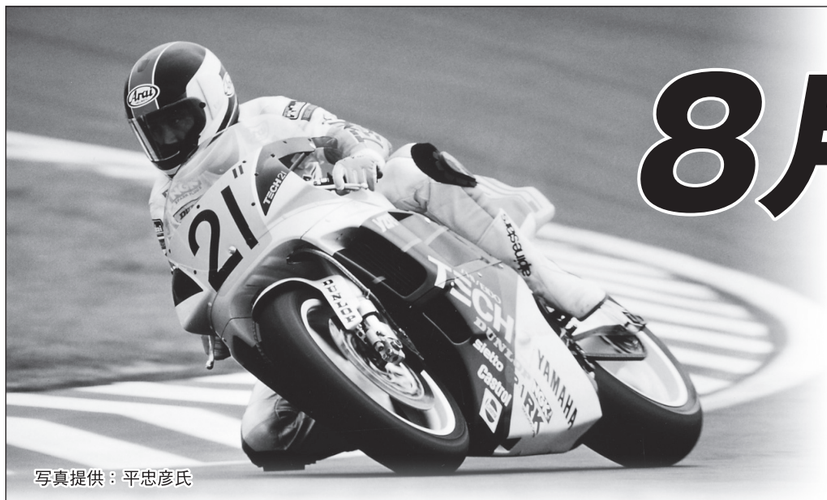
8月19日は「バイクの日」


写真提供：平忠彦氏

7月から9月にかけての3カ月間は、毎年バイク月間として全国各地でさまざまなイベントが開催される。東京では「バイクの日」の19日午後、新宿ステーションスクエア・アルタ前広場で開催される「スマイル・オン2011」（主催：日本自動車工業会）において、元・世界グランプリレーサーの平忠彦氏、現役レーシングライダーの伊藤真一氏、アナリストの勝間和代氏、東北大学教授の川島隆太氏らがトークショーを繰り広げる予定だ。これに先立ち、14日に放送された「勝間和代#デキビジ」（BSジャパン、毎週日曜夜10時放送）では、「脳トレ」でおなじみの川島教授をゲストに、勝間氏との間でバイクにまつわる話で盛り上がった。番組収録後の会話も折り込み、バイク愛好家の2人の話をお届けする。

14日に放送された「勝間和代＃デキビジ」の収録風景

「バイクに乗りたい！」

勝間　私は6月に大型バイクの免許を取得したばかりですが、新たに大型免許を取得する人の男女比が12対1ということに驚きました。これは脳の構造の違いに由来するものでしょうか。

川島　1つには女性の体格の問題があると考えられます。ただ、中型・小型バイクの免許取得者でも男性の方が多いので、恐らくは危険に対する閾値（いきち）の違い、感じ方の違いがあるのだと思います。バイクは自己責任において、操作を誤ったり状況を読み間違えたりすると大けがをする可能性がある乗り物です。男性は女性に比べてリスキーなものを好む傾向があり、女性は危険をできるだけ回避する傾向がありますから、そうしたことが関係していると考えられます。

川島 隆太氏
東北大学教授・医学博士

勝間　先生は「バイクに乗ると脳が若返る」といった研究もされていますね。

川島　産学連携研究の1つとして2008年からスタートして現在も続けています。高速道路などをバイクで走る中高年ライダーたちは、町中で見かける同年代の人たちと比べ若くて元気に見える。バイクに乗ることが脳トレになっているのではないか、というメーカーさんの疑問に応えるかたちで研究をスタートしました。

勝間　先生ご自身もバイクに乗っておられますよね。

川島　実はその研究の話があったとき、私はバイクを持っていませんでした。妻に愛車のナナハンを捨てられてしまっていた（笑い）。8年前ぐらいにもらい事故を起こしてしまい、バイクもレストアしないと使い物にならない状態でした。学生時代にも事故経験があることを妻は知っていましたから、「けがをしたら、私が悪かった」とその時はあきらめました。

勝間　でも、やはりバイクに乗りたかった？

川島　もちろんです。春になるたびに「ああ、バイクに乗りたい！」と（笑い）。バイクを運転すると脳の働きがよくなるというデータを見せれば、妻も納得してくれるかもしれない。私がストレスの多い日々を送っていることを妻はよく知っていますから、バイクに乗ることは精神的にも良い、ストレス解消になる、心が元気になるというデータも出せれば、バイク購入の許可が下りる確率も上がるに違いない。そうした個人的な思いもあり、常にも増して精緻な実験を組みました。

勝間　精緻に組んだのは、川島さんがバイク好きだからこそ、奥様はもちろん誰からも批判される余地がないようにという思いからですね。結果はどうだったのでしょう。

川島　生活介入実験として、自動二輪免許を持っているけれど、日常バイクを運転していない22人の被験者（平均年齢48歳）を募集し、ランダムに2組に分けました。介入群には2カ月間、通勤や買い物など生活の中でバイクを使ってもらい、対照群には普段通り車やバスなどを利用してもらいました。そして、生活介入前後の認知機能の変化と、メンタルヘルスに関するアンケート調査結果の変化を比較しました。

その結果、バイクに乗った群は脳の前頭前野機能を中心に多くの認知機能が向上し、メンタルヘルスに関する調査でも、さまざまな生活上のストレス度が著しく軽減していました。対照群との比較でも、統計的に有意な差が出ました。簡単に言えば、バイクに乗ると脳の機能が良くなり、かつメンタルヘルスに良いという理想的な結果が出たわけです。

勝間　なぜバイクに乗ると脳は活性化するのでしょうか。

川島　バイクに乗ると、常に周囲に注意を払うからです。マンホールのふたにも気を配り、緊張感を持続させながら運転する結果、脳が活性化する。

バイクで認知機能が向上

脳に良いバイクライフ

勝間　実は私、6月下旬に850ccのバイクで転倒事故を起こし、右手首の尺骨を骨折しました。自宅までほんの数百㍍、もうすぐ家につくということで気が緩んだのだと思います。脇道から出てきた車に気づくのが遅れ、急ブレーキをかけて転倒してしまいました。

川島　気が張っていれば、脇道から出てくる車の気配も感じることができたかもしれませんね。

勝間　私もそう思います。3月に免許を取ったばかりの初心者なのに、リラックスし過ぎて認知機能が低下していたのだと思います。リスクの予測能力、リスクに遭ったときの回避能力、それでも転倒や落下したときの受け身能力、ABS（横滑り防止装置）などのサポートが不足していたため、私は事故るべくして事故ったのだと自己検証し改善努力をしています。川島さんは念願のバイクを手に入れることができたのですか。

川島　おかげさまで家族にもきちんと説明して納得してもらい、購入許可を得て、1300cc、1400ccと乗り継いできました。いまでも週末になると、早朝に仙台の自宅を出て、山形県の蔵王周辺の峠道を走り、午前中には帰宅。家族が寝ている間になにくわぬ顔でリフレッシュしています。

勝間　もらい事故のあとは事故やけがなどはされていないのですか。

川島　はい。事故なく、けがなく、楽しく元気にリフレッシュ。脳に良いバイクライフをエンジョイしています。

バイクは人間的な乗り物

勝間　私自身は、都心部での近距離移動は自転車が基本ですが、30㌔㍍以上の移動の場合、自転車では疲れてしまう。その点、バイクは小回りが利きますし、移動そのものが楽しい。大型バイクの免許を取得すると宣言した途端に、「ようこそ、こちら側へ」という温かい声がたくさん寄せられてびっくり（笑い）。今なら分かりますが、やはりバイクに乗って初めて分かる世界というものがありますね。最近ではバイクに乗る人が減り続けているというデータがありますが、どう思われますか。

川島　現代は安全・安心を追求する社会になっています。若者でさえ危険から遠ざかり、リスクの少ない選択肢を選ぶ傾向にあります。私が乗っている車には、危険を察知すると自動ブレーキが掛かるシステムまで組み込まれています。そうした中で、オートバイという乗り物だけは、自己責任で操作をしなければうまく乗りこなせない。テクニックで差の出る乗り物です。これほど人間的な乗り物はありません。

勝間 和代氏
アナリスト

「退屈のすすめ」で脳活

勝間　安全・安心な社会の中で、脳にとって一番良い働かせ方をするコツはありますか。

川島　逆説的ですが、退屈することが一番良い。情報を遮断すると、とても退屈になります。すると、脳は退屈でないことを見つけようと自ら働くことを欲します。

勝間　リスクを排除していく社会というのは、人間の脳にとって本当に良いものといえるのでしょうか。

川島　良しあしは別にして、安全・安心な社会を突き進めていけば、それは一面では、脳をあまり使わない社会だともいえます。コンピューターに脳の肩代わりをさせるより自分で自分の脳を使う、自らの身を守るために脳を使う方が、やはり人間的な生き方だと私は思っています。

勝間　わざわざ退屈な時間を設ける。そこで、能動的に何をしようかを考える。それが脳の活性化にもつながるということですね。バイクに乗るという選択肢もその一つ。

川島　「退屈のすすめ」は、とても崇高な遊びです。それが楽しい人生を送るコツだと考えています。私は退屈しないため、より楽しく生きるためにバイクに乗っています。バイクに乗っている時間は、自然の一部としての自分、生き物としての当たり前の感覚を取り戻す時間でもあります。時代に泳がされて生きるのか、時代を自ら泳いでいくのか。人間らしく生きるとは何か、それはバイクに乗れば分かると思います。

勝間　8月19日のイベントでご一緒される平さんの運転を後部座席で体験されたことがあるそうですね。

川島　平さんにとっては安全運転だったのでしょうが、私には恐怖体験以外の何ものでもありませんでした（笑い）。SUGOのレーシング場とはいえ、2人乗りでこのカーブをこのスピードで、こんなに車体を倒して乗るのか。しかも片手運転で後ろを向いて私に話しかけながら！……。まさにプロのライディングのすごさの一端を体験させていただきました。

勝間　その時の脳の前頭前野の活性化データがあれば面白かったかもしれませんね（笑い）。

「8月19日はバイクの日」企画
読者プレゼントのお知らせ

● プレゼント賞品 ●

① **「がんばろう、日本！」バンダナ**
（提供：日本自動車工業会、100人）

② **レンタルバイク8時間無料体験**
（提供：レンタル819 キズキ、全国84営業所にて、各営業所1人、全84人）

※応募条件：20歳以上、ご希望のバイクに合った運転免許証をお持ちの方。貸出区分P-5まで、車両補償オプション（車両クラスにより1,000～3,000円、クレジットカード決済のみ）が別途必要となります。ご利用可能期間は、2011年10月30日（日）まで。

Rental 819 kizuki レンタルバイク キズキ

■ 応募方法：
下記URLにアクセスしていただき、「プレゼント・アンケート」コーナーの「8月19日はバイクの日」企画をクリック。企画内のアンケートにお答えいただき、必要事項をご記入の上ご応募ください。

http://adnet.nikkei.co.jp/

■ 応募締め切り：
2011年8月31日（水）

※個人情報はバンダナ当選者への当選品の発送および、レンタルバイク8時間無料体験の当選者リストをレンタル819 キズキに渡すのみで、それ以外の目的に使用することはありません。
※プレゼント賞品①の当選発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。また、賞品②の抽選に関しては日本経済新聞社が行い、当選者にはレンタル819 キズキから連絡させていただきます（レンタル希望日、希望車種、ヘルメットなどオプションの確認のため）。

日本二輪車協会が実施予定の「2011年度バイク月間・開催イベント」（8月20日以降を抜粋）

支部	開催日	イベント内容
北海道	6月～9月	バイクマイレージin北海道（北海道全域でのスタンプラリー）
東　北	9月10・11日	東北　夢ツーリングin安比（1泊ツーリング）
	9月25日	仙台市交通安全パレード（仙台市内）
関　東	9月10・11日	モトパラダイス関東in上越国際（1泊ツーリング）
中　部	8月20・21日	バイクのふるさと浜松 （浜松市総合産業展示場でのバイクの総合イベント）
	8月21日	浜松市交通安全パレード（浜松市内）
中　国	9月下旬（予定）	岩国市、下松市　交通安全パレード（岩国・下松市内）

■ お知らせ
日本二輪車協会では、ホームページで「全国バイク駐車場案内」を掲載しています。全国3万台分の二輪車駐車場情報をパソコンで閲覧できるだけでなく、携帯・スマートフォンからも全地球測位システム（GPS）を使った現在地周辺の駐車場を地図上に表示できる、使い勝ってのよいサイトです。また、「駐車場ここにつくって」というリクエストメールも随時受け付けていますので、ぜひご活用ください。
PCサイト: http://www.nmca.gr.jp/society/parking/
モバイルサイト: http://m.nmca.gr.jp/

広告

企画・制作＝日本経済新聞社
クロスメディア営業局