

*Liscicul Network*

# News Letter

No. 10 (2024.4)



## Contents

- 理事長ご挨拶 . . . . . 早川あけみ . . . . . 2
- 新評議員ご挨拶 . . . . . 吉森篤史 . . . . . 3
- アカデミア講座より . . . 一日食三棗 終生不顕老 . . . 藤田恵美子 . . . . . 3-4
- 会員の皆様に伝えたい ~ライサメッセージ~  
ふるさとはどこですか . . . . . 大岩哲哉 . . . . . 4-5
- LiSciCul Café 「私と趣味」  
今、伊勢志摩は釣りが熱い . . . . . 中里公亮 . . . . . 5-6  
ゼロ磁場ツアー . . . . . 加藤英男 . . . . . 6-8
- 編集後記 . . . . . 鈴木治彦 . . . . . 8

## 理事長ご挨拶

一般社団法人  
生命科学文化推進機構  
理事長 早川あけみ

令和6年の新しい年を迎え、皆様にはライサ活動にご理解、ご協力を賜わり感謝申し上げます。

この度、生命科学文化推進機構「ニュースレター第10号」を発刊するにあたり関係者の先生方に心よりお礼申し上げます。

皆様もご周知のように元日に悲慘な能登半島地震が発生し、痛ましい自然災害の脅威に心痛み被災地の一日も早い復興を願いつつ、昨今予知される南海トラフ地震に備え防災対策を心がけたく思います。

海外では未だロシアによるウクライナ侵攻など戦争の終わりが見えない国際情勢の中、某映画監督がアフガニスタンに関するインタビューに応え「空から爆弾を落とす代わりに教科書を！地上に地雷をまくなら麦をまけ！」の言葉に胸が熱く平和の訪れを願う日々です。

さて、千年の時を越え読み繋がれる「源氏物語」に興味があり映画や書籍で愉しんだ思い出と共に古代より人々が営んだ歴史には文化や科学の文化財があります。一方、ヒトの生命の起源を辿れば、60兆の細胞に組み込まれた遺伝子（DNA）のテロメアは老化に関与しCell Death（アポトーシス）が重要な機能を示唆する論文があります。

人生100年時代とされ、近い将来に長寿遺伝子のエビデンスとなる研究に想いを馳せませす。

今年はライサ設立11年目を迎え、その意味を自問自答しながらライサ活動に精進してまいります。

今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

令和6年2月吉日



—\*

## 「新評議員就任ご挨拶」

理論創薬研究所 代表取締役 吉森 篤史

このたび、生命科学文化推進機構（ライサ）の評議員に就任しました理論創薬研究所の吉森と申します。近年、AI技術の急激な発展により、我々の生活の中にも家電やスマホのアプリなどを中心に様々なAI技術が使われています。また、ChatGPTに代表される生成AIの普及により、文章、画像、音楽などの生成をAIで行うことができるようになりました。創薬の分野では、生成AIを用いた新薬の開発が進められており、実践性の高い技術として確立されつつあります。近い将来、多くの新薬が生成AIによりデザインされる時代が来るかもしれません。生成AIの活用は、著作権など解決すべき課題が多くありますが、同時に新薬の開発など人類に大きく貢献する可能性をもっています。ライサでは医学・薬学・哲学・心理学・芸術学の分野の研究成果をもとに、人々の健康と福祉に活かすための様々な活動を推進しています。

私は、AI創薬の知識を活かすことで、ライサの活動に少しでも貢献できればと考えております。



どうぞよろしく願いいたします。

\*--\*



### 第7回ライサアカデミア講座を終えて

#### 「一日食三棗 終生不顯老」 なつめ

当法人評議員

なつめ薬局 Café 薬食同源 薬剤師 藤田恵美子

『1日3個のなつめを食べると老いない』ということわざがあるほど、なつめは栄養価が高く滋養がある薬食として知られています。女性にうれしい効果が詰まっており、楊貴妃が好んで食べていたと言われていました。

薬膳とは、季節や気候、体質や体調に合わせて考えられる食事のことです。体調不良やアレルギー体質などを季節や体質に合わせた食材・調理法により効果的に改善、健康促進する食事法のことになります。難しい漢方食材を使わなくても、寒い時に身体を温める

ものを食べたり、お腹の調子が悪い時にお粥を食べるのも立派な薬膳になります。

一方で、薬膳、東洋医学の中でも基本となる気血水の考え方は知っておくとよいのではないかと思います。生命活動のエネルギーになる『気』、血液とその中に含まれる栄養素の『血』、血以外の体液(リンパ液、汗、鼻水など)の『水』、この気血水のバランスが大切と言われ、どれか1つでも不足したり働きが乱れると、体のバランスが崩れ、

身体や心に不調が表れるとされます。

ライサアカデミア講座では、イラストを見ながら、簡単に気虚、気滞、血虚、瘀血、水毒、水滞という体質についてお話させていただきました。体質チェックシートを用いてご自分の体質がどこに当たるか、何が不足していて、何の巡りが足りないのかなど、まずは自分を知ることから始めてみると、意外な体質に当てはまったりして驚くこともあります。そして、不足しているものは補い、巡りが悪くなっているところも食事ですくすくすることが大切だと思います。

『薬食同源』つまり、『薬と食事は同じ源』という言葉があります。身体にあう食事をとると薬と同じ効果がある。普段の食事を



薬膳的な考え方でも見てもらうのも面白いのではと思います。

—\*



会員の皆様に伝えたい

～ライサメツセージ～

「ふるさとはどこですか」

当法人評議員

おおいわ消化器クリニック院長 大岩 哲哉

コロナ禍で自宅軟禁状態だった頃、昔のことを思い出すようになりました。

ここ数年は、当時の通学路や遊び場を訪問したりしています。

1975年、京都。

部活でランニングのあと、山の中の広場でいつものように野球をしていた時、「イギリスの女王が来てるんやろ。見に行こか。」と言うので、山の真裏にある龍安寺へ。裏から境内に入れたので生垣の影に隠れていましたが、呆気なく見つかってしまい駐車場に放り出されました。結局バスで外人さんが来たところまでしか見えず女王は見られませでした。学校の赤い体操服では目立つのだ、と皆で反省しました。（ちなみに金閣寺の裏山には



2m以上のフェンスが張り巡らされており入れません)

京都出身というと必ず聞かれるのは「美味しい店知りませんか？」です。知りません。

私のソウルフードは「餃子の王将」です。学校の前で餃子無料券をいつも大量に配るので必然的に行かなければならなかったのです。

ご存知かもしれませんが京都の庶民のスタンダードはこってり味です。京都は町中華がとても多く、王将だけでなく天下一品、ラーメン横綱、ラーメン藤、第一旭なども京都発祥です。

名古屋で京風ラーメンという上品なラーメンを食べたときは「金返せ！」と思いました。

もう一つ聞かれるのは「(観光で) いいところ知りませんか？」です。場所しか知りません。

入場料の必要なところはほとんど祖父母が上洛した時について行きました。清水寺は名古屋から観光客として行きました。そんなもんです。高校の夏休みの宿題で「有名寺社5つ行ってレポート出せ」というのがあったくらいです。知事も市長も出身の高校なのですが。

でも、広隆寺は幼少時の遊び場でした。渡月橋は病院に通うのにいつも学生服で渡りました。妙心寺は通学路、御所は広場(野球して怒られた)で、北野天満宮や東本願寺は休憩所でした。みんな無料です。

高齢の両親の様子を見に時々京都へ行くので、ついでに昔の活動範囲を歩くのですが、嵐山や錦市場周辺などは特にひどくなりましたね。京都はもう住むところではなく、観光だけの街のようです。

だから観光客としていきます。まだ行っていないところが沢山残っています



## 私と趣味

### 「今、伊勢志摩は釣りが熱い」

当法人評議員

伊勢赤十字病院形成外科部長 中里 公亮

今回は私が三重県伊勢市の伊勢赤十字病院に赴任してから、趣味として始めた船釣りを紹介していきます。伊勢志摩地方といっても漁港が多いのは伊勢市の南の鳥羽市、志摩市、南伊勢町、それより南部です。都会とは違って、漁港というか、入り江ごとに集落があって、漁師の方が多いい地区ですが、釣り船を生業にされている方も多いいです。自分のよく行く地域は鳥羽ですが、自宅からは車で30分から50分程度で漁港に到着です。鳥羽市、志摩市は船釣りでは人気のスポットで、名古屋や大阪ナンバーの車が半数以上で、30分で釣り場に行けるのは、釣り好きの人には天国のようなところなんです。

船釣りをメインに活動しており、狙う魚種も様々ですが、GWの根魚(カサゴ、ハタ)釣

り、初夏のアジ・イサキ釣り、(秋のタチウオ釣り、12月以降は根魚釣り、ヒラメ釣りや青物(ブリ、ハマチ、サワラなど)釣りです。

その中でも一番盛り上がるのが12月の根魚釣りです。





写真②

根魚釣りは、生きたイワシやアジをエサにして、ハタ類（マハタやキジハタ、オオモンハタ）を狙います。この釣りは当たり外れがあって一匹も釣れないこともあります

（釣りの世界

では、坊主をくろうといいますが）、釣れるとかなり大物の高級魚が釣れるため、超真剣に大物を狙います。その日一番の大物を釣ると記念写真を撮り（写真①）、夜は鍋を囲んで大盛り上がりです。（写真②）

釣りだけではありません。釣りを始めると確実に料理の腕が上達します。最初はスーパーマーケットの魚売り場でさばいてもらっていましたが、だんだんと自分でやらざるを得なくなり、魚を三枚おろしにできます。たくさん大物を釣って家に帰ると、この魚をいったいどうやって処理するのかという配偶者の冷たい視線を感じながら、こんなにも速く動けるのかというぐらい素早く魚を三枚におろします。刺身の盛り合わせ、昆布締め、煮付けを作り超豪華な食卓を写真に撮ります。

（写真③）

釣りの魅力はいろいろありますが、ひとつは1人でもグループでも楽しめることです。

実際、個人だけで釣りに行くことも多いですが、病院でも釣り部というサークル活動があり、1年に3、4回は釣り部で船を貸し切って、釣りに行っています。職場の釣り部も20人近くが入っていて、忘年会ではその日の午前中に釣りに行き、釣れた魚を居酒屋に持ち込んで宴会をやっています。

もう一つは、釣りたての新鮮な魚が食べられることでしょうか？スーパーでは買えないような新鮮な魚や、東京の料亭に行ってしまうような高級魚も食べることが可能です。あまり知られていませんが、鳥羽のアジは（シーズンは初夏ですが）40センチ以上のオオアジがたくさん釣れて、脂がのって美味しく、ブランドで売り出してもいいくらいのもので

興味がある方は、初心者でも大丈夫です。とういにか自分も含めて初心者から釣りを始める人が大勢います。大海原で大物釣りをやってみたい方、ぜひ一緒にいかがですか。



写真③

## 「ゼロ磁場ツアー」

当法人評議員  
加藤英男法律事務所所長 加藤英男

磁気のN極とS極がお互い拮抗して打ち消しあい、磁力が存在しない状態をゼロ磁場と呼んでいます。地球の磁場にもそのようなゼロ磁場の地点が存在し、美味しい水が湧き出たり、訪れると心身が癒されたり、病気が治ると言い伝えられる場所（パワースポット）は天然のゼロ磁場状態にあると言われています。そのようなゼロ磁場地点とされる京都・石清水八幡宮近くの意賀美神社に昨年5月13

日に、神戸市・金鳥山に7月2日に行って参りました。

5月13日、朝9時、京阪本線・石清水八幡宮駅集合、ケーブルカーで境内に入ります。

境内の少し幹や枝が捻れた「招霊の木」前



で簡単な武術稽古をして、近隣の意賀美神社に行きました。



狛犬が個性的です。



正殿前の階段、左端の下から2段目が特別な場所です。



方位磁針を置くときくるくる回り出すようですが、試してみるとそのとおりに。

一同大笑いし、その場に腰を下ろして武術談義して暫く過ごしました（おかげで方位磁針の動画撮影忘れ）。

客観的事実として、

「ゼロ磁場」と言われる意賀美神社で、方位磁針が乱れる現象が確認できました。

同じ面々で、7月2日には、金鳥山です。朝9時、阪急・岡本駅集合。金鳥山には修験道の遺物があり、散歩の人や本格的登山の予行演習の人、古神道の信心を持った人、我々のような物見遊山の他所者が混在していました。

展望エリアからの見晴らしは素敵でした。



途中の「神生岩」前で全身白装束の天女のような1人の若い女性が謡い、舞いをしていました（神々しくて撮影不能）。



頂上には修験者が祭礼を行った岩があり、付近に方位磁針がくるくと回る場所があるといひます。

残念ながら誰も方位磁針を持参せず、確認できませんでした。ただ、撮影した画像で後日気が



ついたので、頂上の岩付近の木で捻れた幹の木があったこと。



「神生岩」から少し下の巨石群付近に

くるくと捻れた枝の木があったこと。

実は、「ゼロ磁場」といわれる、分杭峠や、豊川稲荷境内には、捻れた幹、枝の木があるといひます。

