

藍色の風 第22号 *Bando Heart Chronicle*

平成 21 年 3 月 1 日発行 編集発行人 医療法人坂東ハートクリニック 坂東正章

〒770-8025 徳島市三軒屋町下分 28 番地 <http://www.bandoheart.jp>

高血圧は全身病

高血圧で治療中の人に「次回の診察日に心電図をとります」と伝えたと、怪訝な顔をされる方があります。「私は血圧の治療に通っているのに、なぜ心電図をとるのでしょう？」と質問された方もありました。高血圧症の診療で、単に家庭血圧や外来血圧の数字だけをみていては、大事なことを見逃してしまいます。高血圧診療の目的をもう一度確認しておこうと思います。

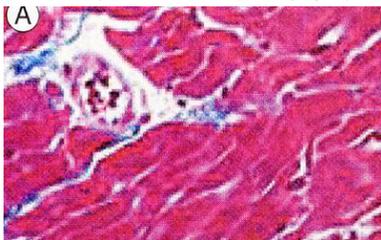
私はほぼ四半世紀を心臓血管外科医として仕事をしました。動脈瘤の破裂や急性大動脈解離、急性心筋梗塞症などへの緊急手術は日常茶飯事でした。救急で運び込まれる患者さんの命を救えるのは、自分たちのチームしかないと言う自負もあり、非常に充実した日々でした。しかし、次々と搬送されてくる患者さんの手術を行いながらも、「どうしてこの人は緊急手術を受けなくて済むような生活ができなかったのだろう？」と考えるようになりました。心臓手術をして患者さんを助けるのが心臓外科医の仕事ですが、手術を受けずに天寿を全うできればそれに越したことはありません。自分の目の前に現れてくる患者さんの生活歴や治療歴をみてみますと「もっと早い時点で対処しておけば、手術に到らなかったであろうに…」と思うこともしばしばでした。そんな患者さんの中でもっとも気になったのは高血圧の治療方法でした。

高血圧の治療を受けていたといいながら、薬をもらってくるだけで、医師の診察を受けていない人が多いことに気づきました。聴診をすれば大動脈弁狭窄症はわかります。腹部を触診す

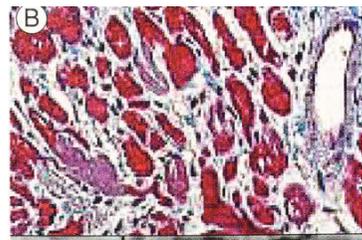
れば肥満や特別な事情が無い限り、大きな腹部大動脈瘤はわかります。また定期的な心電図やレントゲン検査を受けていない人もよくありました。高血圧による心臓の変化や胸部大動脈瘤も、通常の検査を受けていれば事前にわかったはずです。

高血圧の治療では血圧を一定のところに維持することが基本ですが、そうした治療を続けながらも、高血圧症に伴う合併症が発生していないかどうか、確認しながら経過をみなければなりません。高血圧症から派生する病気には狭心症・心筋梗塞症・動脈瘤・動脈解離・閉塞性動脈硬化症・大動脈弁狭窄症・心不全・脳梗塞・脳出血など様々な病気があります。こういった病気が顔を出し始めていないか、確認していく必要があるのです。下の写真は動物実験モデルですが、高血圧が続いたときの心筋の変化を示しています。(医学のあゆみ Vol.206 No10) 高血圧が続くと心筋細胞の周囲に線維組織が増加し、心臓は収縮できても拡張できにくくなり、心不全を誘発します。高血圧症から心不全になるなど思いもよらないかもしれません。しかし、高い血圧が続くとこのような心筋の変性が起こり、心不全を起こすことがあります。

高血圧診療ではこういった変化を見逃さないように、心電図、胸部レントゲン写真、心臓超音波検査などを適宜行っています。高血圧症は全身病です。血圧という数値にのみ興味を示すのではなく、高血圧の変化が全身の臓器に及んでいないかどうかを確認していくことが大事だにご理解下さい。 【坂東】



【正常心筋】



【線維組織が増加した高血圧心筋】

今回は徳島大学医学部脳神経外科 里見 淳一郎先生をご紹介します。当クリニックの患者さんを何人か先生に紹介し、その仕事ぶりに感心していました。先日、里見先生の『頸動脈狭窄病変に対する診断及び治療』という講演を聴く機会がありました。講演後にいろいろとお話する中で、さらに先生の人となりがわかり、『藍色の風』にもご登場いただいた次第です。

先生は香川医科大学を卒業後、徳島大学医学部脳神経外科に入局され、その後各地の脳神経外科で研鑽を積まれています。カナダのトロント大学に留学されたり、脳卒中診療で有名な秋田県立脳血管研究センターにも勤務されたりしています。私とは赤十字病院で一緒に仕事をした時期があります。

循環器領域でのカテーテル治療はよく知られていますが、里見先生は通常の脳外科手術だけでなく、脳外科領域のカテーテル治療も得意にされています。先日の講演でその内容を伺いましたが、ある患者さんにカテーテル治療を行うか、通常の手術を選択するか判断に迷うとき、これまでの世界中の診療成績を参考にしながら、公平に判断していることがよくわかりました。自分にとってAという治療方法が得意なとき、どうしてもそのAという治療方法を選択しがちですが、いわゆるエビデンスをもとに、Aがよいのか、Bがよいのかをきちんと選別して判断されている様はさすがでした。脳神経外科疾患に関して、安心して診療してもらえと思っています。

また、先生の所属する徳島大学病院には脳

卒中センターという組織があり、24時間365日、いつでも脳卒中の患者さんを受けれています。ここでは脳神経外科医、神経内科医が診療に当たり、放射線科医や放射線技師が協力し、最新の画像診断がいつでも行える体制が組まれています。患者さんがこの脳卒中センターを直接受診するということはできませんが、開業医の方から紹介状や電話依頼をすれば、自治体などの救急車で脳卒中センターに搬送してもらうことは可能です。ちょっと相談のためにこのセンターを受診したいというようなことはできませんが、明らかな脳卒中の症状があり、すぐに治療が必要な場合には、脳卒中センターに診療を依頼することはできます。永廣信治教授以下、たくさん専門医が控えており、徳島の脳卒中診療に関しては非常にありがたい存在です。皆さんが脳卒中にならぬよう、当クリニックでは努めていますが、もし脳卒中を発症したら、お願いしたいと思っています。【坂東】



【左：坂東 右：里見 淳一郎先生】

高血圧教室のお知らせ

日 時：平成21年3月26日（木曜日） 午前10時30分～12時30分
場 所：坂東ハートクリニック（受け付け事務までお申し出下さい。）

高血圧のしくみ、バランスのよい食事について勉強しましょう。食品中の塩分量や減塩の工夫について説明します。昼食には塩分2gの食事を用意しています。普段食べておられる食事と比較してみてください。

よい食事って？

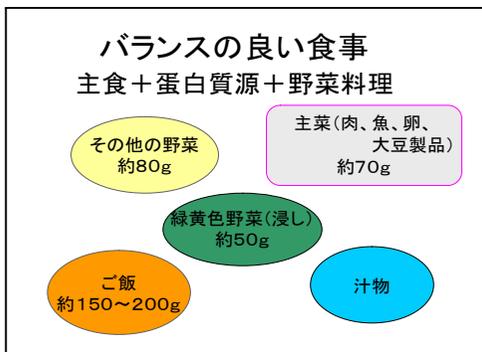
よく聞かれる会話に次のようなものがあります。「バナナって栄養があるんだってね」。「ごま、玉葱もいいんだってね」。次々と食品の名前を挙げ、栄養があるという過剰に摂取されています。糖質は頭が働くために必要だといって、砂糖をたくさん摂られている方もあります。こういった行為は栄養と栄養素の概念が混同されることから起こります。特定の食べ物で健康上の問題が解決されると考えるのは、針の穴から天を覗くようなものです。食事の全体像が見えていません。食事全体から栄養バランスを考えなければなりません。

※ よい食事とはどのような食事をさすのでしょうか？

私たちの身体では、古くなったものは絶え間なく分解され、新しいものに入れ替わっています。新たに体の構成要素となるものは、食事として摂る食べ物の栄養素によって作られます。食べ物の栄養素を上手に組み合わせることにより、相加作用、相乗作用が働き、個々の栄養素以上の効果が発揮されます。バナナ、ごま、玉葱、また砂糖等も特定の栄養素の食べ物です。ひとつの食べ物ですべてを補う事が出来るものではありません。それぞれの特徴を持った食べ物を組み合わせ、食事というまとまった形で必要な栄養素を上手に摂取していく必要があります。木を見て森を見ずになってはならないのです。よい食事とは、いろいろな栄養素の組み合わせをバランスよくしたものを指します。

それでは「バランスのよい食事」のバランスとか、食べ物の割合とかは何を根拠にしているのでしょうか？私たちの体は水分（63%）糖質（1%）たんぱく質（15%）脂質（15%）ミネラル（6%）等の成分で構成されています。エネルギー源の糖質は少量しか蓄えることが出来ません。だからご飯という糖質の多い食べ物を主食として一番多く補っています。つまり、バランスのよい食事の割合とは体の構成成分の割合と同じようにすればよいことがわかります。エネルギー比で計算すると糖質（60%）蛋白質（15%）脂質（25%）となります。このように食事をすれば、身体は効率的に利用できるようになっていきます。

※ 具体的にどのように組み合わせればその割合が保てるのでしょうか？



主食・・・ご飯、パン、麺類

主菜・・・肉、魚、卵、大豆製品を使った料理、1品

副菜・・・野菜を使った料理2品を目安に

その他・・・牛乳、果物は1日の目安量を

但し、汁物は塩分の調整を必要とする方は控えましょう。

沢山の食べ物を調理し、図のように組み合わせて1日3回の食事という形で摂ってください。果物、牛乳も適量です。できるだけ多くの食べ物を利用するほど栄養素のバランスがよくなります。（個人差がありますので詳細は食事相談でお尋ね下さい。）

食事は文化です。楽しみの一つでもあります。しかし、だからといって偏った食事に陥っては健康上の問題が起こります。あやまった食事をとり続けることで生活習慣病を起こしている方も少なくありません。「不安だから特定の栄養のある食べ物、サプリメントを・・・」といった情報に惑わされている方も多くみられます。元気な体作り、そして元気で長生きをするために、改めて食事を考える意味を考え直してみましょ。食事をこの基本のパターンに組み合わせて、よい食事を楽しんでください。わからないことがありましたらいつでも食事相談室へおいでください。【管理栄養士 藤原】

お風呂は首までつかっても大丈夫なの？！

入浴は体を清潔にするばかりではなく、疲れやストレスを軽くして心身を癒してくれます。日本人の温泉やお風呂好きはよく知られていますね。そこで、今回は入浴に伴う体の反応についてお伝えします。

・首までつかること

ゆったりと入浴しているようでも、私たちはお風呂の水から圧力を受けています。その影響はお湯の深さに比例して強くなります。湯船につかると水の圧力によって腹部が圧迫されます。おなかが圧迫されると、胸部と腹部との境にある横隔膜という膜が上方に押し上げられ、肺が圧迫されて小さくなります。湯船に入った時、少し息苦しく感じることもあるのはこのためです。また、水の圧力によって手足や皮膚、腹部などの血液が心臓に向かって移動します。このことを「心臓への静脈還流がふえる」といい、そのふえた分の血液をくみ出すために、心臓がさらに働くようになります。

「心臓の病気を指摘されたら、半身浴にしなければ…」とされている方がおられます。たしかに、半身浴をした時に増加する静脈還流量は、首まで浸かったときに比べると少ないようです。半身浴の時に増加する静脈還流量は、空气中で立っている状態から仰向けに寝た時の静脈還流増加量と同じ程度であるといわれ、心臓に対しては大きな負担にならないと考えられています。一方、首までつかる全身浴では横隔膜が上方に押し上げられ、静脈還流もさらに多くなるため、半身浴にくらべると心臓や肺に負担がかかります。

一般的には治療がうまくいってない心不全、高血圧症、心臓弁膜症、あるいは高齢の方等には半身浴がよいといわれています。しかし、循環器系や心機能に特別な問題がなく、通常の生活ができている方は半身浴にする必要はありません。首までつかって、ゆっくり手足を伸ばし、リラックスされたらよいでしょう。お風呂の満足感が得られるのが何よりです。これまで何となく半身浴をされてきた方で、首までつかりたい方、これからも半身浴がよいかわからない方は一度主治医に尋ねて下さい。

因みに、熊本県の黒川温泉には「立湯（たち

ゆ）」という面白いお風呂があります。写真のように水深の深い湯船で、竹の棒などに捉まって入浴します。このような立湯の場合は静脈還流量が増加するため、心機能が低下している人は注意した方がよいでしょう。



『黒川温泉 いこい旅館』

また大浴場などで、湯船のへりからすぐのところに、一段浅い部分が設けられていることがあります。このような水深の浅い部分で横になれば水圧の影響はほとんどありません。西洋式の浅く細長い湯船でも同じ事が言えます。首まで浸かることが気になる方はこのような湯船にされたらよいでしょう。



『修善寺温泉 新井旅館』

・お湯の温度と血圧

お湯の温度が35～36℃より高くなると心拍数や心臓が送り出す血液量が増加します。手足では毛細血管や細い動脈が広がり、体の隅々への血液量が増えることから、拡張期血圧が低下したりします。39℃までの微温浴であれば、入浴直後の血圧はほとんど変わりませんが、入浴時間が長くなると風呂上がりの血圧低下が持続します。一方、42℃以上の高温浴では、まず入浴直後に一時的な血圧上昇がみられ

ます。これは急激な熱刺激に反応して交感神経が緊張し、皮膚の血管が収縮するためです。収縮期血圧が20~30mmHgも上昇することがあります。その後、脳の中枢性調節の仕組みが働いて末梢血管が拡張するため、入浴して2~3分後には血圧が下がり始めます。この血圧低下に対して、今度は胃腸や肝臓等の臓器や筋肉の血管が収縮し、それ以上の血圧低下を防ごうという作用が働いて血圧を維持します。入浴による血圧の変動に対して、体のいろいろな仕組みが総動員されていることがわかります。

入浴時の血圧変動は特に寒い冬場で、温度差があるときに強くなります。この血圧変動を避けるためには、入浴する前には脱衣室と浴室を暖めておき、浴室では浴槽のふたを開けたり、シャワーを出したりして湯気を満たしておくのが上手な方法です。

・入浴に伴うホルモンの働き

思いもよらないかもしれませんが、お風呂につかることによって種々の体内ホルモンに変動が起こります。入浴することで、尿を出しやすくするホルモンが分泌されるのです。湯船に入ると水の圧力によって、静脈還流が増加すると書きましたが、その増加した血液量に対処するため、心臓は心房性利尿ホルモンという尿を出しやすくするホルモンを分泌します。入浴するとこのホルモンが分泌されるため尿量が多くなります。また、尿を出にくくする抗利尿ホルモン（バソプレッシン）や腎臓でナトリウムを再吸収させるホルモン（アルドステロン）を抑制し、尿を出しやすくさせて増加した静脈還流量に対抗します。私達の体内には本当によくできた仕組みが備わっていることに気づきます。

・体温と心拍数、自律神経の働き

お風呂で体が温まり体温が上昇すると、体温調節のために皮膚の血流量や汗が増加して、熱を逃がそうとします。お風呂につかって増えた静脈還流も、皮膚血流量を増加させることで、その影響を少なくしようとしてします。皮膚温が28~32℃になると皮膚血流量が増え始め、33℃を越すと発汗が始まるといわれています。心拍数は水温の上昇に比例して上昇します。38℃浴で20~30%、45℃浴で60~80%も増加します。心拍数の増加は体温の上昇による代謝の亢進だけでなく、自律神経にも関係しています。体温上昇が副交感神経の働きを抑制し、交

感神経を緊張させて心拍数を増加させます。このため、熱めのお風呂に入ると体がはっきりすると感じます。これを利用して、朝、数分間熱めのお風呂につかったり、熱めのシャワーを浴びたりして気分が高揚させ、一日の仕事をスタートさせている人もいます。また、寝る前に熱いお風呂に入ると交感神経が興奮するためなかなか眠れないことにもなります。これとは逆に、微温浴（37~39℃）では副交感神経が優位となるため鎮静作用をもたらします。寝る少し前の微温浴は寝つきをよくしてくれますので、寝つきにくい方にはお勧めです。

・加齢による影響

高齢者では、入浴に伴う血圧の変動が激しいといわれています。特にお湯の温度が高いと、湯船につかった時の血圧上昇やその後の血圧低下の振幅が大きくなります。これは加齢による動脈硬化で、血管の弾力性がなくなり、収縮期血圧が過剰に変動しやすくなるためだといわれています。また、どの世代も入浴終了後は収縮期血圧および拡張期血圧は低下しますが、若年者は速やかに元の血圧に回復する一方、高齢者はその低下が30分後にも認められるという報告があります。若年者にくらべると心拍数の増加も少ないため、このことも血圧低下に影響します。また、高齢者では体温の上昇も長く続くといわれ、これも血圧低下が持続しやすいことに関係しています。入浴後に血圧が大きく変動すること、過剰な血圧低下が持続することを高齢の方は知っておかれた方がよいでしょう。入浴前には家族に一声かけ、お風呂に入ることを告げておきましょう。また、高齢になるに従い、温度に対する皮膚の感受性が低下し、熱さを感じにくくなるため、温度調節にも注意が必要です。

このように日常生活の一つである入浴をとっていても、体を正常に保つために血圧やホルモン等の機能が非常にうまく働いてくれることがわかります。快適で安全な入浴ができるよう、体の仕組みを知り、自分にあった入浴法を取り入れて下さい。

引用文献：

鱒坂隆一：体育の科学；温浴の生理学2006:56

阿岸祐幸：温泉と健康（岩波新書）

【看護師：速水・立石・竹内・長尾・阿部】

耳鳴りの色々

耳鳴りで「イライラする」「睡眠が十分とれない」・・・といった声を耳にします。耳の中で、聞こえるはずのない音が聞こえてくるのは実につらいものですね。ひと口に耳鳴りと言っても、色々な種類があります。キーン・ジーン・ゴー・シーン・ミンミンなど全てを合わせると20種類以上もあります。また聞こえ方も、片方だけの場合もあれば、両方の場合もあります。音も音源も人により様々です。ここで、一般的な耳鳴りの種類についてお話したいと思います。

■ 耳鳴りの種類

自覚的な耳鳴り

本人にしか聞こえない耳鳴りで、多くの耳鳴りがこの場合です。音は、「ジージー」とか「キーン」など、人により色々な音があり、またいくつかの音が同時に鳴っている場合もあります。音は外耳⇒中耳⇒内耳を経て聴神経によって脳へ伝えられます。これらの経路のどこかに異常（病気）がある場合に耳鳴りを伴うことがあります。この自覚的な耳鳴りの多くは内耳や聴神経などの異常が考えられています。

他覚的な耳鳴り

耳の周りの筋肉や関節の音、血管の血流の音などが本人はもとより、聴診器などを当てると、第三者にも聞こえる耳鳴りです。音は、「ザーザー」とか「ドクンドクン」といったように脈・心拍に一致した血流音のようなものがほとんどで「血管性耳鳴」「筋肉性耳鳴」と言われます。この他覚的な耳鳴りは、内耳動脈などの動脈硬化や高血圧、耳周囲の血管の異常、顎関節症や顎筋肉の結節や腫れ（あごのしこり）などが原因としてあげられます。

生理的な耳鳴り

周囲が静かな夜や防音室などで「シーン」という音が聞こえる時がありますが、これは生理的なもので心配ありません。

病的な耳鳴り

耳鳴りと同時に難聴やめまい、吐き気や頭痛を伴う事があります。このような場合は速やかに病院を受診しましょう。

耳鳴りとは違う⇒頭鳴

耳ではなく、頭の中で耳障りな音を感じる場合があります。そのような症状を「頭鳴」と言います。頭鳴を感じるのは、両方の耳に耳鳴りが起こっている場合です。2つのスピーカーからの音が真ん中辺りで1つになるように、両方の耳で音が発生し、その音が頭の中にまで反響しているのです。反響している分、耳鳴りを大きく感じることもあります。通常検査で異常を認めることはほとんどないのですが、頭鳴の中には、耳鳴りではなく、脳の障害（脳の血管異常）によって起こるものがあるので注意が必要です。これは、心臓の拍動に合わせて「ザーッザーッ」とか「ビューンビューン」とかの音がしますが、頭の表面から聴診器を当てると血管の雑音がするので容易に区別できます。

以上より、耳鳴りの種類・原因には様々なものが考えられ、つきとめる事により、改善法や治療法もみえてきますが、完全に耳鳴りをとることは難しいのが現状のようです。耳鳴りばかりに注意がいくとストレスを感じ、さらに耳鳴りを悪化させ悪循環に陥ります。耳鳴りを憎悪させないような生活面での気配り、十分な睡眠・バランスのとれた食事などが大切です。高血圧、糖尿病、動脈硬化などの慢性的な病気があると耳鳴りを悪化させるので、十分にコントロールしておくことも大切です。喫煙者において禁煙は必須です。不快な耳鳴りですが、少しでも症状が和らぎ、日常生活に支障のないよう上手にお付き合いできればと思います。

【臨床検査技師：田中・宮原】

花のパワーを召し上げれ！

ようやく寒い冬が過ぎ、春がやってきましたね。春と言えば“お花見！”という言葉があるくらい、きれいな花がたくさん咲きます。

みなさんは花がお好きでしょうか？私はとても好きです！見るのが専門で、育てるのは苦手なのですが・・・当院の待合室でも、「これは〇〇の花じゃ！」「きれいな～」「もうこんな季節なんやなあ」という声がよく聞かれます。みなさんもお気づきかとは思いますが、当院では一年を通して季節の花を飾っています。春には梅、桃、桜、夏には紫陽花、ひまわり、秋にはすすき、冬はクリスマスのポインセチアなど、その他にも四季折々の花が登場しています。

花を見ていると、季節を感じるだけではなく「ほっ」と和んだ気持ちになりませんか？花には無意識のうちに人を癒す効果があるようです。お花見や、花をいただいたときなどに、自然と顔がほころんだという経験はないでしょうか？花は大地のパワーを受けて、自然界でたくましく育ち、その備えた「気」を人に与えてくれるのでしょうか。さらに、花が持つ香りによって、神経が刺激されたり、色を視覚的にとらえることで気分が落ち着いたり、安らいだりするそうです。

たとえば・・・

◎白色の花→心をクリアにして、前進する気持ちに（フリージア・胡蝶蘭など）

◎青色の花→興奮を抑え、気分を落ち着かせる効果（アジサイ・アサガオなど）

◎赤色の花→活力を与え、元気な気持ちに（バラ・ハイビスカスなど）

◎黄色の花→すっきりとした前向きな気持ちに（菜の花・ひまわりなど）

◎ピンクの花→緊張をほぐし、おだやかなやさしい気持ちに（桜・コスモスなど）

◎オレンジの花→ビタミンカラーと呼ばれ、励ましてくれる効果（きんもくせい・ガーベラなど）

部屋の隅にちょっと花を添えるだけで、雰囲気も気持ちも違いますよね！皆さんもぜひ花のパワーで「ほっ」と和んでくださいね。「引用:health click Combi Town」【受付事務:湯浅・堺・谷口】

徳島県に何カ所か藤の名所がありますが、私は毎年、神山町神光寺の「のぼり藤」を見せてもらっています。徳島市内からでは佐那河内村の新府能トンネルと超えるとすぐに到着します。通常の藤は藤棚を利用して水平に伸びるのですが、神光寺の「のぼり藤」は15メートルほどの組み櫓に導かれ、天に向かって成長しています。開花時期に遠目から見ると、薄紫色のべールをかぶったようにも見えます。藤の紫色は古代から冠位最上位の禁色とされ、高貴さ、優雅さのシンボルでした。その紫色を満身に受け、控えめで上品な甘酸っぱい香りに浸るひときは、まさに至福の時といつてよいでしょう。花の見頃は4月末のようです。天気の良い日に出かけられたらと思います。

神光寺：名西郡神山町鬼籠野字喜来435

【坂東】



神光寺の「のぼり藤」



★神光寺の所在

あなたは何時ですか？

自分が全く気づいていなかったものの見方に出会って、驚くことがあります。東井義雄さんという方が「自分を育てるのは自分」という本を書いています。この本の中に、自分の人生を24時間で表現してみようという項目がありました。どのようなことか、説明します。

平成18年の簡易生命表から判断すると日本人男性の平均寿命は79歳です。おまけして80歳としましょう。男性の場合は80歳を24時とするのです。私は現在55歳ですので、80歳で打ち止めの人生とすれば55歳は午後4時30分になります。[(55÷80)×24=16.5]夏であればまだ日は高く、もう少し戸外で活動できるでしょう。しかし冬であればもう黄昏時であり、家に帰って晩ご飯を食べ、お風呂にはいたり、家族と談笑したりして、寝るのを待つだけです。そして眠ったあと運良く時間が過ぎたとしても、夜中に小用に起きる程度でしょう。再び目覚めることはありません。

私達は365日で一年が過ぎ、それで歳を重

ねていくと考えています。ですから、まだまだ自分には時間はあると考えてしまうのですが、自分の人生を24時間で表現してみると、自分の人生のどのあたりにいるのかがよくわかります。そしてこれはあくまでも平均的な寿命が得られた時のことであり、それ以前に早世してしまうのであれば、もっと時間は切迫していることになります。

刹那主義には与しません、長期の計画を立てた上で、いつか、いつかを大事に使いたいと思っています。 【坂東】



『坂東は今16時30分』

「嘘も百回言えば真実になる。」と言われます。嘘をつく本人だけでなく、それを聞いている周囲の人達も、何度も同じ事を言ったり聞いたりしていると、ことの真偽を確かめることなく、そのことを信じてしまうのでしょう。

嘘に限らず、キャッチフレーズにも同じようなことが言えそうです。キャッチフレーズを繰り返して聞いていると、それが耳に残り、思想や行動にも影響を与えます。テレビやラジオのコマーシャルにもその種の影響力があると思います。

最近気になっている言葉に「百年に一度の金融危機」というフレーズがあります。何かにつけ、「百年に一度の金融危機なので…」という枕詞がついています。こういった言葉を繰り返していると、聞いている方は「百年に一度の金融危機だったら、仕方がないか…」といった反応を示しているように感じます。百年に云々という言葉はグリーンSPAN前FRB議長が言い出したようですが、それはあくまでも彼個人の意見であり、それが一人歩きして全世界で使われていることに、少なからぬ危惧を抱いています。

いろいろな状況で手詰まりになったとき、「百年に一度の金融危機だから…」という言葉が反論や対策を諦めさせているように感じるのです。状況分析さえ放棄させているように思います。百年だろうが、千年だろうが、困っている状況は改善するべく、手を打たねばなりません。このような曖昧な枕詞は使わず、現状を詳しく分析して対策を立てるべきです。

先生は海軍出身ですかと尋ねられ、絶句したことがあります。私は昭和28年生まれですので第二次世界大戦を経験していませんが、この「百年に一度の金融危機だから…」という言葉が頻繁に使用されているのを聞いていると、「戦時中だから…」 「欲しがりません勝つまでは…」といった言葉が飛び交い、状況分析を放棄してしまった時代を連想してしまいます。皆さんはいかがでしょう？

【坂東】