

メディア報道における取材者と被取材者の責任

その1 レタス快眠問題

長村 洋一

(千葉科学大学 危機管理学部)

はじめに

食に関する報道は一般の人たちにも非常に関心の高い事項であるためテレビを始め新聞ラジオ等のメディアが競って取り上げる対象となっている。その中には旅番組での郷土料理紹介、こだわりレシピの紹介、有名店の紹介などお笑いを含めた町角情報番組から、食品成分の機能、食の安全、安心そしてその健康維持との関係に科学的解説を加え、比較的深く突っ込んだ科学情報番組に近いものまである。

後者の食情報のあり方に関する問題として2007年の新春早々に日曜の夜の人気番組であった「あるある発掘大辞典」の納豆ダイエット番組がとんでもない捏造であったことが発覚し日本中の市民および科学者に「やっぱり」という確認反応にも似た大きな衝撃が走った。この納豆の事件をきっかけに、以前から科学者にはうさんくさい目で見られていたこの番組に対し内部および外部調査委員会が設けられて過去の番組を全部検証して報告するという大きな騒ぎとなった。そして、放送法の一部も改正になるという結末を産んだ。

この「あるある発掘大辞典」の捏造事件は一般市民からは「私たちは何を信じて良いのか分からない」という言葉が多く発せられたようにテレビ等から発せられる情報に対して非常に大きな不信感を招いた。私はたまたまこの問題に巻き込まれ、「Nature」の記事とされた一方で、内部調査委員および外部調査委員の一部の方とかなりの接触があり、番組作成過程の幾つかの問題点について深く考えさせられる点が非常に多くあった。今回はこの「あるある発掘大辞典」がもたらした問題点をまず検証させていただく。

この「あるある発掘大辞典」の事件の問題点が取り上げられたのは昨年であるが、私がこの事件に巻き込まれたのは今から約10年前の事である。この事件に遭遇してから私自身はメディアに対する見方が大きく変化した。そして、マスコミのこうした問題点や口コミで広がる食品情報のいい加減さを正すために一般市民に対して正しい情報を与える一種の「食の安全に関するリスクコミュニケーター」を世の中に送り出すことを考えた。その結果として、私は4年前に「健康食品管理士認定協会」を立ちあげた。そして、この協会が認定した「健康食品管理士」が体験した幾つかの食に関する情報番組の中で「白いんげん豆食中毒事件」は具体的にその機能が活用された大きな事例となった。それでこの事件を例に取材協力をされた研究者とメディアの問題点を取り上げさせていただく。

ところで、「あるある発掘大辞典」の事件以後も、健康食品に限らず食の安全、安心に関する情報が余りにも非科学的な領域で論じられ、報道されている点が非常に多い。その典型的な例として「食品添加物」に関する科学者も含めた無知な報道がどれほど一般市民に対して大きな誤解を含んだ情報になっているかを幾つかの具体例を示させていただく。さらに食品添加物を例として「食の安全、安心」問題に関してメディアの有する性格上の問題点と被取材者者の責任も含め私見を交えて論じさせていただく。

レタス快眠事件取材の経過

平成10年の9月初旬に日本テレワークの人から小生の専門とするトリプトファンのお話を取材したいとの申し入れが当時藤田保健衛生大学に在籍していた私にあった。自分にはトリプトファン研究者のはしくれとしての自覚があったので、そのことが認められたと思い、喜んで協力する旨の返事をした。ところが、話が進むうちに、トリプトファンの問題もさることながら、今度の「快眠」をテーマにした放送では「レタスを食べるとよく眠られる」という意外な結論が目玉になっている。そこで、ネズミにレタスジュースを飲ませたらネズミが眠ってしまったという場面を撮影したいのでこの実験の協力をして欲しいとの話が持ち上がった。私としては「レタスに催眠成分が入っていてそんなに即効性で眠られる作用が本当にあるとしたら非常に面白い」と感じたので協力することとした。

間もなく数名の撮影のためのクルーが藤田保健衛生大学の私の実験室にやってきた。最初にトリプトファンの食材との関連についての取材がなされ、次にネズミによる実験を行うこととなった。実験を実際に行ったのは藤田保健衛生大学の石川浩章講師（当時助手）であったが、彼が番組スタッフと実験条件の設定を行いレタスのジュースを実際に投与した。しかし、一向に眠ったと言ったような様相は呈しなかった。ところが、当日は台風が近づいており夕方には新幹線が止まるかもしれないとの情報が流れていて、スタッフの方はあわてて帰っていかれた。実験を実際にやった石川浩章先生は「あんな撮影で番組はどうするんでしょうかね」というような感想を漏らしていた。平成10年10月11日、「発掘！あるある大辞典」シリーズの「快眠」という題の番組が放映された。

その番組の最初は不眠の問題を様々な角度からとりあげ、後半部分でその対策に関する方法論になった。その最初にピーター・ラビットの中に「レタスを食べると睡眠薬のように効くとあり、レタスを食べたウサギたちが眠り込んでしまった」と絵本の中の話を紹介した。そして、ヨーロッパでは、「レタスを食べるとよく眠れる」という言い伝えがあることからレタスが不眠症の解決をもたらす思わぬ食材として急浮上したとした上で、レタスの催眠効果を「あるある睡眠大実験」で検証する形として番組は構成されていた。

図1にその場面を示すが、この絵本のウサギが



図1 ピーターラビットの話の説明がなされた時の場面



図2 ワイルドレタスの成長過程の写真

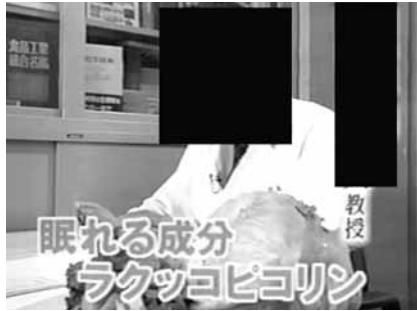


図3 ある大学教授がサラダレタスを前にレタスの中に眠れる成分ラクッコピコリンが存在しているとの説明がなされた



図4 次にその教授がレタスを前に実験しておられる写真が映し出された



図5 レタス汁を飲んだネズミが30分で眠ってしまったとアナウンサーが説明



図6 再び教授が登場し、レタスには即効性で眠られる作用があると説明される

食べているのはいわゆるサラダなどに使用する玉レタスではなく、図2に示すワイルドレタスであると推測される。ここで、使用されているレタスが何であるかは極めて重要な要素であって、後述するが、玉レタスにはほとんど催眠成分は含まれていないのに対し、ワイルドレタスは不眠治療の目的に使用されたり、若干幻覚作用にも似た作用が合法ドラッグとして利用されたりもするほど多量に催眠成分を含んでいる。従って、ピーター・ラビットの話は本当であったとしても奇妙ではない。

しかし、番組ではこのレタスが玉レタスに置き換わり、ウサギ、犬、猿および人に投与して一定の催眠効果が認められたという前置きの実験場面が紹介される。そのようなあるある大実験を受けて都内のある大学の教授が図3に示すように

「レタスを、こう、茎のところあたりを、こう、ちょっと押しますと、こう、ちょっと白っぽものが出てきますけれども、あれの中には実は良く眠れる成分が含まれていて、ラクッコピコリンと言って、これは昔から、こう、眠りを誘う、こう、鎮静作用があると言われていました。」とのコメントをし、さらに図4に示すように玉レタスを前にした教授の実験風景と「レタス類に100g中20mg」のラクッコピコリンが含有されていると紹介している。ついで、藤田保健衛生大学で行われたネズミのみが映っている実験場面が紹介された。場面はあくまでもネズミのみが映り石川先生の姿は全くなく、ネズミに、水、サニーレタス、レタス、サラダ菜の各ジュースを与えたところ、30分以内で寝てしまったとして、動いていない状態のネズミが図5に示すように映し出されている。そして、そのネズミの場面の解説をアナウンサーが行っていた。ネズミが目をつむっ

て眠ってしまった場面の後で図6に示すように前述の教授が場面に登場し「これはもう即効性でございます。レタスでいえば、ま、100gとか200g、そのくらいで、ま、その日のうちに静かな眠りにつけると。」とのコメントをされている。

従って、放送を見た人には誰もがこの実験は都内の大学教授がご自分の実験室で実験を行われたと思い、藤田保健衛生大学で行われたものであるとは全く想像もできない内容であった。番組としてはみごとにまとまっており、この番組を契機としてこの教授はレタスと睡眠に関する解説ができる教授としてその後数多くの番組に出演しておられる。このことから放送としてのあり方としては多くの人に「玉レタスと睡眠」の因果関係を誤解させるのに十分であった。

レタスと快眠効果の科学

ところで、玉レタスに実際に催眠効果が認められるかということ明らかにノーである。まず、ワイルドレタスをはじめレタス類に含まれるラクチュコピクリンは確かに鎮静作用を示すが、その作用を出すためにはマウスの体重1kgに対して最低でも15mg必要である。(Journal of Ethnopharmacology, 107(2):254-8, 2006 Sep 19.)。そしてJ. Sci. Food. Agric. 53 185-192 (1990)にレタスの類に含まれているラクチュコピクリンの一覧表がでていますが、この文献によれば玉レタスでは遊離型のラクチュコピクリンが46.2 μg/g乾燥重量で結合型が74.8 μg/g乾燥重量である。合計すると121 μg/g乾燥重量となる。レタスの水分を95% (5訂増補日本食品標準成分表の数値から引用)として計算するとレタスの生葉100gには602 μg/100g生葉となる。これを、さらに多めに含まれている場合もあると計算して1mg/100g生葉とする。マウスの有効量は15mg/kgなので体重20gのマウスには0.3mg投与しなければならない。すなわち、0.3mgのラクチュコピクリンを生のレタスから得ようとする30gの葉っぱをジュースにしなければならない。約20gのマウスに対して体重以上のジュースは投与不可能である。以上の考察からマウスが30分以内に眠ってしまったということは文献的にもありえない。なお、現在では2006年に報告された睡眠効果に関する明確な論文があるのでこのような考察ができる。しかし、取材の申し込みがなされた当時は催眠成分の含量は文献的に判明していたが、その物質の催眠効果の量に関してはメドライン等から推測が困難な状況にあったのでテレビ番組とは言え実験的な価値はある意味であった。

誤った情報の蔓延

こうした事実にもかかわらずこの番組でコメントをされた教授はその後レタスと睡眠に関する解説をずっと昨年のあるある騒ぎが発生するまでかなり多くの番組で話されている。そのことはそれで良いとしてもこの教授がこうした解説をされることによって日本に独自の誤った化学名が広まってしまった。この教授は図3にもあるように有効成分をラクッコピコリンと言っておられるが、英語ではlactucopicrinであるのでラクッコピコリンという名称は明らかに誤りである。化学に縁の薄い方にはピコリンもピクリンも大した違いがなく、むしろピコリンの方が可愛くて良いと思われる方もあるかもしれない。

しかし、イギリス在住の日本人の方の次のネット上の記事をお読みいただければいかに重大な誤りであるかはおわかりになります。取材源は<http://tempest.blog3.fc2.com/blog-entry-1023.html>である。

...で、実家の親父用に時々送るものを探すため、いつも参考にさせていただいているお取り寄せサイト（感謝！）の【あ、これ、おいしい！】さまで学んだことを活用。

>>【レタスの炒め煮】

レタスに含まれる「ラクッコピコリン」には、催眠作用があるそうで、これを夜食にするとすぐ眠れる...とのこと。

...んが、「ラクッコピコリン」って英語でどう言うんだろう??って調べてたら、眠気、飛んでしまいました。orz（一瞬、眠くなったような気はしたんですけどね...。）

Lactucopicrin（ラクチュコピクリン？ラクツコピクリン？）これは、「Lactucarium」（ラクツカリウム）のことでもあるらしいので、レタスの芯に多く含まれる催眠作用のある成分（ミルクイーな苦味物質）...ってという意味ではドンピシャ。

「ラクチュコピクリン ラクツコピクリン」が日本風にかわいく変化して（は？）「ラクッコピコリン」になったんでしょうか？（不思議）

この方が眠気が吹っ飛ぶほどびっくりされて指摘される通り、化学の世界ではピコリン酸とピクリン酸ではその化学構造はお互いに似ても似つかぬ構造であるのでこの間違いは許されるものではない。また、前述のようにワイルドレタスにはラクチュコピクリンがたくさん含まれているのであるレベル摂取すれば眠くなるのは確かであるが、玉レタスではそのようなことは期待できないのも明白である。

2002年の年末に「所さんの目がてん」のディレクターから突然電話が入り「あるあるでやったレタスジュースを飲ませたらネズミが眠ってしまう実験をやって欲しい」とのことであった。私は大変驚いた。なぜかと言えば私はレタスに関して特に論文を出したことも、学会など公的な場所で講演を行ったことも全くなく、ただ苦い思い出として「あるある発掘大辞典」の一件があるだけだったからである。そこで、なぜ私に依頼をされるのかという疑問をそのディレクターに聞いた。そうしたら、「あるある発掘大辞典」の番組において解説をされた教授の指導で「所さんの目がてん」も同じような番組を計画してほとんど収録は終了している。その決め手としてあるあると同じようにネズミの実験をその教授にお願いしたがやって頂けなくて先生を紹介されたから電話をしたとの返事であった。

そこで、私はあの時にはうまく眠らなかったが、番組はその教授がうまく眠ったように解説されてみごとに成立しただけですよと説明した。ディレクターは一月早々に放映される予定もできてしまっているし、他の収録場面はうまくできているので番組として成立させるためにご協力いただけないかと懇願された。しかし、私は協力を遠慮させていただいたが相談には乗ってあげた。そこで、ディレクターは何とかして眠らせようとウサギを絶食にしてたくさんのレタスを食べさせるようなことまで含め、お正月返上であの手この手と試みられたが結局成功しなかった。そして、放送予定日まで決まっていたその放送を中止にされた。

その取材の話の折りにディレクターから「レタスの中のラクッコピコリンによってよく眠られるという話はその教授があちこちでお話しになっているので非常に有名な話になっている」と教えてくれた。あるあるの取材に協力して以来あほらしくてレタスと睡眠の問題について私はまる

で興味を失っていた。しかし、このディレクターの話のついでに、レタスと睡眠と入力してYahooで検索したところ、図7に示すように5790件あった。その記事の原点を辿ってゆくとほとんどのものが「あるある発掘大辞典」とその教授が取材を受けられた番組のホームページにぶつかった。しかし、ワイルドレタスと睡眠と入力してみると図8に示すようにわずか5件しかなかった。一方USAのYahooに入ってlettuceとinsomniaと入力すると図9に示すように4420件あった。そしてさらにwild lettuceとinsomniaと入力してみると図10に示すように1580件あった。すなわち、日本では玉レタスで眠られるという誤った情報が流れている一方で米国ではワイルドレタスによって眠られるという正しい情報が流れていることが判明した。しかも日本のYahooでその有効成分はすべてラクッコピコリンとなっていた。この時点ではラクチュコピクリンとラクッコピクリンという入力では一件もかからなかったので日本におけるレタスと睡眠の関係の情報源はほとんどがこの「あるある発掘大辞典」が源であることが明らかであった。

このことに気付いて以来私は臨床医学検査学会、生物試料分析学会、臨床化学会、栄養食糧学会の特別講演、教育講演、シンポジウムそして数多く依頼を受けた市民講座等でのこの番組の問題点を指摘していた。私のこの話を聞いた人の数は2万人以上いるが、それはこの情報の誤りを正すにはあまりにも微々たるものであった。従ってこの問題が明らかになった直後の昨年1月31



図7 2002年年末におけるレタスと睡眠で検索したとき5790件あった



図8 ワイルドレタスと睡眠で検索すると5件しかなかった

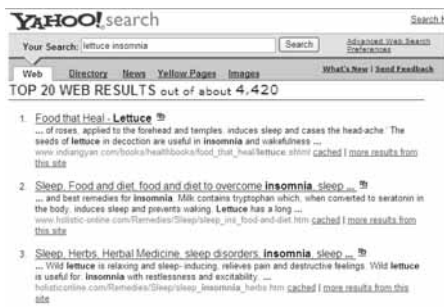


図9 2002年年末にUSAのYahoo!でlettuceとinsomniaで検索すると4420件あった

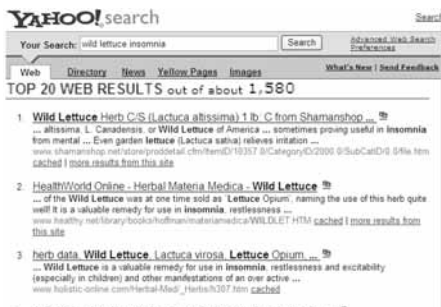


図10 さらにwild lettuce とinsomniaで検索してみると1580件あった

ラクッコピコリンの検索結果 約 16,500 件



ラクチュコピクリンの検索結果 約 34 件

図11 2007年1月30日にラクッコピコリンで検索すると16500件、ラクチュコピクリンで検索すると34件であった

日におけるネット上の検索では図11に示すようにラクッコピコリンで16500件、ラクチュコピクリンでわずか34件であった。

あるある捏造事件発覚以後

こんな状況下において、昨年1月に納豆ダイエットに関する番組がとんでもないねつ造であったことが明らかになった。この報道を見た瞬間に私は「来るべきところまでやったな」という感じとともにこうした状況は何としても無くさないといけない、そのために立ち上げた健康食品管理士認定協会の活動を充実させなければならないと考えていた。そんな矢先に毎日新聞から昔の話の取材を受け、そのことが契機となって各メディアの取材を受けることになった。しかし、幾つかの取材を受けているうちにメディアが私に求めているのは「捏造」という言葉であることがわかってきた。すなわち、その目的はテレビ界ではどの局にとっても目の上のたんこぶである関西テレビの「あるたたき」の手段としか考えていないと感じました。逆に言えば私が健康食品管理士認定協会を立ち上げ、こうした問題の再発を草の根レベルから改善しようとしているこの問題のポイントがメディアの方に全く見えていないと気付いたのです。従って、私は内部調査委員の方の調査を受けた時に「レタス快眠問題」は「捏造」という騒ぎ方ではなく取材されるサイドの問題点をもっと取りあげられる必要性を指摘させて頂いた。

こんな状況が分かって、もう取材には応じないと考えていた矢先にある大手のテレビ局から取材の申し出がありました。その申込みに対して私は単に「捏造」ということを報道するために取材をされるのなら既に多くの局が報道しているので応じたくないと申し上げました。そのことに対して局のディレクターから何度かの電話の後に以下のようなメールをいただきました。

ポイントは

- 1) 先生が行った実験を、別の研究者が行ったように編集、放送したこと
- 2) 実験では、レタスをたべたネズミが眠らなかったのに、事実と異なるテロップを流したこと
- 3) 上記2点は、放送や報道の倫理として不適切であると理解しました。

私の理解は、長村先生のご主張なさっている主旨と合致していますでしょうか？

もしよろしければ、上記の内容で、先生にTVカメラでのインタビューをお願いできないでしょうか？

私はこの局が初めて自分の主張したいことを報道してくれるに違いないと思い応じました。そして、現実にはかなりの時間その問題点について取材を受けました。しかし、その局の報道も残念ながら「捏造」のみに終始されました。

どの局も「捏造」ということのみで終始いたしました。その中のある一つの局はレタスの番組でコメントをされた教授も取材されて報道をしていました。ところが、この教授は図12、13に示すようにレタスについての情報を求められたので一般論として申し上げたのであり、実験については全く知らなかったと弁明された。この発言によってこの教授もあるある取材班に巧妙に利用された被害者としてメディアから扱われることとなった。事実この場面を取材したテレビ番組

においてもその解説者たちが口々にひどいと話だとし、ある人は長村さんとこの教授と一緒にテレビ局を訴えろとまで言うておられた。私自身も幾つかのその後の取材される記者からこの教授は一般論を取材されてそれを場面上でうまく組み合わせ利用されて「あるあるは本当にひどい番組でしたね」と話された。しかし、私はこの教授の発言には大きな疑問を抱いていた。

それは、実際に放送された場面には教授が玉レタスを前に実験をしている風景が映っていたこと、またコメントのときに「これはもう即効性でございます」とおっしゃっていることからこの場面をご覧になっていたことは確実だと思われたからである。現実に外部調査委員の方から直接伺った話であるが、この教授は実際にはレタスから有効成分を抽出しているような実験風景をデモンストレーションで良いから撮影させてくれと言われその通りにやったとおっしゃったとのことであった。



図12 あるあるのレタス問題が取材されたとき番組に出演された教授は一般論として「レタスには睡眠効果を有する成分が存在する」と説明したのみであると解説された



図13 同じ番組で実験を行ったというようなことは全く知らなかったと明言された

レタス事件の問題点

今回の事件の問題点をまとめてみると

1. コメントをした教授は断りもなく、長村の実験結果を自分が行った実験のようにコメントした。
2. そのコメント内容は実験者である長村に確かめなかったために、30分で眠ってしまったという誤ったものであった。
3. その教授は有効成分を、文献も調べずテレビ局のディレクターの言葉を信じてラクッコピコリンという誤った化合物名をそのまま伝え続けた。
4. 「所さんの目がテン」が同じ番組をその教授の指導で企画した。ディレクターはネズミを使った実験を行ってほしいとお願いしたがなかなか聞いてもらえず、教授を問い詰めたところ、「あるある」の実験は、長村が行った実験であることを教えた。
5. しかし、ディレクターは長村より「あるある」のデータが嘘であることを伝えられて2003年1月12日放送予定であった番組を中止にした。そして、スポンサーの関係からレタスの番組は同年3月9日放映「科学で新鮮レタスの謎」に変更されている。
6. ここには正確な化学名ラクチュコピクリンが掲載されているにもかかわらずサラダレタス

で眠られるとは一言も出ていない。これは、長村の強い制止により「あるある」と同じ内容の趣旨の番組を中止した結果の産物である。

7. しかし、その教授はその後も数多くの番組の中で誤った化合物名とともに「あるある」と同じコメントをし続けられた。
8. そのために、ラクッコピコリンという存在しない物質が玉レタスに含有されていて食べることによって良く眠られるという誤った情報が日本に蔓延してしまった。
9. この教授の外部調査委員およびNatureに対する回答および「あるある」以後の教授の行動も含めて考えると、この教授は利用されたと言うより番組作りに積極的に荷担したと判断することが妥当である。従って、全体としてみるとレタスの番組については「テレワークとその意向に荷担した教授」によって捏造されたとみるのが結論として妥当である。

この問題は世界的な科学雑誌Natureの取り上げるところとなり、図14、15に示すように2007年の2月22日発行のVol.445の804-805ページに掲載された。そして、最後に納豆事件でボイスオーバーされた米国のKim先生とNagamuraを今回の捏造事件の被害者として記事を結んでくれた。

私はこの事件がテレビ局側の捏造というより教授の無責任な協力がこの番組を作り上げたと判断され、関西テレビの責任を追及された外部調査委員の方は、番組制作者には捏造に対する積極的関与が認められなかったと結論付けられたと推測している。しかし、国民に嘘の情報を流した事実から考えると当然「捏造」と判断されるべきであったように感じている。

捏造云々はさておき、何よりも大学というような環境に在籍され、少し文献調査をすればすぐ明らかになるようなことをされずにテレビ局のディレクターの誤った発言をそのまま何年も話続けられたこの番組にコメントをされた教授の責任は非常に重いと感じている。しかしこの教授が食に関するある問題の政府の委員会の座長を、この騒ぎの後になさったのはもう一つの大きな驚きでもあった。

次号ではマスコミ受けの良い人たちの一部の方が無責任に社会に対して誤った科学情報を流す源になっていることを幾つかの具体例とともに論じさせていただく予定である。



図14 国際的な科学雑誌Natureが2007年2月22日号にあるある問題を取り上げた

Both Kim and Nagamura are now wary of any media. When consenting to be interviewed by *Nature*, Kim insisted he saw how he was going to be quoted: "That is what I learned from the *Aruaru* experience." ■
David Cyranoski

図15 ボイスオーバーされたKim教授とNagamuraが本当の今回の被害者であると判断したNatureの記者は結論として最後を上記のような書き方で結んでいる