

東大 駒場 友の会



会報第35号

二〇二〇年度教養学部長との 懇談会について

「東大駒場友の会」はこの春も多くの新入生の保護者の皆様を新会員としてお迎えしました。春の行事として恒例の「新入生保護者と教養学部長との懇談会」を、当初は四月十一日(土)に開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の流行状況を考慮し、九月十九日(土)に延期し、Zoomウェビナーを使ってオンラインで開催しました。

ここ数年は東京圏外からも多くの新入会員にご参加いただきましたが、今年度のオンライン開催では北海道から沖縄まで、まさに全国からの参加申し込みがあり、二〇〇件



近い接続がありました。家族でご参加くださった会員の方々を考慮すると、昨年までとほぼ同じ参加規模だったと考えています。

受田宏之教授の司会で開会、次いで当会会長の浅島誠名誉教授の歓迎の挨拶の中で、当会の趣旨・活動の説明を行いました。続いて、太田邦史学部長の講演では、駒場の教養教育の精神とキャンパスの成り立ちの紹介と併せて、感染症流行に関する大学・学部の方え方について、生物学者としての観点を交えながら説明され、さらに、一部科目での対面授業再開のための教室整備や環境改善の対策についても話されましたが、大学は学生たちにとって人間関係・社会性を築く貴重な場であり、可能な限り学生たちが教室で出会うことを大切にしたいと述べられました。

講演会終了後、例年ならグループにわかれて九〇〇番教室から案内人の現役教員とキャンパスツアーを始めるところですが、今回はバーチャルツアーとなりました。「ガイド」は太田学部長です。事前に撮影した二六分間の動画「二〇二〇駒場キャンパスツアー」の中には、キャンパスの普段立ち入ることのできない場所や上空からの見晴らし、一九三五年の渋谷の町も見える第一高等学校の駒場移転時の貴重な記録映像も盛り込まれています。時計塔をびえる一号館は戦前の建築で、通常新入生が一番ひんぱんに授業を受ける教室だけでなく、学生相談所や進学情報センターもあります。普段登れない時計塔の天辺に太田学部長が汗をかきながら到着、動画を通じて皆様にもキャンパスの緑の先に渋谷新宿まで広がる東京の眺めをご覧いただきました。竣工直後の新体育館や、建築・デザインとして

評価の高いKOMCEE教室棟やコミュニケーションプラザ、駒場図書館が、空撮したドローン映像を交えて映し出され、さらに、太田学部長が旧駒場寮を一号館や図書館(現在の駒場博物館)と結んでいた地下通路に学生二名と降り、歩きながら地下の駒場を案内されました。「機能的MR室」やノーベル賞受賞につながる研究を行った旧大隅ラボ(現阿部ラボ)の訪問では、駒場キャンパスの最先端研究拠点としての顔が紹介されました。

本年は実際に現役教員や学部長の肉声を聞き、食事と懇談を一緒に楽しむ機会を会員の皆様と持つことはできませんでしたが、リアルタイムの講演会と動画の配信ならではの紹介もできました。来年度以降、新型コロナウイルス禍後の駒場で、実際に皆様と出会う日を楽しみにしています。同時に、オンラインでの新しい試みも今後発展させて行ければと考えています。

(文責 東大駒場友の会事務局長 総合文化研究科教授 村松真理子)

社員総会と活動報告会について

新型コロナウイルス感染症拡大防止に即した対応を余儀なくされる中、当会においても恒例の「社員総会・理事会、活動報告会」の開催について四月より検討を重ね、Zoomウェビナーを用いた新しいスタイルで六月十三日(土)に実施しました。例年、活動報告会に続いて行われる「懇親会」は、会員の皆様と教養学部長、当会理事や現任教員が一堂に集い語らうひとときですが、今回は残念

ながら中止といたしました。「活動報告会」配信に先がけて行われた社員総会での審議を受け、理事会で浅島誠会長の議事進行により協議・承認された二〇一九年度事業・会計報告と二〇二〇年度事業計画・予算についてここに報告します。

二〇一九年度事業報告

一 懇談会・講演会・演奏会などの開催
一 新入生ご父母と教養学部長との懇談会(四月十三日)

二 音楽演奏会の共催と協賛(オルガン委員会、ピアノ委員会などが主催するもの)

三 味覚のアトリエ@駒場(十月二日)

四 秋の文化イベント「東大教員と巡る駒場博物館とキャンパス」(十一月二日)

五 秋の講演会(十一月三日)

II 寄付事業の推進

「学生のための寄付」を実施。会員有志や新入生父母から合わせて二、九三四、五六七円のご協力をいただきました。主な寄付先とその活動は以下の通り。駒場図書館学生用図書(九九九、九五八円)、教養学部七〇周年記念出版等への支援(一、〇〇二、八九四円)三鷹国際学生宿舎院生会(十八万円)、学生団体への支援(五団体へ合計六二〇、二三〇円)、駒場祭協賛(四〇万円)、駒場博物館(特別展広報活動支援、五四、〇〇〇円)、「金曜特別講座」支援(九六、〇二円)、協力行事(メキシコ音楽イベント)支援(二二、五〇〇円)、学外研修費(六、七四四円)。寄付事業経費一八二、六五五円と合わせ寄付支出の合計は三、五五四、九三三円となりました。

III 広報活動

一 会報第三三号(二〇一九年九月十五日)、

第三四号（二〇二〇年三月十五日）

II webサイト

<https://tomonokai.c.u-tokyo.ac.jp/>

IV 会員・会友の獲得

二〇二〇年三月三十一日（期末） 会員数
終身会員一五八名、通常会員三九〇名、会友
二、五八二名（合計三、二三〇名）。一高同窓会
会員一五八名、東高同窓会会員六五名

V 理事会・社員総会や各種委員会の開催

一 理事会・総会の開催（六月八日）

二 事務局運営会議の定期開催（五月二七日、
九月二日、十二月九日、三月九日※メー
ル審議）

三 一高同窓会担当専門委員会（六月四日）

二〇二〇年度事業計画

I 懇談会・講演会・演奏会などの開催

一 新入生保護者と教養学部長との懇談会
（九月十九日に延期しオンライン配信に
て実施）

二 講演会等の開催（オンライン形式）、教 養学部や研究室主催の社会連携的文化 行事への協力（金曜特別講座）

三 東大駒場友の会主催「味覚のアトリエ
@駒場」（オンライン形式）、

四 音楽活動の支援（教養学部オルガン委員
会、ピアノ委員会と協力し開催形式を検
討）

II 寄付事業の推進

「学生のための寄付」として寄せられる寄
付金を活用し、教養学部および学生団体への
寄付、教員からの事業提案への支援を継続し、
駒場キャンパス、三鷹国際学生宿舍等の教育
研究の環境の向上と多様化に協力する。コロ
ナ感染症の影響で必要となる支援を教養学

部と連携し行う。

III 広報活動

一 会報第三五号、第三六号の発行

II webサイト

<https://tomonokai.c.u-tokyo.ac.jp/>

IV 理事会・社員総会や各種委員会の開催

一 理事会・社員総会・活動報告会・会員懇
談会の開催（六月十三日開催済）

二 定例事務局運営会議の開催（年四回）

決算と予算の詳細については

webサイト (<https://tomonokai.c.u-tokyo.ac.jp/>) に掲載しております。

運動の効能・養生のために

工藤和俊

江戸時代、福岡藩に仕えた本草学者である
貝原益軒は、著書「養生訓」に「所に久し
く安坐すべからず。是…養生の要なり」と記
しました。健康のためには、一か所にずっと
座り続けるのではなく、こまめに動くほうが
良い、という主張です。

本稿を執筆している九月半ば、駒場キャン
パスの入構制限は未だ解除ならず、学生で賑
わうはずの銀杏並木も閑散としています。新
型コロナウイルスの感染者数は全世界で
三千万人を超え、新規感染者数も増え続けて
います。そのような状況下、家に籠りがちな
生活の中で改めて注目すべき言葉として、冒
頭の箴言を取り上げることができそうです。

長時間の座位は、単に運動不足を招くだけ
ではありません。立位に比べると座位では、
腰椎にかかる負担が約一・五倍になります。
また、背中を丸めることによりその負担がさ

らに増大し、二倍近くに達します。これによ
り、腰痛のリスクが増大します。このことか
ら、デスクワークの際には、背もたれにより
かからず姿勢を正して座骨で体幹を支えるこ
とをお勧めします。その姿勢を維持できる時
間は限られますので、こまめに立ち上がりつ
てストレッチをしましょう。作業時には姿勢を
正し、休憩時にはストレッチや脱力を行うこ
とによって、集中とリラクソスのメリハリが
つくようになります。また、食器洗いをした
り、洗濯物を干したり、洗濯物を畳んだりす
る際には、それぞれのわずかな合間の時間に
踵の上げ下げをする、体幹を左右に回旋させ
る、スクワットの姿勢をとる、など「ながら
運動」をすることができそうです。

首都圏の成人約五千人を対象とした調査
では、コロナ禍の外出行制限により約四割の方
が体重増加をしたと回答しています。体重変
化は単純に摂取カロリーと消費カロリーの差
によって決まりますので、運動不足でカロ
リー消費が減った分だけ食事の量を減らせば
体重は変わりません。しかしながら、運動の
効能は以下のとおりカロリー消費にとどまり
ませんので、やはり運動不足の解消が課題に
なります。

近年の研究では、運動時に骨格筋から分泌
されるマイオカインと呼ばれる生理活性物質
が注目されています。筋は収縮して物理的な
力を発揮するだけでなく、生理活性物質を分
泌することにより全身の組織に影響を与えま
す。たとえば運動時に筋内で産生されるカテ
プシンBにより脳内の神経栄養因子の産生が
促され、海馬の神経新生が促進されます。ま
た、運動は筋肉のキヌレニンアミノトランス

フェラーゼの発現を増加させて、神経毒性の
あるキヌレニンを無毒化することで、うつ病
様症状を軽減させます。さらに、筋から分泌
されるイリシンと呼ばれるタンパク質は、体
内の白色脂肪細胞を褐色脂肪細胞に変える
作用を有しています。同じ脂肪細胞であって
も、褐色脂肪細胞は白色脂肪細胞に比べて運
動時に使われやすいことから、褐色脂肪細胞
が増えると太りにくい体質になり、冷え性の
予防にもなります。

また、運動や姿勢は、人の心理状態にも影
響することが明らかになっています。胸を
張って背筋をピンと伸ばすと、気持ちも引き
締まります。人の心理的状態が身体の姿勢や
運動と不可分のものとしてあることは「身体
性認知」と呼ばれています。たとえば、リズ
ミカルな運動を行うと、楽しい気分になっ
ていきます。子供の様子を見ていても分かりま
すが、走ったり、ピョンピョン跳ねたりする
ときの顔はいかにも楽しそうです。これは大
人でも同様であり、身体運動・健康科学実習
の授業でスキップをすると、学生からも自然
と笑みが漏れてきます。一般に、ウォーキン
グやジョギングなどの運動は、気分の向上、
不安の解消、抑鬱の軽減に役立つことが知ら
れています。

「養生訓」にはまた、こんな一節もあります。
「人の身は父母を本とし天地を初とす。天地
父母のめぐみをうけて生まれ、又養はれたる
わが身なれば、わが私の物にあらず。天地
の御賜物、父母の残せる身なれば、つつしん
でよく養ひて、そこなひやぶらず、天年を長
くたもつべし」。自らの身体が自分一人のもの
であるとするとすれば、自分の自由にして構わ

ないという理屈が成り立つかもしれません。しかし実際には、自分の身体とは、「わが私」のものにあらず」すなわち自分一人のものではありません。だからこそ大切に養う必要があります。運動はその一助になってくれるのです。(大学院総合文化研究科広域科学専攻生命環境科学系准教授)

時々来る日常

— 新型コロナウイルスの教えるもの —

小島千明

新型コロナウイルスがやってきたとき、「またあの波がやってきたか」と感じた医者はおられないでしょうか。しかし、過度の報道や政策により、世界に恐怖が行き渡ってしまっている感が拭えません。そこで、「これは我々が何度か経験してきている」ということを、大きな視点から書かせて下さい。

私はオーストラリアのシドニー北部に在住しています。東大では比較文学・文化を研究しましたが、研究対象のアイルランドで医学部に入り直し、内科医を経てリハビリ医療の専門家となりました。

新型コロナウイルスが中国そしてイタリアにきた時に、オーストラリアもそれに備え、コロナ担当医を募集していました。アイルランドで医療崩壊を経験したことのある私も挙手し、地域の Hornsby Ku Ring Gai 病院という、中核病院のコロナ病棟担当として配属されました。

来るぞと日本でもオーストラリアでも身構えていた新型コロナウイルスですが、インフルエンザ程度の影響で済んでいます。九月十五日現在

での、コロナによる日本の死者数は一、四六八名。一方、インフルエンザは、関連死を含まない直接死でも、二〇一六年が一、四六三名、二〇一七年が二、五六七名、二〇一八年が三、三二三名(厚生労働省人口動態統計)。オーストラリアは、コロナ死者数が九月十四日の集計で八一六名。インフルエンザは、二〇一六年が四六四名、二〇一七年は一、二五五名、二〇一八年は五七名、二〇一九年は八二名です。

入院患者様が州全体でも二〇名程度の NSW 州では、コロナそのものの影響は、皆無に等しく、むしろロックダウンや不況の影響を受けて、ひどい便秘、褥瘡、認知症の悪化が見られる多くのご高齢の患者様、静脈血栓や肺血栓の増加、アルコール依存症の悪化や、若者の薬物による自殺未遂の増加という、胸の痛む状況です。

冒頭で、医療を脅かす波は、時々来る日常であることを述べましたが、例えば二〇一〇年から二〇一一年にかけてのヨーロッパの大寒波で、イタリアで見られたような医療崩壊を起こしたヨーロッパの病院は多かったのです。私は、アイルランド最大のコーク大学病院の救急に S H O (Senior House Officer) として勤めていましたが、それは悲惨なものでした。心臓発作や肺炎は勿論のこと、氷の上で転倒による大腿骨折に至るまで、次々に患者様が運び込まれ、移動用の狭いベッドがずらりと廊下に並び、せん妄で乗り越えて落ちる危険性のある患者さんのベッドは、救急のナースステーションの前に並び、お亡くなりになった先生や、同僚の病欠も当然のことな

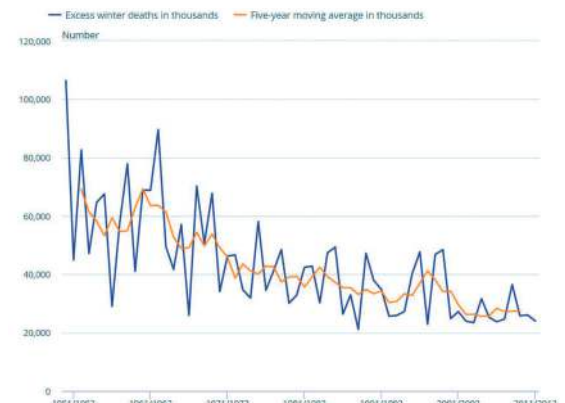


Figure 1. Excess winter deaths by year and five-year central moving average, 1950/51-2011/12, England and Wales

Source: Office for National Statistics

がりました。

それでも、寒波による超過死亡は年を追うごとに少なくなってきました。アイルランドの公開データがないため、同様の経験をしたイングランド・ウェールズのデータを参照します。以下は、冬の寒さでどれくらいの方が亡くなったかの超過死亡率を示すグラフです。

一〇万人を超えていた一九五〇―五一年の冬に比べると、大変な思いをした二〇一〇年一十一年にかけてのあの冬は二六、〇八〇人。因みにイングランド・ウェールズのコロナによる死者は、九月四日の時点で、三八、三六二名です。こうした浮き沈みのある波が来るのは、「時々来る日常」なのではありませんが、新型コロナウイルスに関しては過度の恐怖が創出されている感が拭えません。

新型コロナウイルスは排除できる相手ではなく、共生すべき相手です。八割方が無症状や軽症状であることがそれを物語っているでしょう。

ホストを殺しては自分も死んでしまうので、コロナも共生の方法を探る。適当なワクチンができるかもしれませんが、死亡率の高い老人に有効なワクチンは、恐らくできないでしょう。そもそも、コロナの年齢別死亡率と、自然死亡率のカーブが似ており、寧ろコロナの場合は、乳幼児の死亡率が自然死亡率よりも少ないのです。二〇〇九年に騒がれた新型インフルも、今や普通の季節性インフルになっていますが、その内、新型コロナウイルスも、普通のコロナのような「風邪菌」の一つとなっていく。

寒波による超過死亡のグラフに見られるように、時を経るに従い、世界も社会も死亡率が下がり、どんどん良くなっているのは、自明のことなのですが、必ずや相対的な問題というのは存在します。その問題をまた乗り越えていくことで、さらに良くなっていく。命を存えることそのものを目標としている医療や社会的なコンセプトは変えなくてはならないでしょう。終末期の生活の質などについて、また現代ではタブー視するようになってきた「死」について、これからもっと真剣に議論するようになるのかもしれませんが。新型コロナウイルスも正にそのために私たちの社会にやってきている、と思うのです。

(総合文化研究科博士課程満期退学/オーストラリア・ニューサウスウェールズヘルス・リハビリ医療医師)

できる人ができることを

— イタリアと新型コロナウイルス —

山崎 彩

イタリアにおける新型コロナウイルスの急

激な感染拡大は、一体何が起きているのか分からなままに恐ろしい地獄の底まで転げ落ちてしまったという感じだった。二月二日に最初のクラスターが確認された後、みるみるうちに感染者も死亡者も増え、政府は三月十日にイタリア全土での外出制限措置を発表した。三月二〇日にはイタリアの死亡者が四千人を越えた。外出禁止が解除されたのは二ヶ月後の五月だった。

イタリア政府の対応が遅かったわけでは決してない。イタリアでは地震など大規模な自然災害が起こった時には非常事態宣言を出し、その後の救援活動と危機管理を首相府内の「市民保護局」が統括する仕組みになっているが、今回イタリア政府は、最初の感染者が見つかった一月三二日にいち早く非常事態宣言を出している。そして救援活動の陣頭指揮をとる市民保護局長官が、専門家のトップである高等衛生研究所の所長と共に毎日記者会見を開き、データの公表と分析を行い、治療活動の現状を明らかにし、さまざまな質問に（例えば、マスクの供給状況からホームレスの人々の救済といった社会的な問題にも）答えた。また、医療物資の供給や臨時医療施設の設置も迅速に行い、逐次報告した。このように、行政はスピーディに動き、また医療関係者もボランティア（日本のボランティアとは異なり、彼らもまた市民保護局の救援活動の重要な担い手であり、研修や訓練を受け、必要とされる知識と技術を身につけた上で各団体に登録されている）も任務を誠実にこなした。にもかかわらず、大きな被害が出たのはなぜか。検証は既に始まっているが、今後より明らかになっていくことだろう。

今回の危機的状況の下、イタリアでは、人々の間で「連帯 *solidarietà*」の意識がとても高まったと言われている。「連帯」とは、最近日本で流行っている「自己責任」とは逆向きのベクトルをもった言葉で、「助けあい／支えあい」といった意味で使われる。二カ月にわたる外出制限期間中に、多くの人が自分より困っている他人のために自分にできることはないかを探して、それぞれに動いた。まず、ボランティア団体に登録する人が急増した。さらに、そういった正式な活動に加わらないまでも、ミクロなボランティア活動をする人は多く、例えば、同じ集合住宅や同じ地域に住んでいる老人や介助を必要とする人に、買物の代行をするなどして手を差し伸べた。また、より厳しい状況に置かれているホームレスや難民を助けるために毎日町に出た人々もいた。できる人が、できることをやった。そういう印象だ。

文化活動も、「連帯」の意識と「できる人ができることを」方式で新しいやり方が編み出された。バルコニーから楽器を演奏したり、歌を歌ったり、ダンスしたり、隣の建物の壁をスクリーンにして映画上映会まで行われたという。ネット上で人気を博すナポリのコメディ集団「ザ・ジャッカル」は、「チャオ、イタリア。元気かい？」という動画を作ってネット上に公開した（日本語字幕あり）。そこではみんな微笑んでいるけれど、時おり感極まって泣いている姿もある。この時イタリアの人たちがいかに辛い思いをしていたかがわかる。

文学について言えば、古典が光を放った。そして、いつもは役に立たないように見える

文学が、世界が闇で覆われている時に、言葉によって光を投げ、人々が絶望の淵に落ちないように照らしてくれることを再確認する機会ともなった。ミラノの高校の校長先生は、学校のホームページに生徒へのメッセージを書き、それぞれ十四世紀と十七世紀のベスト流行を背景に書かれたボッカッチョ『デカメロン』とマンゾーニ『婚約者』を引用して励ました。シンガーソングライターのアッキネッティがネット上に公開したベルガモ（最も大きな被害が出た町のひとつ）を応援する歌の歌詞には、「すべてが終わったら、私たちは戻って、星々を再び見よう」という言葉があった。これは、ダンテ『神曲』地獄篇の最後の一節、地獄を旅してきたダンテが、地中（地獄）から地上（煉獄）にたどり着いたときの言葉だ。

「私たちはそこから出て、星々を再び見た」一日に何百人もの方々が亡くなる悪夢のような日々は終わったが、状況はまだ予断を許さない。イタリアの人々がこれ以上苦しむことがないように、祈るような気持ちでいる。（総合文化研究科言語情報科学専攻准教授）

秋の行事のご案内

要予約

＊味覚のアトリエ@東大駒場
（オンライン形式）※同封のチラシをご覧ください
十一月八日（日） 十七時～十九時

年内、オンライン形式での講演会を企画中です。日時等詳細は決定次第、当会Webサイトに掲載いたします。

東大駒場友の会会報【第35号】2020(令和2)年10月15日発行
東大駒場友の会 会長 浅島 誠

〒153-8902 目黒区駒場3-8-1 東京大学 駒場ファカルティハウス内
電話：03-3467-3536 FAX：03-3465-3334
メール tomonokai@post.c.u-tokyo.ac.jp
web サイト https://tomonokai.c.u-tokyo.ac.jp/

デザイン・印刷 株式会社双文社印刷
https://www.sobun-printing.co.jp



会報のバックナンバーをインターネット上でご覧いただけます。
東大駒場友の会ホームページのトップ画面に「会報バックナンバー」というボタンがありますので、そこからお入りください。

またお目にかかれる日を心待ちに

フランス料理

ルヴェ ソン ヴェール 駒場

現在、入構制限中のため営業自粛中です。

各種宅配キットをオンラインショップにてお取り扱いしています。

※おせち料理予約受付中：早割り特別価格は10月31日まで

http://leversonverre-tokyo.com/restaurant/komaba/

Tel：03-5790-5931 / Fax：03-5790-1902

◎駒場ファカルティハウス内