

私の一冊

一般教育等 林 恵嗣 先生

デイヴィッド・エプスタイン 著 福 典之 監修 川又政治 訳
『スポーツ遺伝子は勝者を決めるか?』

小鹿図書館 780.193 || E 66

2 回目の「私の一冊」の原稿依頼となったので、もはや「私の一冊」ではありませんが、前回の原稿執筆以降で、新しく読んだ本の中から一冊選びました。

「なぜ陸上短距離種目でジャマイカの選手が強いのか?」「なぜ陸上長距離種目でケニアやエチオピアの選手が強いのか?」そんな疑問を持ったことはありませんか?本書では、遺伝子を切り口に色々な競技においてどのようなタイプの選手が活躍するのかを、数多くの書籍や論文を参考文献にしながら、科学的に検証しています。原書は2013年に刊行されているため、現在では、より明らかとなっている事柄もあるかもしれませんが、今でも十分に通用する内容だと思います。科学的に検証していることで、非常に論理的で分かりやすい反面、ある程度の知識がないと難しいかもしれません。筋線維の話やヘモグロビンの話などが出てきます。健康科学論を受講していると少しは話が分かりやすくなるかもしれません。また、かなりボリュームのある本(文庫版で、最後の解説まで含めると500ページ近くになる)なので、なかなか大変かもしれません。でも、興味のある人にとっては、非常におもしろい本だと思います。

さて、本書のタイトルや上記の文章から、先天的に競技能力が決まってしまうようなイメージを持たれてしまっていますが、必ずしもそうではありません。やはりトレーニングも重要です。先天性のもの(遺伝子)と後天性のもの(トレーニング)がうまく噛み合って、トップアスリートになっています。その上で、遺伝子という要因で競技成績がどのように影響されるかを考察しているのが本書となります。東京五輪は終わりましたが、今後開催される五輪や世界選手権等において、どの国のどのような選手が活躍するのか、その要因は遺伝子なのか、トレーニングなのか、単純に競技人口が多いからなのか、等を考えながら見てみると面白いと思います。また、日本人選手が活躍できている競技とあまり活躍できていない競技の違いが何なのかを考えてみるのも面白いでしょう。

最近では、トランスジェンダーの選手のスポーツ参加やパラアスリートのオリンピック参加について議論されることもあります。本書を読むと単純な話でもなさそうだということも分かってきます。こういう問題を深く考える機会にもなると思いますので、是非一度読んでもらいたいと思います。