

テレビデータねつ造事件に思う

国立がんセンター中央病院 桑 原 節 子

あるテレビ番組で「健康と食事」に関するデータねつ造が話題となり混乱をおこしている。毎日のように、ダイエットに効果ありとか、アンチエイジングには、この食品が有効、〇〇はがん予防効果がある、などなどテレビ局は視聴者の関心事を巧みにあやつり視聴率をはじき出している。

テレビ局だけではない。日々の栄養相談でも「何を食べればがん予防によいか」と手っ取り早く効果を得ようと質問せめに合うことも珍しくない。反対にこの食品は特定のがんによくないと食べることを拒否する人もいる。

この現象はなぜおき、なぜなくなるのか。国民全体に「食育」の欠落が大きく、食べる内容について軽視してきたことへの反省をせざるをえない。我々世代（正確な年齢はご容赦願いたい）でも、またそれ以降の受験戦争華々しき時には、主要科目は数学、英語、国語等であり、家庭科や生物などは二の次とされた。成績評価ではその意味合いが大きく違っていた。料理などに関心を持ったり、食と健康などに関心を持てば、「そんな事をしていないで勉強しなさい。お母さんが食事の用意をするから勉強しなさい」。こんな会話を友達からも聞かされた記憶がある。幸か不幸か我が家ではあり得ないことであったが……。

このように成長してきた大人は、健康維持には「努力」せず手っ取り早く効果を手に入れたいようである。サプリメントの多用や情報の聞きかじりですべてをかたづけてしまいたいのである。そこへ目をつけたテレビ局は逆にとり、中高年層を取り込むべきあの手この手で魅力的なテーマを放出してくる。さもごもっともといわんばかりのデータを示しているが、全く信頼性のないものばかりである。数人の協力者をグループ分けして、明らかな差が出たという切。笑ってみてくれる人は問題ないが、多くの人は「なるほど」とうなずいているから怖い。バイヤスがかかっているなどといえるレベルさえいっていない。

さて、手っ取り早く健康を手に入れた人々に王道の栄養学を語ると、「そんなことはわかっている。この施設でわかっている最新の効果ある食材（サプリメント・健康食品を含む）を教えて欲しい」と返される。やはりわかってもらえてないようである。

インターネットで公開されている情報をみて〇〇と△△のがんは関係があるとみると〇〇はやはり食べない方がよいですねと念を押す。なぜゼロか無制限を選択しようとするのか、「中庸」こそが大切と丁寧に話を続けるが馬の耳に念仏である。

また食事と人体の相関を語るには、長い時間、多くの個体差を超える人の継続研究を必要とするため、テレビ番組の作成期間に出せるような簡単なものは存在しない。加えてそんなに簡単に解明できれば「栄養学」は存在しないし私たちは苦労しないのである。食品くらいのことだから、大事にならないだろうという気持ちでねつ造がおきたとすれば、「嘘をついた」以上に許せないことである。

人間はその風土に根付いた食と健康を経験の中で育ててきた。日本の食はここ40年で極端な変化を急速に受け入れている。穀類の摂取減少、脂肪摂取の増加、食物繊維の減少等々。多忙な生活を埋めるように24時間営業のコンビニがひしめいている。食材の自給率はあまりに低く、危うい平和の上に豊かな食卓が実現している。「うまい」を追求するあまり、世界から食材をかき集め、かなりの割合をゴミとして排出する現状は見直す必要がある。健康的な食べ方を考えると同時に、いろいろな角度から食を見直す時である。これらの啓発にテレビは大きな役割があるが、このねつ造問題がきっかけで、単純に食事と健康を扱わない方が無難だと考える局が増えないことを望みたい。これを教訓に正しく扱う姿勢を強めて欲しいと考える。

最後になったが、編集委員をお受けして半年で去らなければならなくなってしまったことを心苦しく思うと同時に残念である。チーム医療が根付いた「医療」のご発展を心から願っている。