

各 位

2023年11月17日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

養老孟司と C・W ニコルが、自然と切り離された現代人のさまざまな問題を語る。『ヤマケイ文庫 「身体」を忘れた日本人』刊行！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、2023年11月17日『ヤマケイ文庫 「身体」を忘れた日本人』を刊行いたしました。



本書は、解剖学者・養老孟司氏と作家・冒険家の故 C・W ニコル氏が、2014年に黒姫の「アフアの森」と箱根の「箱根昆虫館」で実施したお二人の対談をもとに構成しています。

現代の森や川といった自然環境の話から始まり、日本人の食や住まいに関すること、教育のこと、意識のこと、生物のこと―。自然が大好きでさまざまな経験をしてきたお二人の軽快なやり取りを挟みつつ、話は進んでいきます。

アレルギーになる子ども、災害時に火をおこすことが出来ない大人たち。便利になりすぎた都市生活によって、あまりに自然と切り離された生活になっていないだろうか。そして自然と触れる機会もなくなった現代人は、嗅覚、免疫といった身体機能も衰えている―。そんな都市生活によって「身体」感覚の衰えた日本人と自然と

の関係をテーマに、さまざまな問題について熱く語り合います。

幼少の頃から自然に深く触れてきたお二人が、自然欠乏となった現代の日本のさまざまな問題に触れ、その解決方法を提示しています。失われた日本の自然や身体、そして自分自身を取り戻すために、ぜひとも読んでいただきたい1冊です。



## 第一章 森と川と海のこと 9

- ◎ 荒れた森を再生する 10
- ◎ 日本の杉は苦しんでいる 14
- ◎ 馬に木を通はせる 16
- ◎ 木の力、森の力 22
- ◎ 森と川、そして海つながり 26
- ◎ 川は「流域」で考えよう 32

## 第二章 食べること、住まうこと 39

- ◎ 田舎の力 40
- ◎ 都会の畏れ 45
- ◎ 虫は貴重なタンパク源だった 46
- ◎ 何でも食べられるのは「貴族」 50
- ◎ 木を生かす適材適所 54
- ◎ 原発事故のあとに残された難問 59
- ◎ 人間関係を保険で補償する時代 65

## 第三章 子どもたちと教育のこと 67

- ◎ 「ほったらかし」が一番 68
- ◎ 二人の子ども時代 71
- ◎ 母親の世界から飛び出せ 75
- ◎ ゲームより実体験 79
- ◎ 自然が足りない世界が半分になる 85
- ◎ 新しいエリートをつくる 85

## 第四章 虫のこと、動物のこと 101

- ◎ 体験を通すと生きた知識が身に付く 89
- ◎ 森で授業を 94
- ◎ 小さいときに触れるべきもの 97
- ◎ 生き物の分類は分ける人によって変わる 102
- ◎ ソウムシは中央構造線を知っている？ 104
- ◎ ハチに刺されて死ぬのはなぜか 112
- ◎ クモに名前をつける 115
- ◎ いなくなつた赤とんぼ 119
- ◎ 生き物は複雑なシステム 124
- ◎ キリンの首はなぜ長い 129
- ◎ 熊との付き合い方 133

## 第五章 五感のこと、意識のこと 139

- ◎ ハエも用心するクサヤのにおい 140
- ◎ 人の顔色をうかがうための進化 142
- ◎ 意識はコントロールできない 146
- ◎ 人が失った絶対音感 149
- ◎ 山の声が聞こえる 152
- ◎ 銃を撃つ前に逃げるカモ 156
- ◎ 夢と意識 160
- ◎ 時間と空間 162
- ◎ 「意識の時代」と「身体の時代」 165



訓読みは難しい

ニコル 僕は日本語を、音としてとても美しい言葉だと思っています。漢字はダメです。最初は、漢字を一生懸命覚えようとしたけど、覚えるほどいやになったんです。読み方を間違えたらバカにされたり笑われたりする。そうすると、男だからムツとする。それで、漢字が嫌いになったんです。

養老 「読み書きさるばん」というぐらいで、漢字の読みは難しいんです。読む脳が、仮名読みと漢字読みの二つに分かれている。そういう言語はほかにはないんですよ。

ニコル ないですね。

養老 日本語は、漢字を取り入れた上に、音訓読みをしてみましたのでそういうことになったんです。たとえば、よく使う「重」という字を「重い」「重ねる」「重大」「重複」「日野原重明」とも通にも読む。しかも、論理性なしですから、ニコルさんが覚えきれないのも当然です。

子どもも、大人も外で遊べ

——ここからは、私たち日本人がこの先どうしたらいいかについて、お二人から「これだけは言っておきたい」ということをうかがえればと思います。

ニコル 私は「自然から離れないでください」と言いたいです。特に、子どもたちはとにかく自然の中で学んだり、遊ばせたりしてください。じきないと、脳がおかしくなる。もうなっている人も多い。

養老 「自然に触れてほしい」というのは僕も言いたい。免疫系をちゃんとコントロールできるようにするためにも、それが必要ですね。いま、若い人の1割がうつ病だと言われますけど、それも人工物にばかり囲まれていてせいでしょうし。

ニコル 子どもの骨が弱くなって、折れやすくなっているのも問題です。

おとし、英国のナショナルトラストの人が僕に話を聞きに来ました。日本で、子どもたちが外で遊んでいるかとか、木に登っているかとか、質問した。

ナショナルトラストは国立公園より土地が広いんですけど、向こうでは、何十年もの間、子どもが木に登っていいかどうかで議論があったそうです。毎年、何人かケガをしたから。でも、2年くらい前からそれを議論しなくなりました。なぜなら、誰も登ろうとしなくなつたから。その代わりに、自分のベツドから落ちて大ケガする子が3倍に増えたそうです。

——外で身体を使つて遊ばないから、身体感覚が鈍ってるんですね。

ニコル 日比谷公園で、ジョン・ギヤスライトつて僕の友達が、子どもたちに木登りを教えたから、子どもたちがみんな喜んでました。

養老 いまや木登りは教えるものになっちゃったんです。僕は、庭の松の木のでっぺんまで登って、しよっちゅう揺すつてましたね。松はいいんですよ、意外に。柿はいかんです。

——折れるんですか？

養老、そうです。

ニコル それは知らなかった。

本書は、2015年10月に刊行した同名の書籍を文庫化したものです。文庫化に伴い、お二人と交流のある武術研究者・甲野善紀氏の解説を追加しています。

【目次】

- 第一章 森と川と海のこと
- 第二章 食べること、住まうこと
- 第三章 子どもたちと教育のこと
- 第四章 虫のこと、動物のこと

第五章 五感のこと、意識のこと  
第六章 聞くこと、話すこと  
第七章 これからの日本のこと  
対談を終えて  
文庫版解説 甲野善紀

### 【著者プロフィール】

#### ●養老孟司(ようろう・たけし)

1937年神奈川県鎌倉市生まれ。解剖学者。東京大学名誉教授。1962年に東京大学医学部を卒業。1981年、東京大学医学部教授に就任。1995年に東京大学を退官。脳科学や人間の身体に関するテーマをはじめ、幅広い執筆活動を行う。昆虫研究でも知られ、2022年7月まで福島県須賀川市の科学館「ムシテックワールド」の館長を務めた。著書に『養老先生と虫』(山と溪谷社)、『バカの壁』『「自分」の壁』(新潮社)ほか多数。

#### ●C・W ニコル(クライヴ・ウィリアム・ニコル)

1940年英国ウェールズ生まれ。作家、環境保護活動家、探検家。カナダ水産調査局主任技官、エチオピア・シミエン山岳国立公園長などを歴任後、1980年長野県に居を定める。1986年、荒れ果てた里山を購入し『アフアの森』と名付け、森の再生活動を始める。2002年「一般財団法人 C.W.ニコル・アフアの森財団」を設立し、理事長となる。著書に『勇魚』(文藝春秋)、『風を見た少年』(講談社)ほか多数。2020年、79歳で逝去。

### 【商品詳細】

書名:『ヤマケイ文庫 「身体」を忘れた日本人』

著者:養老孟司、C・W ニコル

定価: 990円(本体900円+税10%)

発売日:2023年11月17日

仕様: 文庫判 252ページ

<https://www.yamakei.co.jp/products/2823049840.html>

#### 【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

#### 【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:松本大輔、証券コード:東証スタンダード市場9479)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

### 【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当:平野

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: [info@yamakei.co.jp](mailto:info@yamakei.co.jp)

<https://www.yamakei.co.jp/>