

## 常識の変化

日常生活に関する常識が変わってしまい、困惑することがあります。例えば、歯みがきの方法。私が子供の時代は、歯と歯の間をかき出すような縦磨きが推奨されていたと記憶しています。それが今では、歯垢を除去するために歯と歯茎の境目の歯周ポケットを狙い、歯ブラシを細かく動かして磨くことが勧められています。食品に関する例を挙げると、これも子供の頃、コレステロールの摂取量を増やさないため「卵は1日1個まで」とどこかで聞いたことがあり、信じていました。しかし、食事から摂るコレステロールは体内のコレステロールの20～30%と少ないうえに、摂取量の増減は体内での合成量で調整されるため血中総コレステロール値に反映されるわけではないことが、厚生労働省から示されました。ですがつい最近、「1週間に卵を3～4個食べる人は、そうでない人に比べて心疾患や早死にのリスクが高い」という調査結果がアメリカの医師会雑誌で発表されたという記事を読みました。こうなると、何を信じて良いのか分からなくなります。

このような常識の変化は、何らかの調査や研究の結果に基づいているようです。研究所で働いている身としては、自分の研究結果が世の中の常識を覆すというのは非常に魅力的に感じますが、2018年にノーベル医学・生理学賞を受賞した本庶佑氏は、「ネイチャー、サイエンスに出ているものの9割は嘘。自分の目で確信ができるまでやるのが僕のサイエンスに対する基本的なやり方。」という趣旨の発言をされています。「9割は嘘」というのは論文を発表する立場にある研究者にとって厳しい言葉だと感じますが、我々も常識を疑う気持ちを持ち続ける必要があるのではないのでしょうか。

(寒地交通チーム上席研究員 佐藤 昌哉)

\* \* \* \*

表紙左上記号 ISSN 2432-2652の説明

国際的なコード番号であるISSN (International Standard Serial Number : 国際標準逐次刊行物番号)は、ISSN ネットワークが管理する、逐次刊行物を識別するための固有の番号です。この番号は国立国会図書館ISSN日本センターから付与されたものです。