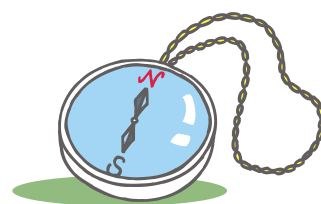


# 羅 針 盤

第 27 号 令和3年（2021年）12月20日（月）



## ◆ 強いからヒーローなんじゃない

皆さんもよく知っているアニメ「アンパンマン」の作者であるやなせたかしさんは、「強いからヒーローじゃない、喜ばせるからヒーローなんだ。」と言います。アンパンマンは小さな子どもたちから絶大なる人気を誇るヒーローですが、やなせたかしさんによると、「世界最弱のヒーロー」だそうです。アンパンでできた顔が濡れてしまったり、変形してしまうと、パワーが出なくなり、ジャムおじさんに助けを求めて、新しい顔をつくってもらわないと戦うことができません。それに、弱っている人を見つけたら顔のアンパンをちぎって差し出してしまいます。自分が弱るとわかっていても、助けずにはられない。こうした行為こそが「正義」であるとやなせさんは言います。やなせさんがこのように考える背景には、彼自身の戦争体験が大きく影響しているようです。第二次世界大戦を体験した中で、正義の戦いであると信じて戦い続けた結果、敗戦で戦争は終わりを告げ、正義の戦いは存在することなく、戦争そのものが悪であったと価値観が一変してしまいます。「正義」というものが時代や立場によって全く違ったものになってしまう現実と直面し、本当の正義とは何なんだろうかと突き詰めて深く考えるようになったそうです。そして、困っている人を助けることこそが正義であるという考えにたどり着きます。アンパンマンは当初、アンパンを配る普通の男の人として描かれたそうです。やなせさん自身の「正義は政治家や偉い人だけが行うものではなく、普通の人ができるもの」というメッセージが込められています。悪いものをやっつけることだけが正義ではなく、「溺れている子どもを見て、思わず川に飛び込んでしまうような行為」こそが正義であるとやなせさんは言います。だからアンパンマンは自分のことを犠牲にしてまでも弱い者を助ける、このことは私たちにとっても生きていくうえでの大切なヒントがたくさん散りばめられていると思います。



## ◆ 病は気から

「病は気から」ということわざがあります。古くから、気の持ちようが身体の具合を左右するといわれており、その考え方は生活にも浸透しています。ストレスと免疫については、そのメカニズムについて科学的な実証実験がいくつも行われています。2014年の大阪大学の研究グループからの実験報告では、ストレスによる精神的な作用が免疫に影響するということが証明されており、2017年の北海道大学からの報告でも、ストレスが胃腸などの消化器系疾患を起こしたり、突然死を引き起こしたりするメカニズムが解明されています。免疫は、細菌やウイルスなどの外敵から体を守るための機能。特に「ナチュラルキラー細胞」という免疫は、体内に細菌やウイルスなどの外敵が侵入した際、攻撃し排除してくれます。免疫力を高く保つために、ナチュラルキラー細胞を活性化させて機能させるためには、「笑うこと」が大切であるという研究の成果が報告されています。コロナ禍での生活が続きますが、余りくよくよせずに、笑いを取り入れて過ごすことが何よりも大事なことのようです。