

体重がどこへ消えた

私たちが物を食べたとき、その前と後で私たちの体重はどのように変化するのだろうか。

たとえば、いま 100g のくだものを食べたとして、体重は何グラム増えるだろうか。答えは

100g である。あたり前じゃないかと怒ってはいけない。それは食べたすぐ後の話なのだ。では、

食べてから時間がたった

らどうなるだろうか。

今から 380 年ほど前、あるイタリアの学者が、食べ物の重さと体重の関係を知るために、

自分の体を使って体重の変化をこまかく調べた。まず、人間が乗ることのできる大きなはか

りを特別に作り、その上に何日間もすわりつけて、食べたり飲んだり、大便や小便をした

りした。そして、そのたびに体重の変化をていねいに計って調べたのである。

最初、その学者が考えたのは、食べたり飲んだりした物の重さから、外に出した大便や

小便の重さを単純に引き算した分だけ体重は増えるだろう、ということだった。ところが、実

験をしてみた結果、彼が考えていたほど体重は増えなかったのである。彼は実験に間違い

があったのかもしれないと思って何回もやりなおしてみたが、結果はやはり同じだった。彼は

困ってしまった。おそらく、食べ物や飲み物の一部は、何か目に見えない物となって体の外

へ出て行ってしまったのだろう、結局、彼はそう考えた。そう、彼は間違ってい

なかった。

では、その目に見えない物となって出て行ったのは何か。一つは汗である。人間の体から

は、たとえじっとしていても、一日に 1kg 近くの汗が外に出ていく。この汗のことについてはイタ

リアの^{がくしゃ}学者も^{かんが}考えていた。もう一つは^{ひと}息を吐くときに^{いき}出る^は炭酸ガス、つまり^でCO₂だ。^{たんさん}これは^{かれ}彼の時代よりずっと^{あと}後になって、あるイギリスの^{がくしゃ}学者が^{しら}調べたことだが、^{たいじゅう}体重68kgの^{ひと}人は一日に^{やく}約0.7kgの^{さん}酸素を取り入れて^そ約0.82kgの^とCO₂を^い出しているという。つまり、^{やく}人間の^だ体重は^{こきゅう}呼吸をするだけで、一日に^{いちにち}約0.12kg^{やく}ずつへっていくことになるわけである。

^{たいへん}大変な^{くろう}苦勞をして^{じっけん}実験をした^{がくしゃ}学者も、^{ざんねん}残念ながら、このことにまでは^き気が^つ付かなかった。

そのころは、^{くう}空気はただ^き空気とだけ^{かんが}考えられていて、O₂やCO₂などいろいろな^き気体からできているとは^{かんが}考えられていなかったからである。

(参考：左巻恵美子「人間の体重 24 時間」『楽しい科学の話』新生出版)

^{こころ}心のなかの^{しょうぶ}勝負は^{たい}51対49の^{おお}ことが多い

あるとき、^む無理に^り連れて^つ来られた^こ高校生で、^{こうこうせい}椅子を^い後ろに^す向け、^{うし}私に^む背を^{わたし}向けて^せ坐った^むすわ

子が居た。このようなときは、われわれはむしろやりやすい子が来たと思う。こんな子は会
や否や、「お前なんかには話をするものか」と対話を開始してくれている。そこでそれに応じて、
こちら「これはこれは、僕とは話す気が全然ないらしいね」などと言うと、振り向いて、「当
たり前やないか。こんなことしやがって、うちの親父はけしからん……」という具合に、ちゃんと
対話がはずんでゆくのである。

こんなときに私が落ち着いていられるのは、心のなかのことは、だいたい 51対49 くらいのところ
で勝負がついていることが多いと思っているからである。この高校生にしても、カウンセラー
のところなど行くものか、という気持ちの反面、ひょっとしてカウンセラーという人が自分の苦
しみをわかってくれるかも知れないと思っているのだ。人の助けなど借りるものか、という気持ち
と、藁にすがってでも助かりたい、という気持ちが共存している。しかし、ものごとをどちらか
に決める場合は、相反する気持ちの間で勝負が決まり、「助けを借りない」という方が勝
つと、それだけが前面に出てきて主張される。しかし、その実はその反対の傾向が潜在して
いて、それは、51対49 と言いたいほどのきわどい差であることが多い。

51対49 というと僅かの差である。しかし、多くの場合、底の方の対立は無意識のなかに
沈んでしまい、意識されるところでは、2対0 の勝負のように感じられている。サッカーの勝負
だと、2対0 なら完勝である。従って、意識的には片方が非常に強く主張されるのだが、そ
の実はそれほど一方的ではない
のである。

いそが　ちちおや
忙しい父親

きのう　とう　いっしょ　げん　き　げん　き　きょう　さっぽろ　い
「昨日までお父さんと一緒だったよ。あいかわらず元気元気。今日は札幌だって言った」

あした　えい　あ　い
「明日、永さんに会いますけど、なにか言っておくことありますか」

いそが　ちちおや　ちくせつかお　あ　きょうつう　し　あ　つう　げんどう　し
忙しい父親とは、直接顔を合わせることより、共通の知り合いを通じて、その言動を知

ることが多いです。きのう　おきなわ　いっしょ　い　おきなわ　おも
昨日沖縄で一緒だった、と言われれば、そうか、沖縄にいるのか、と思

い、この間^{あいだ}網走^{あばしり}でお見かけしました、と言われれば、そうか、網走^{あばしり}にいたのか、と思う。

(中略)

小さい頃^{ちい ころ}は「お父^{とう}さんがいないと寂^{さび}しいでしょう」とよく言われた。寂^{さび}しくなかったと言ってしま^いうのは父^{ちち}親^{おや}に気^きの毒^{どく}なんだけれど、とにかくいないことが多^{おほ}かったんだから、それが普通^{ふ ふう}だと思^{おも}っていた。そう聞^きいてくれる人^{ひと}のご期^き待^{たい}に添^そわなくちゃ悪^{わる}いかなあ、と思^{おも}って、「そうですねえ」なんて答^{こた}えていたわたしもずいぶんいいかげんな人間^{にんげん}なのである。人^{ひと}に言^いわれて初^{はじ}めて、そうかあ、わたしは寂^{さび}しいのかあ、と寂^{さび}しくなったような気^きがしたこともある。店^{みせ}をやってるお父^{とう}さんだったら、一^{いち}日^{にち}いるのが普通^{ふ ふう}だし、会^{かい}社^{しゃ}員^{いん}のお父^{とう}さんだったら、朝^{あさ}でか^{よる}けて夜^{おそ}遅^{かえ}くても帰^{かえ}ってくるのが普通^{ふ ふう}だもの。だ^いったら、家^{いえ}にいた^りい^なかつたりする、それが普通^{ふ ふう}なんだってお父^{とう}さんがいてもいいじゃないか。

うち^{ちち}の父^{おや}親^{すこ}も少^としづつ年^し齢^{れい}をとってき^きたせいか、東^{とう}京^{きやう}に^おお^おいることが多^{おほ}くな^なってき^きた。それま^までは、「あ^あっ、お父^{とう}さん^{いえ}が家^{わたくし}に^{ちち}い^{おや}る^{いえ}に^いる^いこと^いに^いち^いち^い驚^{おどろ}いて^{いた}。わたしも妹^{いもうと}も、それ^はから母^{ははおや}親^{おや}も、あ^{ちち}の父^{おや}親^{いえ}が家^{じやうたい}に^ない^るという状^{じやう}態^{たい}に馴^なれて^きたのは、や^やっと最^{さい}近^{きん}のことだ。た^ただ^いっ^{たん}東^{とう}京^{きやう}に^いる^{とな}ると、こ^これはも^もうべ^べつ^{たり}と一^{いち}日^{にち}中^{ちゆう}家^いに^いて仕^し事^{ごと}をするか、母^{ははおや}を誘^{さそ}って映^{えい}画^がを観^みに行^いつたり買^かい物^{もの}に行^いきた^がるので、母^{ははおや}は掃^{そう}除^じも片^{かた}づけもで^でき^きない、と嘆^{なげ}く。嘆^{なげ}き^きな^なが^がら^らも、「昨^{きの}日^うの夜^{よる}は^とうお父^{とう}さん^たとラ^いー^いメ^いン^いを食^たべ^いに行^いつち^いゃ^いつ^いた^い」とか、「『バ^けッ^いク^いマン^い家^いの^い人^い々^い』を^い観^いて^いから、ど^いこ^いそ^いこ^いで^いお茶^いを^い飲^いんで^い.....」とか報^{ほう}告^{こく}して^いく^いれる。

駅^{えき}ひとつと^いえ、家^{いえ}を離^{はな}れた娘^{むすめ}としては、父^{ちち}親^{おや}と母^{ははおや}親^{いっしょ}が^い一^がっ^い緒^{いっ}に外^{がい}出^{しゅつ}を^{たの}し^いんで^いるの^のは^み見^みて^いて心^{こころ}強^{づよ}い。あ^{ねん}の年^だ代^いの夫^{ふう}婦^ふに^めしては珍^{めづら}しいと思^{おも}う^いん^いだ^いけ^いれ^いど、父^{ちち}親^{おや}が母^{ははおや}親^{いっしょ}の腕^{うで}

をとって歩く、なんてこともよくある。まるで他人^{た にん}みたいなふりをして歩く夫婦^{ある ふう ふ}らしいふたり連^づ
れを見る^みより気持ち^{き も}がいい。

(永千絵『いつもの場所で』による)