国の全体的な物価は日本より安く、ローカルな食堂ならカレーが数百円で食べられる。ただ、22年に国が債務不履行に陥った影響で物価が急上昇。ガソリンは日本より高いくらいで、タクシーやトゥクトウクの料金も高騰している。

## 高さ約900メートル 自然の展望台

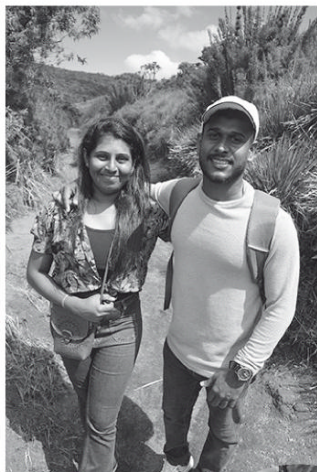
さて午前6時にゲートが開き、観光客を乗せた数台の車が駐車場の管理事務所へ向かう。ガヤンによれば、天気は安定する1〜2月頃は早朝から数十台が列をなすそうだ。

霧が立ち込める高原に朝日が差し、美しい。道中でさっそく、サンバーの群れがお出迎えしてくれた。サンバーは東南アジアやイン

ドに生息する大型シカだ。管理事務所でレンジャーによる手荷物検査があり、持参したスナック菓子は紙袋に移され、ペットボトルはラベルを剥がされた。公園内にプラスチックゴミを出さない取り組みだ。

「スリランカヒョウの写真が撮りたくて来たんだ。早朝の方が見られる確率が高いから楽しみだよ」

あいさつを交わしたスリランカ人男性が言った。最大都市コロンボから来たといい、大きなカメラを持っている。下調べもあまりしていなかったのに、ヒョウがいると彼の話で初めて知った。危険はないだろうか



ハイキングを楽しむスリランカ人カップル

登山道では色とりどりの可憐な花々を観察できた



人間に気づいたら逃げるさ」と男性は笑った。スリランカヒョウは、希少な固有種で運が良ければ観察できるといふ。

管理事務所からの周囲コースは、往復約8キロのハイキング。駐車場で待っていてくれるガヤンとしばしば別れして歩き始めると、目の前には広大な草原が広がる。静寂のなかの散策は、なんとも気持ちがいい。

少の起伏があるものの登山というほどではなく、散策といった感じだ。

森を抜け、到着したのはビュースポット「ワールズ・エンド」。日本語に訳すと「地の果て」で、高さ約900メートルの切り立つ絶壁から山や海を見渡せる自然の展望台だ。風を感じながら少し休憩。数日前、寺院で出会った僧が教えてくれた方法で瞑想を試してみると、脳からノイズが消えていくような心地良さを覚えた。



絶壁の「ワールズ・エンド」からはスリルある風景が楽しめる



# スリランカ 山岳地帯の冒険と紅茶の香り



スリランカの固有種であるホホグロトカゲ

常に生き物の気配を感じつつなかなか姿を見られずにいたが、茂みのカサコソという音に目をやると、巨大なトカゲを発見。鮮やかな緑の体に頬が黒い。名前は見た目の通りのホホグロトカゲで固有種だ。続いて、木の上にはリスの群れも見つけた。

通常約3時間で一周できるところ、歩き回って粘ったが、スリランカヒョウやサルのカオムラサキラングールなど固有種には残念ながら出合えなかった。ガイド本によれば他に野鳥やネズミ、チョウ、トンボ、ヘビなど多彩な生き物の固有種も生息。じっくりと動植物を観察したい場合、事前申し込みで可能な公園内でのキャンプが良さそう。



紅茶工場では茶葉の製造工程を見学できる



ブラックティーやホワイトティーなど多種の紅茶を販売

## 列車移動の明暗 座席の違いで…

昼前に管理事務所へ戻ると、ごった返していた。学校や会社などの団体旅行も多いようで、国民にも親しまれている国立公園なのだろう。午後、再びガヤンのトゥクトゥクに乗り込み、ヌワラ・エリヤの紅茶工場へ。複数あるが、ホテルで「最高の紅茶」だとすすめられた「ダムロ・ラブーケリー・ティー」の工場に行くことにした。

標高1800メートルのヌワ

ラ・エリヤで栽培された紅茶は「ハイグロウンティー」と呼ばれ、スリランカの紅茶の中でも高級だ。工場では紅茶の販売のほか、無料で製造工程を見学したり、茶葉や製造方法によって分類されるさまざまな種類を飲み比べしたりできる。

「王道」のブラックティーと健康効果が高いというホワイトティーをティスティングしてみた。それぞれに香り高い。コーヒー派から紅茶派に寝返ってしまいそうな美味しさで、ハイキングで疲れた体に染み込んだ。

スリランカ旅の移動は、

トゥクトゥクもさることながら列車が面白い。座席に等級があり、指定席か自由席、クーラーの有無など違いがあつて当然料金も異なるのだが、低い等級なら数時間の移動がたった数百円と格安。ただし……。

筆者は、ヌワラ・エリヤの最寄り駅から4時間ほど自由席の2等車に乗った。日曜日だからか乗車すると家族連れやカップルがたくさん。すでに空席はない。列車の速度はとてもゆっくりで、走行中もドアが開いたままのデッキに立てば、風が気持ちよく景色も楽しい。大自然を背景に向かい合い終始イチャイチャしている若い男女も絵になる。停車駅からは売り子たちが次々に乗り込んできて、ピ



山間地を走る電車は山々や茶畑、田舎町の風景が楽しい



2等車は日曜を楽しむ家族連れやカップルなどでごった返していた

ーナッツやチョコレートなどを大きな声で売った。と、序盤は旅情たっぷり良かった。しかし、目的地の都市キャンディに近づくにつれ、乗客は増え、だんだん身動きが取れないほどの満員に。標高が下がるとともに外気温はぐんぐん上昇し、汗が吹き出す。暑い分、日本の満員電車より過酷だろう。特大バックパックと共に群衆をかき分けてなんとか降車し、旅を続けた。



# 隣人の孤独死が教えてくれた現実

## 誰もが向き合おうべき社会の課題

隣人の玄関前に放置された荷物から始まった孤独死の現実。第一発見者となったわたしは、恐怖と混乱に直面した。そして、遺族や隣人、不動産管理者にまで広がる影響を目の当たりにし、高齢化社会で孤独死を防ぐ仕組み作りの必要性を痛感した。

「あれ。この荷物、そういえばずっと置いたままだな」

東京都内の、とある集合住宅に住むわたし。ある日ふと、隣の部屋の玄関前の「置き配」が気になった。それまでも目の端に入っていたはずだが、意識にのぼってはいなかった。でも、そういえば夏の暑い時期から置きっぱなしだった気がする。

思い立って、その部屋番号の郵便受けを見てみた。チラシがぎゅうぎゅうにつ

まっている。それが、土曜日の夜。翌朝、明るい時間帯にその部屋を訪ねてみると、換気口にたくさんのハエが……。それまで考えないうようにしていた「孤独死」というワードが、一気に現実になった。

管理事務所は日曜日なので、不在。「休日・夜間における緊急事故等の連絡先」に電話をした。事情を話すと、「警察に110番してくれ」と言う。人生で初めて



ビニールテープで目張りされた隣人の部屋

### ▼第一発見者となった戸惑い ▼孤独死が招く遺族や隣人への影響

110番に電話をかけた。

すぐにおまわりさんがやってきた。私の部屋のインターホンを鳴らしてもらい、オートロックを解除してその部屋の前に案内する。

「消防を呼んで、かぎを壊して入ります」と、おまわ

りさん。

「え、でも旅行に行っているだけかもしれないですよね？」

「だって、臭うじゃないですか」

鼻が慣れて麻痺していたのか。言われてみれば臭う。

おまわりさんが置き配の送り状を確認したところ、1

カ月近くも前の日付が印刷されていた。もし「孤独死」だとすれば、死後1カ月ほど経っている可能性がある。サイレンとともに消防車が到着。消防隊員がドヤド

ライター  
上條まゆみ

かみじょう・まゆみ 結婚や離婚、再婚、子育てなど「家族」をテーマに、女性誌や「現代ビジネス」などでインタビューやルポを手がける

# 隣人の孤独死が教えてくれた現実



ヤと隣室に踏み込む。しばらくして出てきたおまわりさんに結果を聞くと、「お亡くなりになっていました」。どのような状態だったか、聞くのが怖くて聞かなかった。夏の終わりから1カ月の放置。素人でも、惨状は想像できる。遺体搬送の際に玄関のドアを開け閉めしたせい、あたり一帯は強い臭気が漂っていた。

「孤独死」に明確な定義はないが、一般的には「ひとり暮らしをしていて、誰に

も看取られずに亡くなること」をいう。東京都監察医務院の資料によれば、東京都区部で発生した孤独死は、2003年は2861件だったのが、20年には6096件と、年々増加傾向にある。

人は亡くなるものだから、ひとり暮らしである以上、孤独死の可能性は誰にでもあり、むやみに恐れる必要はない。たとえ亡くなる瞬間は一人でも、すぐに発見されればよい。

困るのは、死後しばらく

発見されず、遺体が腐敗してしまふケースだ。故人の尊厳が損なわれるし、遺族もショックを受ける。遺体があった場所の汚染により、その部屋の所有者や隣人などにも影響が及ぶ。わたしの場合、隣人とは付き合いがなく、顔を見ただけこともなかった。一度だけ後ろ姿を見かけたことがあ

## 片付け、掃除…見通しが立たない

それまで孤独死について深く考えたことはなかった

が、漠然と、汚染された部屋はすぐに清掃が入るものだと思っていた。体液や血液に含まれる細菌や悪臭などから身を守るため、防護服や防毒マスクなどを着用したプロが、専用の機材や除菌剤を使って跡形もなくきれいにしてくれるイメージだ。少しの間、我慢すれば、また元通り窓を開け、洗濯物を干し、ベランダか

り、初老の男性のひとり暮らしだな、と思った程度。だから、孤独死をされたと聞いても正直、悲しさより、恐ろしさのほうが大きかった。人ひとり亡くなっているというのに不謹慎で申し訳ないが、臭いや虫が怖くて窓が開けられない、ベランダに洗濯物が干せないことのほうがつらかった。

ら夕陽を眺める生活に戻れるだろう。

ところが、いつまで経っても、清掃が入らない。臭いや虫を防ぐため、玄関ドアや換気口、鍵穴にまでビニールテープで目張りがある状態が、1カ月以上も続いた。消臭剤のおかげで腐敗臭はしなくなったが、逆に消臭剤の薬くささが鼻につき、いささか気分が悪い。いったいどうなっているの

だ。業を煮やして、管理事務所に問い合わせしてみた。

管理事務所は「個人情報保護の観点から詳細は伝えられない」としながらも、わたしが第一発見者だという事情を考慮し、少しだけ状況を教えてくれた。隣人の相続人が相続放棄をしたために賃貸契約の解除に時間がかかり、当面、誰も部屋に入れない。つまり、片付けも掃除も見通しが立たないとのことだった。

横浜市や川崎市を中心に賃貸管理・仲介を行う不動産管理会社「アーバン企画開発」は、およそ7000戸の物件を管理する中で、年間5〜6件の孤独死に合うという。同社管理部長の菅野美紀代さんによると、孤独死が起こった場合の流れは、こうだ。

「異臭がする、新聞がたまっていたまになっていて、部屋の主とずっと連絡がとれないなどで、私たち不動産



# 誰もが向き合うべき社会の課題

管理会社に通報が入ると、大家さんに連絡をするともにも、警察の立ち会いのものと鍵を開けて部屋に入ります。ただ旅行に行っていただけということもあります。が、中で亡くなっていることもあります。警察の捜査が入って事件性なしと判断されれば、それがいわゆる『孤独死』です」

「不動産の単身入居者が亡くなると、入居者が有していた賃借権と居室内の残置物の所有権は、その相続人に引き継がれます。そこで私たちはまず、緊急連絡先や連帯保証人に連絡し、相続人を探します。そして、その人に遺品の運び出しや賃貸契約の解除をお願いします」

亡くなってしまうと発見されず、遺体の損傷が激しいと、特殊清掃と呼ばれる専用の機材や薬剤を使つての清掃が必要となることもある。原則として清掃費用

は、入居時に払った敷金で相殺されるが、それでまかないきれないときは、相続人に負担してもらう。

そうやって無事きれいになった部屋は、再び賃貸に出す。孤独死でも病死や老衰など自然死の場合、事故物件として告知義務があるかどうかは判断が分かれる

## 高齢者だけの問題ではない現実

たいていは、これで一件落着。ところが稀に、スムーズにはいかないことがある。身内がいらない、連絡が取れない、相続人がいても相続放棄をされてしまうケースだ。

相続人でない第三者が勝手に財産の処分を行うことはできないので、その場合は管理会社等利害関係人が申し立て、家庭裁判所に選任された相続財産管理人が遺産の清算を進める。

と、言葉で説明するのは

ところだが、アーバン企画開発では、孤独死があった部屋だと伝えたらうで、家賃を5〜20%ほど下げて貸している。

「殺人事件などでなければとくに気にしない、家賃が安いからむしろ好んで借りたいというお客さんも多いんですよ」（菅野さん）

簡単だが、最終的に決着するまでに数カ月時間がかる。その間、部屋は片付けも清掃も入らないまま、放置されるのだ。わが隣人のケースは、おそらくこれだ。

老後は、住む家を借りにくくなると言われる。その理由に納得できた。孤独死の可能性が高いひとり暮らしの高齢者に部屋を貸すことは、たしかにリスクだ。とはいえ、超高齢化・核家族化が進み、単身高齢者の数は増える一方。借り手の

選り好みをしてもらえない事情もあるだろう。故人も遺族も大家も不動産管理会社も、そして隣人にとっても負担の大きい孤独死。どうすれば孤独死を防げるのか。あるいは、亡くなつてもすぐに発見できるのか。

「冷蔵庫やトイレのドア、電気ポットの利用などで安否を確認する見守りサービスが各社から出ており、高齢の方のひとり暮らしでは、その利用を前提に賃貸契約を結ぶことがあります。あらかじめ管理費に見守りサービスの料金を組み込んでいる物件もあるし、大家さんが自腹で新聞やヤクルトの配達などをしてもらっているケースもあります」（菅野さん）

ちなみに孤独死は、高齢者だけの問題ではない。日本少額短期保険協会の孤独死対策委員会が24年12月にまとめた「第9回孤独死現状レポート」によると、孤

独死の死亡時平均年齢は男性63・0歳、女性61・8歳で、64歳までの現役世代が47・5%。孤独死は全世代にわたる問題だ。

同委員会では、孤独死を未然に防ぐための対策として、行政やマスコミが中心となつて国民に対し「孤独死はより身近に起こり得るものである」という認識を普及させていく必要があるとする。また、家族や友人・知人が互いを思いやり、連絡を取り合う文化の確立や、地域やコミュニティ・自治体・政府などが連携し、包括的に孤独・孤立を生まない仕組みの構築が急務であるとしている。

夏から秋が過ぎ、木枯らしが吹き始めても、隣家の玄関ドアは、ビニールテープで厚く目張りされたまま。ご冥福をお祈りしつつも、いったい中がどうなっているのか、想像することはやめている。

# 在日中国人が惚れ込む 本場の味を楽しみつくす!

# 日本人が知らない

ライター 北上行夫

# シン・ガチ中華

ブームになり久しい日本風の中華料理「町中華」と対極的に、本場の味を日本で味わえる「ガチ中華」も話題だ。その中でも、日本人の舌に媚びない、在日中国人が日々通うガチ中のガチ中華の名店を、中国事情に詳しいライターが足で発掘。常連たちがひっそり楽しむ最高の味わい方をお伝えする。



日本のガチ中華店、その栄枯盛衰より早いのが在日中国人の口コミだ。オーナーや料理人の出身地はもとより、食材の入手経路、サービスの良しあしまでネット上に情報が出回っている。

経営者や料理人が代われば、客層も入れ替わる。少

しでも日本人好みの味にアレンジした途端、「ニセモノ」の烙印を押す。そんな

中国人は、そもそも同郷意識の強い民族だ。故郷の地名を冠していても他省出身者が店主の店には見向きもしない。料理人が同郷でもオーナーが他省人なら「味が分からない奴に管理でき

るはずがない」と切って捨てる。

これほど辛辣な理由は、中国人にとってのプライド、<sup>メンツ</sup>「面子」を懸けているからだ。名産や旬の食材、看板料理と注文方法、その食べ方にまでこだわる。店選びをしくじるのはもってのほか。だから徹底的にふ



るいにかける。そんな彼らがプライドを懸けて通う都

内の「シン・ガチ中華」を訪ねてみた。

## 本場の火鍋を心ゆくまで味わう

まずはガチ中華の聖地と呼ばれる池袋からJR山手線でひと駅、大塚の火鍋店「東華涮肉」へ。北口繁華街を歩いて3分、文字通り看板メニューを大きく掲げた看板が目印だ。

オーダーは「東華しゃぶしゃぶ特選炭火火鍋」(4980円・120分食べ放題&飲み放題)一択で、

ひたすら秘伝の羊蝎子(羊の背骨肉)をおかわりし続けるのが、3代にわたりラム肉を究めてきた同店の料理長に対する敬意でもある。

「鴛鴦鍋」と名付けられたスープは旨辛&さっぱり2種。霜降り牛肉や豚バラ肉、つみれ、鴨血、ハチノス、キノコ&野菜類などお



東華涮肉 (大塚・北京火鍋)

東京都豊島区北大塚2-11-4 三浦屋ビル  
TEL 03-5980-9046  
11:00~23:00

馴染みの具がひと通り揃っているが、この店では羊蝎子の脇役にすぎない。

この羊蝎子、出されたらどざりと鍋に入れるのが本場の流儀だ。空いた皿はただちに店員へ返却する勢いが望ましい。鍋からこぼれ落ちそうになる羊蝎子をぐつぐつ煮込むうちに肉が柔らかくなり、骨から身が簡単に剥がれるようになる。その頃合いを見計らって、エイヤと取り出す。

かぶりつく前にタレを準備しておくのだが、常連たちは店が提供する既製品ではなく、調味料と薬味が並ぶ専用コーナーで自ら調合する。本場の配合は、たっぷりのごま油に大さじ2杯の腐乳(豆腐の発酵食品)、食塩とネギ、ニンニク、生姜、パクチーを少々。小皿の上でペースト状になるまでかき混ぜてできあがり。

鍋から取り出した羊蝎子

は別皿で待機させておく。骨の部分を手でつかめるまで冷ますもよし、使い捨て手袋を片手にはめ、箸で肉を取り出すもよし。

前出のタレに羊蝎子をちょこっと付けて食す。最初の一口を噛みしめた瞬間、肉の旨みがじわりと口の中に広がり、肉に染み込んだスープが溢れ出す。生姜や八角、シナモン、唐辛子などのスパイスが味を引き立てる。柔らかい脂身と少し

歯ごたえのある肉の部分の食感、香ばしさ、旨みのコラボレーション。自然と次の塊に手が伸びてしまう。

骨や骨髓から出るコラーゲンは健康や美容にも嬉しい、煮込む時間が長いほどスープが濃厚になり体を温めてくれる。そこに脇役として他の具を加えるのもよいが、メインだけでもまったく飽きがこないのは、常連客の卓上に高く積まれた骨の山が証明していた。

## 四川よりもホットな湖南料理の名店

続いて、上野にある湖南料理の有名店「李厨」へ。高田馬場に姉妹店があるが、中国人が利用するSNSによると、上野店では確実に同省出身の料理長が腕を振るっているという。

その噂どおり、辛さの中に多彩な味わいをもつメニューが豊富だ。筍と燻製肉の炒めもの「干鍋腊肉脆

笋」や、魚の頭まるごとの蒸しもの「剁椒魚頭」(1980円)などの人気メニューに外れなし。「正宗(本場)の味付けで!」と言い添えて注文すれば、湖南料理ならではの「酸辣味(酸っぱ辛さ)」を堪能できる。

辛さもいろいろ、好みもいろいろ。ということだ、



## 李厨（上野・湖南料理）

東京都台東区上野7-3-2 GE上野駅前ビル2F  
TEL 03-6231-7760  
11:00~15:00/17:00~23:00

初心者はずまず焼き唐辛子とピータンの冷菜「播椒皮蛋」（880円）や、豚肉の農家風青唐辛子炒め「農家小炒肉」（1280円）という、間違いなく白米に合うおかず系から試されたい。壺入りの播椒皮蛋は、ピリツとした辛さと豊かな旨みが調和した一品。ピータンの風味とクリーミーな食感に、熟成された卵の深いコク。そこに軽く焼いた青唐辛子をすりつぶして作った辛みが重なり、レンジで

よそって白米にどさりとのせれば、何杯でもいいける。パクチーやネギ、ピーマンの香りが味をまとめ、濃厚かつ爽やか。

農家小炒肉は、ジュースで香ばしい豚肉と、野菜のシャキシャキ食感がポイント。ニンニクや生姜が利いた特製タレの絡み加減は浅すぎず深すぎず、こちら

も白米が進むひと皿。いずれも家庭料理だから、料理人の腕が問われる。ブレない鉄板の酸辣味

を求め、夜は中国人客でこった返す。昼に少数で訪れ、定食ものに播椒皮蛋を追加してシェアするのも一興だ。

ちなみに白米はお櫃で出されて、常連客に倣って、ぜひ気合で完食を。

## 気安い見た目の奥にガチ中のガチな味

訪日外国人客が目立つアメ横を歩いて、御徒町へ足を運ぶと、JR駅手前の路地裏の2階に「王さん私家菜」はある。一見よくあるガチ中華の外観だが、店主も料理人も貴州人のこの店のウリは、自家製泡菜（野菜を乳酸発酵させた漬物）をふんだんに使った郷土料理にある。

店の至る所に鎮座する大きな甕には、実家に代々伝わる漬け汁に、茎レタスや唐辛子、ドクダミの根、サゲ、キュウリ、大根の皮などの泡菜を仕込んでいる。炒め物や鍋料理に用いるには、ほど良い酸味と塩味が出る食べごろを見極めなければならない。つまり、

泡菜を使う料理は期間&数量限定。通常メニューで紹介できないから、店主が納得した時のみ、手書きの

壁メニューで告知している。

取材当日は、燻製干し豚肉とドクダミの根を炒めた「腊肉炒折耳根」（1680円）と、

インゲン豆の漬物と挽肉の辛味炒め「酸豆角肉末」（180円）の2品を薦めてくれた。噛むほどに旨みが広がる腊肉は、豚肉を塩漬けてから燻製にしたもの。ドクダミ特有のほろ苦さと風味は、腊肉の重厚な香ばしさのおかげで、そんなに気にならない。



## 王さん私家菜（御徒町・貴州料理）

東京都台東区上野4-2-8-2F  
TEL 03-5826-8313  
11:00~23:00

さわやかな酸味と強めの塩味が特徴の酸豆角は、挽肉の旨みを引き立て、深いコクを引き出していた。

そして、2品とも鮮烈に酸っぱ辛い。唐辛子の泡菜のしわざである。箸で探ってひと口かじっていると、店主が「ビールお代わり？」とにっこり微笑んでいた。

## 父が作った味を息子が伝える小籠包

次に、阿佐谷の住宅街の一角、中杉通りに面した「みんなん小籠包」へ。24年

8月の開店以来、中国人が連日列を作る、話題の一軒だ。



# 日本人が知らない「シン・ガチ中華」



**みんな小籠包**  
(阿佐谷・浙江料理)

東京都杉並区阿佐谷南3-32-1  
藤澤ビル1F  
11:00~20:00  
(土日は21:00まで、水定休)

ゆつくりとくつろぐ店構えではない。客席スペースはあるが、大半は持ち帰り客で、屋台に近いスタイル。取材当日は10席ほどの店を4人の店員がフル稼働でまわっていた。

店主兼料理長は浙江省紹興の出身。父親は北京へ出て30年以上、飲食店を経営していた。営業時間は早朝5時から深夜23時まで。竹の蒸籠から立ち上る柔らかな湯気と懐かしい香り、そこに集まる地元客、そして父親の背中を見て育った。しかし、そんな店を襲ったのがコロナ禍。2店舗に

拡大した店を泣く泣くたたんだ父に向かい、「この世でいちばん旨い小籠包を日本で出したい」と手を挙げたのが、日本に留学経験のある息子だった。

日本人がイメージする小籠包といえば、薄い皮と熱々の肉汁たっぷりの上海式だろう。

しかしこの店の「小籠包」(6個660円)はまったく違い、面包(中国のパン)か中華饅頭のような見た目の杭州式。それだけで、本場感に期待がふくらむ。

注文を受けてから具を詰

めて調理するのが父子相伝の鉄則だ。少々待たされた分、出されたらすぐ、黒酢のみでひと口で食す。香ばしい厚めの皮はほんのり甘く、歯応えのある具材の肉はジューシーでほくほくだ

## 「食は台湾にあり」を実感する隠れ名店



**茶屋 (中井・台湾料理)**

東京都新宿区中落合1-20-16  
TEL 03-3361-5830  
18:00~23:30 (月・火定休)

常連として顔を覚えてもらえる至福は「茶屋」で味わえる。西武新宿線・都営大江戸線中井駅近くの妙正寺川沿い。看板には「台湾居酒屋」とあるが、そのた

たずまいは昭和の小料理屋そのもの。小上がりの畳席に上がれば、在日41年の台湾出身の女将の自宅に招かれたかのような気分になる。

この店では、メニューを吟味せずに、女将のお薦めに委ねるのが流儀だ。

取材当日は、生の素材を活かしたしじみの醤油漬「鹹蜆仔」(700円)と、海老の紹興酒漬「紹興醉

血のプディング  
「鴨血豆腐」(750円)をニラと一緒にさっと炒めてくれた。

「お酒に合いますよ」

これもちろん旬の隠しメニュー。再訪を誓うひと皿だった。



「老年格差で負けない  
人生の黄金期は70代だ!」

正月編

# AIこそ、 高齢者の味方だ



和田秀樹 ころと体のクリニック院長

## 和田秀樹

AI搭載のロボットが家事や介護をサポートし、自動運転の車いすが移動を自由にしてくれる。さらには認知症予防にも——。AI時代は長生きすることが楽しくなる、と話すのはベストセラー『80歳の壁』の著者、和田秀樹氏だ。老化予防の常識を覆す和田氏の新提言をお届けする。

AIとITは別物だ

2025年がどんな年かをはっきりと予言できないが、大阪万博が開かれるのは間違いない。

実は、私は1970年の万博に感激した口だ。月の石より、やはりコンピューターが我々の暮らし

にどんな形で入ってくるのかを見せてもらえ、子ども心に未来を想像して気分が沸き立ったものだ。今回は、AIが主役になるだろうと勝手な想像をし

ている。

シニア層の人にとってみれば、そんなの関係ないと思われるかもしれないが、おそらく、それはデジタルデバイド（情報格差）の後

遺症と言えるかもしれない。

たまたま『AIを賢く利用して老後を図々しく生きる』という本を昨年の12月に出した。

そこで一番強調したかつ

わだ・ひでき 1960年、大阪府生まれ。東京大医学部卒。精神科医。高齢者専門の精神科医として30年以上にわたって高齢者医療の現場に携わる。著書に『80歳の壁』（幻冬舎新書）、『老いたら好きに生きる』（毎日新聞出版）、『AIを賢く利用して老後を図々しく生きる』（日本実業出版社）など



たのは、AIとITは違うということだ。

ITというのは、パソコンにしてもスマホにしても、かなり複雑な操作を覚えな

いといけない。もちろん、それをクリアする人は大勢いて、それを使って自己発表をしたり、友達を作ったりして、スマホが使えてよかったと幸せを感じている高齢者も少なくない。

一方で、それに乗り遅れて、世の中がスマホが使えないとファミレスで注文もできないようになってい

るために、高齢者は疎外されていると感じる人も大勢いるのは確かだろう。

だから、AIが普及しても高齢者は置いてけぼりと思っている人も少なくないはずだ。

しかし、AIとITは根本的に違う。

AIは人工知能なので、我々のニーズに対して向こ

うが考えてくれる。ITはテクノロジーなのだが、要するに道具だ。だからスマホであれ、パソコンであれ

こちらが使い方を身につけないといけない。そう言われてもピンとこないかもしれないが、要するにAIはドラえもんのようなものだ。

のび太君が困っている

と、それに合わせて助けてくれるものを提供してくれるのだ。

たとえば、AIを搭載した自動運転の車であれば、それに座り、行き先を言うだけで、そこまでの経路だけでなく、飛び出してくる子供も予知して、事故を起

## 老後の不安がAIで消える

AIがシニア世代の味方なのだと私が言いたい理由の最大のものは老後の不安の多くがAIで解決されることだ。

たとえば認知症の不安で

こさずに目的地に連れて行ってくれる。

行き先の住所を言う必要すらない。それもAIが探してくれる。帰りは「家に帰りたい」と言うだけでいい。

家の住所も向こうが覚えていてくれるのだ。

要するに命令さえできれば、自分の思うとおりにするのがAIなのだ。

まだ、そのレベルには至っていないが、これからどんどん進歩するから、究極的にはそんなふうになると考えてよい。

大阪万博では、どのレベルまで進歩しているのか見ものだと私は楽しみにしている。

ある。

認知症は、初期のうちは基本的に記憶障害が目立つが、理解力などは落ちないし、人との話も通じる。

鍵とか財布をどこに置い

たのか忘れてしまつて、探すのにもすごく時間がかかったり、ひどい場合は、誰かが盗ったと騒ぎ、警察を呼んだりするのだが、普段は人とともに会話がで

きるというのが初期認知症のパターンだ。

それに対してカメラとAIが内蔵された腕時計のよ

うなものを常時身につけていれば、カメラで撮った映像をドライブレコーダーのように記録したものをAIが解析してくれて、昨日の何時何分にテーブルの右端に置

きましたよと教えてくれる。冷蔵庫をあけるたびにその腕時計AIが記録してく

れるので、昨日トマトを買ったのに、スーパーでまた買おうとすれば、「昨日買いました」と教えてくれる。

このように多くの記憶障害はAIが解決してくれる。

理解力が落ちてきても、いろいろな形で、わかりやすく言い直してくれるだろ

う。それでもわからなければ、もつとわかりやすい言葉を用意してくれる。

AI研究者の落合陽一さんに聞いた話だが、当初2026年くらいにAIが人間の国語力に追いつく予定だったのだが、23年に追いついてしまい、それでチャットGPTのようなものが実用化されたという。

ということでAIの理解力や判断力は、人間の賢い人レベルに達している。

たとえば認知症で6歳の子どもくらいに理解力が衰えても、ハイレベルな読み物や話を6歳の子どもにわかる言葉に変換してくれる。判断力が落ちたらAIに判断してもらうということも可能だろう。

すでにチャットGPTが可能にしてくれているように、話し相手にもなれる。

悩み事を相談したり、愚痴をこぼした際に、一般的な、あるいはそれより賢く

て冷静なレベルで、それに返答してくれる。

ということでは孤独の不安もAIが解消してくれる。

ついでにいうと、AIが

岸田文雄前首相の声と抑揚でそっくりに話すという技術が話題になったが、AI

との会話はロボット語のようないくつかの音声ではない。

福山雅治のような優しい

## AIで在宅死が可能に

私がもっと期待しているのは、AIを積んだロボットだ。

AIは自分で考えることができるし、経験や知識が増えることで学習していく能力もある。

だからAIが毎日の料理のレシピを考えてくれるなど朝飯前だ。

ならばそれをロボットに搭載すれば、毎日料理を作ってもらったって可能になるだろう。

ロボット掃除機は既にあ

声とイントネーションでしゃべりかけてくれることも可能だ。

毎日のその会話が楽しみになる人もいようだろう。

また、認知症の人も常時話し相手がいれば、進行は遅くなる。

ということでは認知症の不安や孤独の不安をAIは一気に解決してくれるのだ。

るが、人型のロボットなら天井の掃除や窓をきれいにしてくれるだろうし、風呂やトイレの掃除もしてくれるから大助かりだ。

それどころか、介護が必要になった時に何でもしてくれるのがAI搭載のロボットの強みだ。

こちらが命令すれば、入浴介助もできるだろうし、車いすに乗せてくれることも可能だろう。

今、人間ができることは

たいいてAIができると考

えてよい。

AIの声は素敵<sup>すてき</sup>な人の声にできると話をしたが、今は3Dプリンターが発達して、家を建てることもできる時代だから、ロボットだって、それこそ福山雅治さんや大谷翔平さんや北川景子さんと同じルックスのもののは作れる（もちろんモデルの人の許可は必要だが）。そんな美男美女が家事全般や介護をやってくれるのだ。

そして美声で話し相手になってくれる。

今から20年前の愛知万博のときに、既に2本足で踊ったり、受付業務ができるロボットが開発されていたのだから、こういう話はまったく夢物語ではない。

こういうロボットが1台あれば、老人ホームに入る必要がなくなる。

最期まで在宅というのは十分可能になる。

医療についても、おそ

くはビッグデータとか、世界中の論文をみて、最適の健康管理を提言してくれるだろう。

今の医者より、はるかに薬を減らして、寿命を延ばしてくれる医療が提供される。あとは、薬などもロボットが取ってきけたら、在宅で十分な末期医療が受けられるはずだ。

老人ホームにも病院にも入らないままで死ぬことが可能になり、最期まで酒も飲めるし、好きなものを食べることができ。タバコだってOKだ。

こうなると、自分の介護を考えて、子どもに媚<sup>こび</sup>を売る必要がなくなる。

寂しいから再婚したいのに、子どもの反対に遠慮する必要もなくなるのだ。

あるいは、気の合わない配偶者と、介護の不安から

ずっと別れられないということもなくなる。

最期はAIを積んだロボットがなんでもやってくれと聞き直れば、好き放題に生きることができ。

ついでにいうと、老人ホームに入らずに、最期まで生活できるなら、2000万円くらいしてもそのロボットは売れる。

テスラの電気自動車も当初は1000万円くらいの値段なのに売れたから、一気に実用化した。昨年船井電機が倒産したが、ああいう会社が社運をかけて、す



## AIこそ、高齢者の味方だ

わがままで厚かましい  
高齢者が幸せになる時代

ごいロボットを開発してくれば、日本の将来は明るいのだが、そういうことに

チャレンジしようとする経営者が見当たらないのが情けない。

多少、周囲の人に嫌われても、最後はロボットが話し相手になってくれるし、介護もしてくれるのなら、それこそ「嫌われる勇氣」も持てるだろうし、好きに生きていくという選択も可能になる。

最初にのび太とドラえもん

んの話をしたが、あのマンガが面白いのは、のび太の要求が厚かましく、ユニークだからだ。

AIはどんどん進歩していくだろうし、AIに対して厚かましい要求をする人が増えるほうが、AIがいろいろなことができるようになる。

ステイブ・ジョブズの要求水準が高かったから 아이폰が発達したように、今の技術者は経営者の要求のほとんどをかなえることができる。

厚かましい要求をするほうが偉いのだ。

孤独や嫌われることを恐れず、ロボットに厚かましい要求をするわがままで厚

かましい人が時代を進歩させるようになるのだ。

高齢者はおとなしくしていろいろ世論は、日本の発展の邪魔でしかない。

モーターの技術も蓄電池の技術も世界でトップレベルだったパナソニックが電気自動車を作れなかったのは、厚かましが足りなかったからだろう。

私のみるところ愛知万博の時に、あのレベルのロボットを作れる技術があった日本で、20年後の大阪万博でこのレベルのロボットを見ることができないとしたら、それは技術者の問題ではなく、経営者の発想力、そして厚かましさの乏しさにほかならないと私は考える。

ということで高齢者ももっと厚かましくなるべきなのであって、おとなしく世間の邪魔にならないように、なんて思うのは、日本のためにならない。  
大阪万博で作ろうとした

空飛ぶタクシーは金がかかりすぎて、数台しか飛ばないという話だ。

一方、ウクライナとロシアの戦争でドローンが大活躍し、わずか500ドルのロボットが爆薬を積んで、40<sup>キ</sup>先の目標を正確に攻撃している。ならば1万<sup>ドル</sup>くらいあれば、60<sup>キ</sup>の人間を乗せて40<sup>キ</sup>くらい飛べるドローンを開発しようとなぜ思わないのか。

ドローンを使うという発想があればこんなことにならなかったはずだ。

たとえば、「交通戦争」と言われた1970年代

に、大量の歩道橋が作られたが、そのほとんどにエスカレーターがついていないために、手押し車を押す脚の弱った高齢者が道を渡れない。

そういう人に一時的にドローンになる車いすが用意できたなら、人々の可動域はずっと広がる。

2年ほど前、講演会の帰りに金毘羅さんに通りがかったことがある。

1000段を超える階段を上らないと本堂につけないということで、心不全の持病を抱えるので、今行っておかないと、数年後では無理と思い、そのときに上った。

でも、そういうドローンがあれば、金毘羅さんどころか富士山に登ることも可能だ。厚かましい要求がないから（あとはそれを邪魔する公権力のために）それが実現しないだけだ。

AIは老後をどんどん幸せにしてくれるポテンシャルがあるし、何か困ったことがあれば解決してくれる。高齢者が厚かましい要求をして、どんどん世の中を進歩させてくれるのがAI社会というものだ。

希望と欲望をもってAI社会の原動力になってほしい。



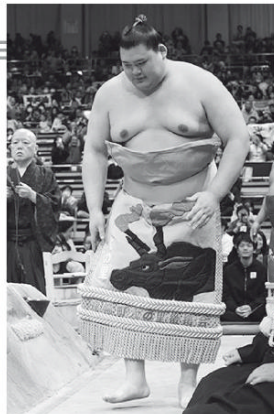
# し、目が離せない



琴櫻(奥)にはたき込みで敗れ、悔しい表情を浮かべる豊昇龍  
福岡国際センターで 2024年11月24日



豊昇龍との取組前に塩をまく  
琴櫻 福岡国際センターで  
2024年11月24日



2024年九州場所14日目  
大の里の土俵入り



2024年春場所 110年ぶりの新  
入幕優勝の前頭・尊富士が一  
夜明けて記者会見  
2024年3月25日

## 空前の

# 令和の大相撲ブーム

スピード出世で100年に1人の逸材と称された若手力士、大横綱を祖父に持つ俊英など、相撲界に続々とニュースターが誕生している。今年は照ノ富士の1人横綱時代にピリオドが打たれそうな予感。土俵の上での熱き戦いを見逃すな！

## 来る？

初場所の入場券は  
すでに完売！

昨年、令和6(2024)

年は長い大相撲の歴史においてもエポックメイキングな年となった。その数多い主役の一人が尊富士だ。

入門からわずか10場所目で新入幕優勝という110

た。将来を大いに囑望されたニュースターたちの出現は、今年の相撲界の盛り上がり期待させる。

こうしたムーブメントは、

いずれも第一人者である横綱照ノ富士が休場した場所

で起きている。横綱不在の

留守を預かる大関陣は優勝

争いで、大銀杏もまだ結え

ない彼ら、ぼつと出ぐの後

塵を拝する展開に終始。横

綱に次ぐ相撲協会の看板力

士として、大きな屈辱を味

わってきた。

先の1年納めの九州場所

も照ノ富士は全休。優勝候

補には「100年に1人の

逸材」とも言われ、前場所

は2度目の優勝を果たした

新大関大の里を筆頭に挙げ

る声も少なくなかったが、大

関デビュー場所は本来の圧

倒的なパワーや勢いにも欠

け、優勝戦線からフェード

アウトしていく姿を横目に、

奮起したのは琴櫻、豊昇龍

の既存の大関陣だった。

相手の攻めにうまく対処

しながら、やおら得意の右

四つに組み止めて最後は盤

石な形で仕留める琴櫻に対

し、豊昇龍は低く鋭い立ち

合いから、激しく相手を突

き上げてそのまま一気に押

し込むか、右の廻しを取っ

て常に自分から先に仕掛け

て勝負をつけるという、全

く対照的な相撲ぶりで両者

は快調に白星を積み上げて

いった。

誰が優勝するか予想もつ

かない番狂わせの場所も

面白いが、番付上位力士が

優勝争いをけん引する展開

はやはり土俵が引き締ま

る。両大関は他の力士の追

随を許さず、ともに1敗の

まま千秋楽を迎えた。

大関同士による楽日相星

決戦は21年ぶり。ピンと張

りつめた緊張感が漂う千秋

楽結びの土俵で、先手を取

ったのはやはり豊昇龍だっ

た。右からの喉輪を何度も

繰り出して押し込み、琴櫻

は上体がのけ反るが、下半

身は根が生えたように揺る

がない。相手の右からの上

手出し投げも余裕を持って

残すと最後は叩き落とした。

終わってみれば、琴櫻の安

定感が際立った一番だった。

相撲ジャーナリスト  
**荒井太郎**

あらい・たろう 1967年、東京都生まれ。早稲田大卒業。専門誌に取材執筆しながら、テレビ、ラジオ出演、コメント提供多数。『大相撲事件史』『知れば知るほど大相撲(舞の海氏との共著)、近著に元横綱・稀勢の里を描いた『愚直』など著書多数



# 実力派人気力士が続々誕生

悲願の初優勝を達成し、インタビューでは「決定戦を経験したり、優勝に近づいてもできない場所が続いて、苦しい思いもあった」としみじみ。関脇時代の1年前の初場所は優勝争いの単独トップに立つも、照ノ富士に本割、決定戦とも敗れて賜盃をさらわれた。先の夏場所も小結大の里とトップに並びながら、場所の大詰めで阿炎に痛恨の逆転負けを喫して涙を呑んだ。

やつとの思いで手繰り寄せた初賜盃だったが「正直、実感がそんなに思っていたよりなくて。自分ではもっとあるかなと思っていたんですけど」とさほど感慨がなかったのは、更なる高みを見据えているからなのであろう。

これまでになかった盤石な相撲ぶりと隙のない土俵際の詰め、険しい表情を崩さず、他者を寄せつけない

緊張感に満ちたオーラを身につけた27歳の関脇は、満を持して綱取りに挑戦する。横綱初代琴櫻を祖父に持つ2代目は、幼い頃から横綱へと続く相撲道を叩き込まれてきた。小学生の頃、ある相撲大会で獲得した銀メダルを誇らしげに見せると「2位ということは、誰かに負けたんだな」と怒られた。以来、優勝したト

ロフイーやメダル、賞状以外は、祖父の目が届かないところに隠すことになった。「優勝しましたと(墓前に)報告しても、喜んでくれるかわからない(笑)。そんなじゃ(横綱に)上がないぞと言われないように」と偉大な祖父から受けた薫陶は、全身に染みついている。

## 平成初期は群雄割拠、令和は…

大一番に敗れた豊昇龍は、関脇での初優勝以来となる2度目の賜盃はならず。それでも13勝は立派な数字だ。上手狙いの変わり気味の立ち合いや、強引な投げは影を潜め、相撲内容も正攻法に進化した印象を受け、審判部は初場所が両大関によるダブル綱取りの位置づけになるとの見解を示した。叔父が横綱朝青龍である

体が応援してくれたけど、大関になると負ければ歓声が起きる。今までは違いますがね。横綱に上がる人は、こういうプレッシャーをはね退けて上がっていくんだな」と責任ある地位に就いたことを身をもって実感。場慣れした初場所は、巻き返しを図ってくるはずだ。

この1年は休場がちだった横綱照ノ富士は、九州場所後の冬巡業でいきなり稽古相手に大の里を指名。関取衆相手に相撲を取ったのは、名古屋場所千秋楽以来、約5カ月ぶりだったが、得意の右四つに組み止めれば新鋭の大関も歯が立たず。いまだ健在ぶりを見せつけた第一人者は「九州場所中も筋トレで追い込んだり、毎日できることをやっています。毎場所出たいと思っています。毎場所出たいと思っているんで」と初場所出場にも意欲を示した。

この1年は休場がちだった横綱照ノ富士は、九州場所後の冬巡業でいきなり稽古相手に大の里を指名。関取衆相手に相撲を取ったのは、名古屋場所千秋楽以来、約5カ月ぶりだったが、得意の右四つに組み止めれば新鋭の大関も歯が立たず。いまだ健在ぶりを見せつけた第一人者は「九州場所中も筋トレで追い込んだり、毎日できることをやっています。毎場所出たいと思っています。毎場所出たいと思っているんで」と初場所出場にも意欲を示した。

関脇、小結陣に新顔こそないものの、大栄翔、若元春、阿炎、若隆景と優勝や大関取りを経験している実力者が勢揃いし、充実の陣容だ。

全盛期を迎えようとしている両大関のダブル綱取りで幕を開ける令和7年は、複数の横綱誕生も期待大。実績十分の役力士の中から、大関を掴み取る者も出てきそう。

令和6年は28年ぶりに全6場所90日間で入場券が完売する「札止め」をマーク。新年初場所もすでに前売りは15日間完売だ。平成初期は群雄割拠の時代を経て、若乃花、貴乃花の「若貴」や曙、武蔵丸、貴ノ浪ら、ヤングパワーが台頭して空前の相撲ブームが巻き起こった。役者の顔ぶれが揃ってきた令和の時代にも、そろそろ大相撲ブーム到来を予感させる。

▼昨年九州場所千秋楽では大関同士の相星対決、今場所はダブルで綱取り  
▼琴櫻、豊昇龍の大関陣を猛追！若手もベテランもしのぎを削る

# 木工製品を制作する木地師の挑戦

## 自給自足の先にある 百姓としての未来

海目の目の前という環境と、町の人の温かさが決め手で移住を決意  
震災は大きな試練だったが、自給自足を実践するという夢を明確にした  
多岐にわたる技術を身につけ家族とともに生き抜く力を養いたい



### 田中俊也

たなか・しゅんや「木漆工をき」代表。1986年大阪府出身。金沢美術工芸大学で漆・木工を専攻。アート作品制作を経て、石川県輪物職輪技術研修所で5年間修業を積む。2015年、能登半島にある志賀町に移住し木地師として独立し、漆器の木地制作を手掛けている

### 能登の地で見つけた 終の棲家

——木地師のお仕事についてお聞かせください。

木地師とは、ろくろを使って碗や盆、盃などの日用木工品を加工・製造する職人のことです。現在、制作した木地は輪島や京都、東京などに卸しています。

能登では若い木地師が少なく、地震で離れていった方も多いので、被災後に戻ってきた自分は「よく帰ってきてくれたね」と言われることも少なくありません。この仕事を次世代に繋いで

ライター・矢島まどか

能登地方を襲った地震から1年が経つ。壊滅的な打撃を被りながらも、以前の生活を取り戻すべく復興に力を注ぐ人々がいる。震災後、能登に暮らす人々は何を感じ、何を思うのか。能登に生きる人々のリアルをお伝えする不定期連載の第1回は、10年前に移住したある木地師の「いま」の姿をお届けする。

いかなければ、という責任も強く感じています。また、木地の制作から漆の塗りまで一貫して行う自身の作品創りも行っています。

——志賀町に移住したきっかけは。

志賀町に移住したのは2015年です。もともと全国どこでもいいから自分たち夫婦に合う場所を探そうと思っていましたが、日本全国を探するのは途方もないことだと気付いて（笑）。大学時代によく遊びに行っていた能登を回ることになりました。

能登町や珠洲、七尾など



を3年かけて探しまわって、最後に出会ったのが志賀町です。たまたま入った商店で出会った方から紹介してもらった家に一目惚れし、即決でした。海目の目の前という環境と、町の人の温かさが決め手でした。初対面で「住む家を探している」なんていう自分たちに親切にしてくれた近所の方たちを好きになったんです。

古民家は自分たちで工夫しながらDIYし、元々あった蔵を工房にして、自給自足の生活を目指しました。

町で挙げた結婚式の様子（地元の伝統的な「縄張り」が町報誌の表紙を飾ったことで、知らない人からも「お





ひとつひとつ丁寧に制作していく

「田中さん！」と声をかけられるようになりました(笑)。お陰で地域に溶け込むのは早かったんじゃないでしょうか。

## 震災がもたらした 新たな決意

——地震発生後、京丹後へ  
移り住んでいた田中さん一  
家。志賀町に戻られた理由  
を教えてください。

令和6年能登半島地震で  
家が全壊判定を受け、家族  
全員で京都府の丹後に避難

していました。そのまま向こうに住む選択肢もありましたが、子どもたちが「志賀町に帰りたい」と言ってくれたことが能登に戻ろうという気持ちを後押ししてくれました。

震災は大きな試練であった一方で、志賀町を拠点に自給自足を実践するという夢を明確にする契機にもなりました。畑で穫れた野菜や山の幸、海の幸を家族で楽しむ、それが何よりの贅沢です

——自給自足の暮らしを目指すきっかけがあったのでしょうか。

漠然と、今の日本でどう生き抜くかを考え続けてきました。志賀町の自然豊かな環境は、自給自足の理想を追求する上で最適な場所だと感じています。狩猟免許や船舶免許も取

得したので、電気工事士の資格なんかも取れたらいいなと思っています。家族で住む場所、家族が食べるものくらいは、すべて自分たちで賄うことが理想ですね。開拓しがいのある山、海、田んぼなどが揃っているこの土地で、自分で手を動かしながらわくわくするような生活を作りたいです。

——今やりたいことはなんですか？

かねて掲げていた自給自足の生活を目標にして狩猟と船、田んぼの準備をしています。同時に、災害時に対応できるような水道や電気に頼らないオフグリッドの家も建てる予定です。有事の際はうちを拠点に集落の人が集まれるような、みんなの助けになれるような場所をつくりたいんです。

震災が起きたからこそ今までやろうと思って考えていたことは間違いじゃなかったと思えたし、僕らが目

指していたものはこれでよかったんだと思えた。地震はたまたまだけど、大きなきっかけになったことは間違いないです。

志賀町としてもオフグリッドに力を入れていく構想はあるようなので、モデルケースになって災害に強い町になる第一歩を自分たちの足で踏み出したい。若者が移住してくれるような強い町を一からつくってきたい。志賀町に帰ってきたからには、ヤル気満々です(笑)。

——木地師としての使命と新たな挑戦についてお聞かせください。

震災後に解体されていつている家の大黒柱などを使ったお椀作りを考えています。解体されてしまう家の材料を活かしてお椀や器を作れたら、その家の記憶を形に残すことができる。地震で解体せざるを得なかった家が数え切れないほどあって、寂しがってる人を

たくさん見てきたからこそ、自分にできることはなんだろうと考えました。

生まれ育った家の木材から、ひと家族分くらいのお椀セットなんかを作れたら喜んでくれるんじゃないかな。近所でよく遊びに行ったり一緒にごはんを食べていたおじいちゃんの家が解体されてしまうので、まずはそこで形にするつもりです。なにもしなければ全部ゴミになってしまうものを形に残したいですね。

——田中さんが目指す未来とは。

何でもできる「百姓」になりたいです。木地師としての自分はもちろん、狩猟や農業、漆の仕事など、多岐にわたる技術を身につけながら家族とともに生き抜く力を養いたい。今年4月には東京・麻布での展覧会も予定しているため、自身の作品創りにも力を入れています。

# あの人への手紙



## 貴方へ

貴方<sup>あなた</sup>は私の亡き夫に生き写しです。いえ、風貌ではなく仕事に対する情熱や、こだわり、妥協を許さぬその姿勢、一見頑固とも思われるその性格すべてが、私の夫そのままです。

亡き夫は考古学者でした。石器時代が専門ですが、行政発掘なのでどの時代の遺跡も掘り、多岐にわたる仕事内容には小学校での縄文土器の作成指導などもありました。夏休みを利用することが多く、暑さの中での作成、野焼きなどは大変でした。

研究に没頭すると昼も夜もなく、その性格が災いしたか70歳でがんになり天国へと旅立ちました。残された私は自分の人生も終わったような虚<sup>むな</sup>しい気持ちにさいなまれ、著名な学者の妻と言われても心寂しい日々を送っていました。

ある日の午後、ふとのぞいたギャラリーに貴方はいたのです。

ドアを押して中へ入るなり、私の心は奪われてしまいました。

した。そこには黄瀬戸や織部の美しい陶器の数々、素敵<sup>すてき</sup>な花活<sup>い</sup>けが並んでいました。

発掘と陶芸の世界は違えど、酷暑の夏も極寒の冬をも乗り越えてきた二人の男性の姿が、私にははっきり見えました。

古墳を開くときと、焼成窯<sup>しやうせいがま</sup>を開くときの、恐れと期待が入り混じる気持ちは二人とも同じだったろう。

「ご興味がありませんか？」

作家の男性に声をかけられ、私は我に返った。

その日以来、私は貴方のファンとなり、春秋に開催される作陶展は私の唯一の楽しみとなりました。季節が巡<sup>めぐ</sup>る毎に貴方の作品に出会えることが、私の無上の喜びとなりました。

春の雨 秘めたる想 引き寄せる

ペンネーム

グラナダ（岐阜県） 77歳

## 投稿募集

面と向かっては言えないこと、今となっては伝えることが叶<sup>かな</sup>わないことなどを「手紙」という形で本誌に投稿しませんか。「出せなかった手紙」「書いておきたい手紙」を「あの人」へ。最愛の家族や友人、恋心を抱いた「あの人」や、会社の同僚や仕事で知り合った「あの人」、そして今はもういない両親などへ——。対象は問いません。400～600字程度。採用分には粗品を進呈いたします。

## 【応募方法】

住所、氏名（匿名またはペンネームも可）、性別、年齢、職業、電話番号を明記の上、〒102-0074 千代田区九段南1-6-17 サンデー毎日編集部「あの人への手紙」係 へお送りください（メールの場合は t.sunday@mainichi.co.jp）。

ご注意 応募作品は、応募者本人作成の未発表作品に限りです。応募作品の著作権は応募者本人に留保されるものとし、応募者による応募作品の利用は妨げません。応募者は、応募作品が弊社の刊行物（電子版を含みます）や各種インターネットメディア、広告その他弊社が許諾する媒体にて掲載、展示その他の方法により使用されることを了承するものとします。投稿の返却や採否の連絡は原則的にいたしません。採用の際に、編集部で表現や長さを調節することがあります。



◆川嶋みどり(93) 看護の本質とは、体本来の治る力を引き出すこと

12月29日号 働き始めて最初に関わった9歳のトシエちゃんの全身を丁寧に洗って明るく最期を送った話は鮮烈でした。患者に直接触れることの大切さを強調しながら、現在の病院の厳しい現状を認めつつ現実に向き合う。91歳で始めた合気道の話は私への提案にも思えました。

93歳の今なお今日の一日を反省する。そのさわやかな生き様に元気つけられました。(福岡県・松浦秀幸・57歳・会社員)

◆日本史・今までにない人物伝Ⅱ同 「今までにない」との意味が、よく理解できました。「荒城の月」「箱根八里」などの名曲で知られた作曲家滝廉太郎の伝記を詳しく知ることができました。多彩な人間関係の紹介とともに、彼の人物像も、

生き生きと浮かび上がってきました。

廉太郎は音楽の才能に恵まれ、ドイツに留学するのですが、病魔に侵され23歳という若さで夭折しています。才能に恵まれた彼には、無念でやりきれなかったでしょう。(栃木県・河村平八郎・63歳・会社員)

◆今年、旅立った人々Ⅱ 1月5―12日合併号 馴染

みのある方々が多く旅立ちました。自分自身がそんな歳ごろになったからでしょうか。特に西田敏行さんが急逝されたのは驚きました。映画「学校」での夜間中学の教師役の西田敏行さんには、自分が教師の道を選んでよかったと思わせてもらえました。また、私の生徒たちが文化祭で東日本大震災支援を取り上げたとき、手描きの自画像に「一年五組の皆さんのやさしさに感謝」と書いた色紙を送ってくださいました。全身



### 投稿お待ちしております

郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記。採用者には図書カードを進呈します。記事についての感想、提言、編集部への提案、情報提供など歓迎します。

【郵送】〒102-0074 千代田区九段南 1-6-17 サンデー毎日 編集部「読者から」係あて

【メール】t.sunday@mainichi.co.jp



からやさしさがにじみ出る西田敏行さん、ありがたうございました。どうか穏やかに眠りください。(大阪府・田中康之・63歳)

◆年末年始に必見 心が動く! 配信動画厳選43本Ⅱ

同 友達に、近所のスポーツクラブの会員になった人がいます。最初は、「自分を追い込んで、汗かいてさあ。最高だよ。お前もやったらいいのに」とか言ってましたが、久々に会った時は、ほとんど行っていないと言っていました。解約したのかと聞くと、そのままというので、もったいないなと思いました。

私、今号の特集を見て愕然としました。サブスク動画、ほぼ、契約しているんですよ。でも、私、スポーツクラブを解約しろよ! みたいには思いませんでした。こんなにいいコンテンツがあるなら、この冬、見なきゃと思いました。せつ

かくお金、払ってるんですからね。やめるのいいけれど、上手に利用するのも大事ですよ。(愛知県・竹内祐司・61歳・会社員)

◆冬に要注意! な3つの病気Ⅱ同 季節柄大流行するインフルエンザは納得したが、ノロウイルスは夏場の食中毒の原因となる病原

体なのでピンとこなかった。また私は腰痛が持病で整形外科には昔お世話になりました。リハビリを勧められたが、今は姿勢を正してウォーキングに勤しんでいるので腰痛はほとんどなくなりました。が、気温が下がる冬場になると筋肉が硬直しやすくなり血流もよどみがちになるとは主治医から聞いていたので、腰痛が悪化するのかもしれない。この二つは季節外れのようなだが、侮ってはいけない病気だと、この特集で分かった。(新潟県・佐藤祐一・75歳)



# Sunday

## 情報 交差点

◎毎日新聞出版ホームページ

<https://www.mainichibooks.com>

X (旧Twitter) は随時更新

@tsunday3

<https://x.com/tsunday3>

次号

# サンデー毎日

2/2号

# 1月21日(火) 発売

定価550円(税込)

表紙 = 吉野北人 (THE RAMPAGE)

▼以降の刊行スケジュール▼

2/9号

1月28日(火) 発売  
定価550円(税込)

2/16-23  
合併号

2月4日(火) 発売  
定価660円(税込)

3/2号

2月18日(火) 発売  
定価660円(税込)

輸送の都合により、一部地区発売が遅れます

◎書店以外の購読案内

『サンデー毎日』のご購読は、

**定期購読** がおすすめです。

☆お申し込みは、雑誌のオンライン書店

[Fujisan.co.jp](https://fujisan.co.jp)まで。右記のQRコード、  
もしくは☎0120-223-223へ。

☆お近くの毎日新聞販売所でも取り扱いしています。



## 「サンデー毎日デジタル」で 誌面をもっと深く!

<https://nicochannel.jp/sundaymainichi/>

編集部によるライブ解説や特別コンテンツ  
もあります。デジタル版はこちら



定価改定のお知らせ

2025年2月16・23日合併号(2月4日発売)から「通常号定価」  
を660円(税込)に改定します。また、3月16日号(3月4日発売)  
から5月4・11日合併号(4月22日発売)までの8号は「特別号  
定価」770円(税込)とさせていただきます。毎日新聞出版株式会社

◎記事内容のお問い合わせや情報提供

〒102-0074東京都千代田区九段南1-6-17千代田会館5階  
毎日新聞出版 サンデー毎日編集部 Tel:03-6265-6741  
メール [t.sunday@mainichi.co.jp](mailto:t.sunday@mainichi.co.jp)

◎購読、または落丁や乱丁などの不良品のお問い合わせ

営業部 Tel:03-6265-6941

◎広告掲載のお問い合わせ

戦略営業グループ Tel:03-6265-6731

**新** 年1号目は作って  
いて楽しかったで  
す。令和の大相撲ブーム、  
葛屋重三郎、梵字をなぞ  
って開運!など盛りだく  
さん。寺島実郎氏の「ト  
ランプ2・0は日本が米  
国と正対するチャンス」  
も響きました。

### 編集長後記

専門誌の編集長7人に  
業界予測をしてもらいま  
したが、紙だけでなく「動  
画」「ネット」との連動を  
強調する編集長が多かつ  
たです。小誌も「サンデ  
ー毎日デジタル」をより  
充実させていきます。

左記のように、『サン  
デー毎日』の定価を改定  
します。コスト削減を推  
し進めてきましたが、原  
材料費や物流費が上昇し  
ているためです。より内  
容を充実させていきます  
ので、変わらぬご愛顧を  
賜りますようお願い申し  
上げます。(藤後野里子)



# 大学入試に 勝つ! 2025 年度版

## 全国500校 展望と対策

## 大学受験を控える家庭 教育関係者に必携の一冊



[サンデー毎日増刊]  
好評発売中 定価770円(税込)

河合塾・駿台・東進・ベネッセ

### 4大模試最新難易度

全国766進学校 進路指導が推す大学

### 志望大学選びは 「就職力」を見よ

### 250大学実就職率ランキング 有名77大学人気企業就職実績

カラーグラビア パリ五輪で輝いた学生アスリートたち

1月

# ウナズキヒメフヨウ

(アオイ科マルバビスクス属)



ウナズキヒメフヨウ(領き姫芙蓉)はアオイ科マルバビスクス属。フヨウ(芙蓉)の花の変形で、蕾の時は上に向いていますが、成長すると、うなずくように下を向いて咲くのがこの名前の由来です。

ハイビスカスが花を咲かせる寸前のようにも見えるので、別名スリーピング・ハイビスカスとも呼ばれています。実際、ウナズキヒメフヨウは、左の写真以上に花弁を開くことがなく、その理由も媒介する虫との関係上など諸説あるようですが、詳細は明らかにされていない神秘に包まれた花です。

フヨウ(芙蓉)の花が日本では古くから「美しく明るい人」の例えとして万葉の歌や芭蕉の句などにも詠まれています。もし「領き姫芙蓉」がその時代の日本にあったら、私たちにはもっと慣れ親しみのある花名だったかもしれません。

熱帯植物園はこの季節に花を楽しめる冬庭としてのオアシスといえます。ここ東京都江東区にある夢の島熱帯植物館は、大温室、ハーブ園、オーストラリア庭園での植物の管理が素晴らしく、都内に居ながら

にして年間を通して観察できる植物園。特に大温室では、園路の途中で滝の裏をくぐったり、ポリネシア風のあずま屋も配して、世代を超えて一日中楽しめるところです。

撮影地：夢の島熱帯植物館



控えめに下を向き  
うなづくように咲く



毎日ムック

定価 990円(税込) 978-4-620-79475-4

独自調査データ

5926 掲載

# 専門治療

## 2024

50歳からの新常識!  
早期社会復帰を目指す

特集

資格取得医師在籍医療機関  
注目の治療法、データ掲載!



注目の専門治療 脳動静脈奇形 (AVM)

専門医療特集

心原性脳塞栓症治療、頭痛治療  
集束超音波治療 (FUS)、白内障手術  
鼠径ヘルニア短期滞在手術、大腸ロボット手術  
脊椎外科治療、人工関節置換術  
ガンマナイフ短期滞在手術、脳卒中治療

一次脳卒中センター (PSC)  
内視鏡外科、産科婦人科内視鏡  
乳房再建インプラント、乳房再建エキスパンダー  
がん診療連携拠点病院

毎日新聞出版  
100年 未来を楽しむための出版社

〒102-0074 東京都千代田区九段南1-6-17 千代田会館5階 毎日新聞出版 営業本部 TEL03-6265-6941

●お求めは、書店または毎日新聞販売所。〈ブックサービス〉0120-29-9625でも注文できます。

●ISBNコードを付記しました。ご注文等にご利用ください。



## しみじみ、じんわり、ほっこり 白菜のポタージュ

### 材料 (2人分)

白菜(横薄切り) …… 200g  
酒 …… 大さじ2  
水 …… 1+1/4カップ  
鮭フレーク …… 小さじ2  
しょうが汁 …… 少々  
塩 …… 小さじ1/4弱

### 作り方

- ①白菜と酒、水1/2カップを鍋に入れ、ぴったり蓋をして中火にかける。沸騰してきたら弱火にし、約10分、白菜がくたくたになるまで蒸し煮にする。
- ②①をミキサーにかけ、残りの水を足しながらめらかなスープ状にする。鍋に戻して温め、塩、しょうが汁を加える。
- ③器に盛り、鮭フレークをトッピングする。

# 手軽で優しい味わい 身も心も温まるスープ

食べすぎ＆飲みすぎがちな年末年始も一段落。

ちょっとお疲れ気味な胃腸に優しい「スープ」のレシピを紹介します。

レシピ作成・調理 久保香菜子 撮影 菅原史子

## いろいろ野菜でボリュームたっぷり！ 豆入りミネストローネ風スープ

### 材料 (2～3人分)

ミックスビーンズ(缶詰、真空パックなど) …… 60g  
玉ねぎ(1cm角切り) …… 50g  
にんじん(1cm角切り) …… 50g  
セロリ(1cm角切り) …… 25g  
キャベツ(1cm角切り) …… 50g  
じゃがいも(1cm角切り) …… 70g  
トマトジュース(食塩不使用) …… 1カップ  
水 …… 1カップ  
パセリの茎 …… 6～7cm  
ローリエ …… 1/3枚  
オリーブオイル …… 小さじ1  
塩 …… 小さじ1/4  
パセリ(みじん切り)、バゲット(トースト) …… 適宜

### 作り方

- ①鍋にオリーブオイルを熱し、玉ねぎ、にんじん、セロリ、キャベツ、じゃがいもを炒める。透き通ってきたら、ミックスビーンズとトマトジュース、水、パセリの茎、ローリエを加え、沸いたらふつふつと沸くくらいの火加減で約15分煮る。水分量が減ってきたら元の量まで湯を足す。
- ②じゃがいもに火が通っていれば塩を加えて味を調え、器に盛って好みでみじん切りのパセリを振り、トーストしたバゲットを添える。

水 1 カップ=200cc



## 鍋でもなく雑煮でもないスープ かぶと厚揚げのみぞれ汁

### 材料 (2人分)

かぶ…………… 1個  
厚揚げ…………… 1枚 (70g)  
だし…………… 1+1/2カップ  
酒…………… 大さじ1+2/3  
みりん…………… 大さじ1弱  
塩…………… 小さじ1/4弱  
薄口しょうゆ…………… 小さじ1/4弱  
水溶き片栗粉 (片栗粉大さじ2:水大さじ4)  
大根おろし…………… 大さじ3  
柚子の皮 (せん切り)…………… 適宜

### 作り方

- ①かぶは筋まで皮をむき、小さめに乱切りにする。厚揚げはさつと熱湯に通して水気をふき、2cm角に切る。
- ②だしを温め、煮立ってきたら1を加え、再度煮立ってきたら、ふつふつと煮立つ程度の火加減で約10分煮る。水分量が減ったら元の量まで湯を足す。
- ③酒、みりん、塩、薄口しょうゆを加え、再度煮立ってきたら水溶き片栗粉を徐々に加えながらよく混ぜ、煮立てて粉臭さを抜く。大根おろしを加えて再度煮たて、器に盛り、柚子の皮をあしらう。

## 歯ごたえと酸味でスッキリ！ 梅干しと蓮根の雑炊スープ

### 材料 (2人分)

蓮根…………… 80g  
ごはん…………… 50g  
だし…………… 1+1/2カップ  
梅干し…………… 1個  
三つ葉 (みじん切り)…………… 適宜

### 作り方

- ①蓮根は皮をむき、小さい乱切りにする。
- ②だしを煮立て、1を加えて再度煮たて、ふつふつと沸くぐらいの火加減で約10分煮る。水分量が減ったら元の量まで湯を足す。
- ③蓮根に火が通ったら、ごはんを梅干しを種を除いてつぶしながら加え、再度煮立ててから1～2分、ごはんがふんわり膨らむまで煮る。
- ④器に盛り、三つ葉を好みで散らす。



## ランチでも夜食でもOK 鶏ひき肉のにゅうめんスープ

### 材料(2～3人分)

鶏ひき肉	50g
昆布	4g
水	2カップ
酒	大さじ2強
ブロッコリー (極小房)	40g
そうめん	1束
胡椒	適宜

### 作り方

- ①鍋を熱し、鶏ひき肉を油なしで炒める。色が変わってきたら鍋底から木べらではがすようにするときれいに取れる。全体に白っぽくなるまで炒める。水、昆布、酒を加え、弱火にして約20分煮出す。途中汁が減ったら元の量まで湯を足す。
- ②ブロッコリーを加えて煮立て、そうめんを三等分程度に折って加える。ざっと混ぜて3分ほど煮る。味を見て、足りなければ塩(分量外)を加える。
- ③器に盛り、好みで胡椒を振る。



## カロリー低めだけど食べ応え十分 ねぎと春雨の卵スープ

### 材料(2人分)

長ねぎ(粗みじん切り)	2/3本
太白ごま油	小さじ1
しょうが(皮付き薄切り)	1枚
水	1+1/2カップ
チキンブイヨン	少々
酒	大さじ2
薄口しょうゆ	少々
春雨	15g
水溶き片栗粉 (片栗粉大さじ1:水大さじ2)	
卵	1個
万能ねぎ(小口切り)	適宜

### 作り方

- ①春雨は5センチ長さ程度に切る。(戻さずにそのままが良い)
- ②太白ごま油を鍋に熱し、ねぎを炒める。しんなりしたら、水、しょうが、チキンブイヨン、酒を加える。中火で煮たて、沸騰したらふつふつと沸くぐらいの火加減で2～3分煮る。
- ③味を見て、薄口しょうゆで調える。春雨を加えてふつふつと沸くぐらいの火加減で5分ほど煮る。
- ④春雨がやわらかくなったら、混ぜながら水溶き片栗粉を徐々に加えてとろみをつけ、再度煮立てて粉臭さを抜く。卵をほぐして糸状に流し入れ、固まってきたら大きく混ぜてかきたま状にする。
- ⑤器に盛り、好みで万能ねぎを散らす。





# 五木寛之の ボケない名言

455

暖かくして、  
よくおやすみください

ある医師の言葉

## 病院通いも悪くない

先日、首から背中にかけて、ブツブツができた。

これまでになかったことなので、思い切って病院にでかけた。

随分、待たされたが、文庫本一冊を持参していったので問題はない。

私の背中をチラと見た医師は、即座に、

「ああ、带状疱疹ほうしんですね」

と、こともなげに言う。

带状疱疹といえば、すごく痛いという先入観があったので意外だった。

「念のためお薬だしておきますが、大丈夫でしょう」

「なにか注意することはありますか」

と、私はきいた。もっと医学的な情報が欲しかったのである。

若い医師は、うなずいて言った。

「暖かくして、よくおやすみになることですね」

拍子抜けしたのは、あまりにも簡単なアドバイスだったからである。

大学病院に私が期待したのは、もっと学術的な助言だった。なんだかあまりにも素朴な言葉のような気がして、ヘエーと思ったのが正直な気持ちである。

しかし、帰ってよく考えてみると、これはいいアドバイスだ、という気がしてきた。

なんでもエビデンスで証明される時代に、「暖かくして、よくやすむ」ことは大事なことだろう。病院も捨てたもんじゃない、と思った。