巻　頭　言

時間生物学はどこに行くの

柴田重信
早稲田大学　先進理工学部

最近、時間生物学会の広報・発信の重要性を認識する。体内時計という言葉は世間に認識されつつあるとよく思うが、体内時計を取り扱う学問の発展と意見交換する場としての時間生物学会があることは、世間では十分に認識されているとは思えない。私自身は大学院生の時から時間生物学の学問領域に携わり、1982年に最初の論文出して以来30年近くと、随分月日が経ったものだと思うこの頃である。時間生物学は新しい研究手法を取り込み、他の研究領域へ広がり、時間軸・リズムを取り扱う学問として発展してきたと自負しているが、外野から眺めてみると時間生物学は、他の学問分野への浸透性、社会での認知度はさほど大きくないのでないかと危惧する。

恐らくこのジレンマは、この時間生物学が既存の学問の複合的学問であり、それぞれの母体の学問系あるいは学会であまり重要視されていないからではないか、とも思われる。それぞれの母体の学会等でシンポジュームなどを企画し、時間生物の学問としての重要性、応用・発展性を積極的にアピールするべきであろうと思っている。最近、時間生物学の教育の重要性も認識する。早稲田大学では「時間生物学」という半期の科目を複数名の先生で担当している。40－50名の学生が受講しており、一定の教育効果があがっていると思っている。この科目を履修した学生が継続的に時間生物の学問分野に興味を持っていてくれることを期待している。また、大学や大学院の特別講義等も有効に利用し、時間生物学の学生への浸透が大事であろう。

私は最近「時間栄養学」を浸透させるべく、いろいろな機会を利用して、講演あるいは研究活動を行っている。皆さんもご存知のような時間薬理学という言葉あるように、体内時計と栄養・食との関わりを調べる学問として、時間栄養学なるものがあってもよいことになる。この研究ストラテジーは、食糧科学・農芸化学や、栄養科学の研究者、実務者に受けがよくまた、食品関連の会社なども興味があるようで、時間生物学の応用分野として発展しそうな領域になりつつある。健康科学においては、如何に元気で寿命を全うするかという「健康寿命」の考え方が重要になってきた。シフトワークや夜型生活の研究から、生活リズムが整った生活を営むことが健康長寿に寄与するであろうことは、大いに想像できる。従って、時間生物学の研究の出口として「時間健康科学」を掲げることが、社会からの期待に沿うことになると私は確信している。