

あなたの健康誌

# 主治医

令和4年

6月号

No.737

令和四年六月一日発行（毎月一回）日発行

健康鼎談

古美術店店主  
古美術鑑定士

安河内眞美

トピックス 青魚を食べよう!!

健康よもやま話 老けない血管づくりのヒント

みんなでつながり  
輪になるよ 心と身体の癒やし方

第六七巻 第六号 通巻七三七号 昭和三十六年九月二十六日第三種郵便物認可

ドクダミ



## 骨董も人も、思いがけない出会いが楽しい

今月のゲストには、古美術店店主で古美術鑑定士の安河内眞美さんをお迎えいたしました。本日は、自然薬アドバイザーの堀坂雅秀先生とともに、安河内さんが骨董の世界に入りたいきさつや、出演中のテレビ番組「開運!なんでも鑑定団」のこと、過去に希少難治ガンを二度患ったことなど、いろいろ伺ってまいりたいと思います。



お客様

古美術店店主・古美術鑑定士

安河内 眞美 さん

プロフィール/やすこうち・まみ

1954年、福岡県生まれ。古美術店店主、古美術鑑定士。

上智大学外国語学部ロシア語学科卒業。東京・芝の老舗古美術商にて5年間修業を積んだ後、1985年、独立して掛け軸、屏風の専門店「洗心」を開業（2006年より「美術商やすこうち」）。1996年より人気テレビ番組「開運!なんでも鑑定団」に鑑定士として出演。現在、東京と福岡で「ギャラリーやすこうち」を展開している。著書に、『くつろぎを知る大人の骨董生活入門』『知識ゼロからの日本絵画入門』『安河内眞美の大人の掛け軸入門』等がある。

聞き手

株式会社和漢薬研究所  
代表取締役社長  
堀坂 雅秀 先生 脇屋 敷 正樹

「コロナ禍だからこそ運動しよう

**脇屋敷** 安河内さんは、テレビ東京の人気番組「開運!なんでも鑑定団」で、25年以上、日本の書画などの鑑定をしていらっしゃると思います。本業は、東京と福岡で古美術店「ギャラリーやすこうち」を経営する古美術店店主ということですが、コロナ禍でお店は大変でしたか。

**安河内** ええ、収入はガタンと落ちましたのでそういう意味では大変でしたけれども、精神的にはすごくよくて（笑）、家に籠るといふか、約束とか時間に縛られることがなかったものですから、精神的にはよかったです。**脇屋敷** なるほど。で、お家に籠って運動不足にはならなかったですか。

**安河内** 近くにジムがありましたので、ありがたいことにそこが開いていましたので、毎日このプールにいらして泳いでいたので。

**脇屋敷** 鍛えていらしたんですね。

**安河内** 鍛えるというよりも、水に入るとすぐ気持ちがいいんですよ。水泳は60歳過ぎてから始めたんです。息つきがうまくできなかったのを、習って泳げるようになったので、楽しくて。

**脇屋敷** ああ、それはいいですね。鍛えるといえは、堀坂先生でしたね、筋トレをされているのは。

**堀坂** まあ、そうですね（笑）。まだまだ現役でやろうかなと思っているので。私は砲丸投げをやっているんですよ。







**脇屋敷** なるほど。そしてその後、東京の老舗の骨董店に就職して、骨董の見方など古美術の勉強を5年間された、ということですが。  
**安河内** ええ、この仕事が好きそうだから、それならちゃんとしたところで勉強したほうがいいんじゃないかということになって、ちよどその頃、外国の方が結構いらっしゃる時期で、そのお店も、通訳というか手伝いが欲しいということで、それで入れていただいたんです。美術館なんかにも納めている老舗のいいお店だったので、扱っているものも一流で、いいものをたくさん直に見られたのは本当によかったと思っています。

## 「開運! なんでも鑑定団」に出演して

**脇屋敷** そして1985年(昭和60年)に独立して、現在は、東京と福岡の小倉で古美術店「ギヤラリーやすこうち」を経営しておられますね。独立してご苦労されたことは?  
**安河内** 独立したときがちよどバブル期だったんです。それで、私の扱っているような古いものはおもかく、いわゆる横山大観のようなものは、昨日骨董市で仕入れたものが次の日には倍になるみたいな、そんな時代だったものですから、その余波が多少はあって、なんとなくくまわっていったところがあるような気がします。

**堀坂** あの、古美術の良し悪しを見分けるのは、どうしたらいいんですか。

**安河内** いいものを数多く見ることです。それから、日本画家の川合玉堂さんのお孫さ

んで玉堂の鑑定をなさっていた方が、「やっぱりセンスがないとむずかしいだろう」ということはおっしゃっていましたね。まあ、どのお仕事もそうだろうとは思っていますけれども。そしてそれは「好きか嫌いか」から発するものでもあると思うんですけど。

**堀坂** 今日ご紹介する「松寿仙」を愛飲されているうちのお客さんに、テレビの「開運! なんでも鑑定団」の安河内さんが大好きだという方たちがいるんですよ。「いいものはい、悪いものは悪い、との確にきちんとおっしゃるから、そこが好きなんです」と。

**脇屋敷** 美術に対する造詣の深さと、冷静にスパッと判定する様子がカッコよくて魅力的というファンの方がたくさんおられるそうですね。

**安河内** いえいえ(笑)。あの、お礼を申し上げておいてください。

**脇屋敷** 「開運! なんでも鑑定団」に出演することになったきっかけは?

**安河内** 中島誠之助さんが、「眞美ちゃん出ない?」といってくださったので。

**堀坂** 長寿番組ですよ。番組は楽しいですか。

**安河内** ええ、視聴者参加番組ですから、面白いですよ。出演される方たちがすごく个性的で、だいたいがご年配の方なので、それだけ生きてこられた方のお話っていうのは面白いですね。特に北のほうがユニークです。

**脇屋敷** へえ、東北ということですか。たとえば、どんな?

**安河内** たしか、私が「偽物だ」って申し上げちゃったんでしょうね。その方はその物に対してすごく思い入れがあったのか、長靴を履いたまま舞台上で詰め寄られましたね。最初の頃ですけれど。

**脇屋敷** ああ、「どかが偽物なんだ」って詰め寄られた。つらいですね。

**安河内** ええ。つらいですけど、だからって本物だとはいえないので。その辺は値段をちょっと心持ち上げたりしますけどね、微妙に。でも、そういう素朴さみたいなのがいいなあと思いますね。

**脇屋敷** やっぱり、代々大切にしてきたものが偽物とわかったら、ねえ。

**堀坂** 骨董を買う、古美術を鑑賞するっていうのはむずかしいですね。

**安河内** いえ、楽しみ方ということであれば、もう好き嫌いでいいんだと思います。自分がその物をいいなと思うかどうかで、眞贋(まごん)ということとは考える必要ないと私は思いますね。で、知識がありすぎると、つまりあんまり本を読んだりすると、たいいていの方は失敗なさ

なんでも鑑定団初出演時





るんですよ。この人、勉強しすぎだ、みたいな人は偽物をつかむ。知識ばかりに頼って自分の目で見ていないから。

**脇屋敷** なるほどねえ（笑）。あとは、欲がからんだりするとよくない？

**安河内** ふふふ、私もございました。やっぱり最初の頃は、儲かるかなと思って買って、偽物をつかんだりもしました。うん、だからお金が先に来るとたいいてい失敗します（笑）。

**脇屋敷** やっぱ本物には、本物のオーラとか、空気感とかあるんですか。

**安河内** 数を見てみると、その時代とか、厚みみたいなものは感じられるようになりますね。古美術品って、たいいてい伝世品、つまり昔から人の手から手へと伝えられてきたものなので、そこに所有していた人の愛情みたいなものが乗り移って、それが蓄積されていくような感じがあるんです、良い物って。大切にされてきたんだね、みたいな。人間もそういうところ、あるじゃないですか。だからそれと同じで、過去からの、大切にされてきた空気が蓄積されている。そういう深みがある。説明するのがむずかしいんですけど（笑）。

## 二度の大病を乗り越えて

**脇屋敷** 安河内さんは、これまで二度、希少難治ガンになり、それを克服されています。最初は1999年、40代半ばで肝内胆管ガン（胆管細胞ガン）と告知されました。都内の総合病院で指摘され、セカンドオピニオンを求めたガン専門病院でも同様で、日本では症

例が非常に少なく治療が困難だということを知ったのでしょうけれど、一緒についてきてくれたアメリカ人の友だちがしっかりしていたんですね。先生が「日本では珍しい、男性に多いガンだ」みたいなことをおっしゃったので、彼女が「日本では珍しいのだったら、ニューヨークの病院に聞いてみよう」と調べ

てくれたんです。だから彼女がいなかったら、死んでたんじゃないかな（笑）。



**脇屋敷** すごくですね、その彼女。またそういうお友だちがいたというのも、安河内さんの持っている運ですね。

**安河内** 運だけで生きてるみたいないところがあります（笑）。

**脇屋敷** そのお友だちがアメリカの胆管ガンの世界的権威といわれる先生と連絡をとって、そのアメリカの先生から日本の胆管ガンの名医、名古屋大学の二村雄次先生を紹介されて、手術を受け、見事完治された。そして仕事にも復帰した、と。体力的にも大変でしたか。

**安河内** うーん、でも、まだ若かったから。**脇屋敷** そしてそれから5年後に、首のリンパ部の腫れに気づいて検査を受けると、ATL（成人T細胞性白血病）と診断された、と。これは九州出身者に多い特殊な白血病で、症例が少ない難治ガンだそうですね。ショックだったでしょう。

**安河内** ショックはショックですけども、また「いい先生を探して」の奔走が始まったので。これも別の友人が鹿児島病院を探してくれて。

**堀坂** ああ、いいお友だちに恵まれていますね。やはり病院に任せっきりでなく、いい先生を探すことが大切ですね。

**安河内** はい、いい先生というのと、自分に向う先生、ということですね。

**脇屋敷** してお兄様から骨髄移植を受けられて。本人と提供者の白血球の型が適合しないといけないんですよ。



**安河内** はい。兄弟姉妹で合う確率が4分の1とかで、私は4人きょうだいなので、計算でいくとちょうどになるのかな。

**堀坂** よかったですねえ。闘病生活はどのくらい？

**安河内** トータルで10カ月くらい入院していました。でも地元の九州だったので友だちがアイスクリームを持ってきてくれたりしてね、よかったです。

**脇屋敷** しかし、つらかったでしょう。

**安河内** うふふ、忘れるんですよ。つらい時期ももちろんあったなと思いますが、忘れちゃう（笑）。

**脇屋敷** いや、そんなふうに向きに考えられるというのは、すごいですね。二度も難治ガンになったら、私だったら心が折れまくりますけどね。

**安河内** ふふふ、男性は病気になるたら弱いですね（笑）。

## 大切なのは体温の維持

**脇屋敷** 二度の大病を克服された安河内さんに、何か健康アドバイスはありますか。

**堀坂** 運動もされているし、いろいろな気をつけておられると思うので、皆さんにも共通することを話したいと思います。生きていくために一番大切なこと、それは体温の維持なんです。60歳を過ぎると、体温が少しずつ下がるんですね。そこで不定愁訴が出てきて、その延長線上に炎症が起こっているいろいろな病気が出てくる。

**脇屋敷** ということは、まずは体温の維持が大切なんですね。

**堀坂** はい。私たちの体のなかには37兆の細胞があって、その細胞に栄養を運ぶのが毛細血管です。全身の血管の99%は毛細血管なんです。血液が末端まで流れて、その微小循環の領域で物質交換が行われて、熱量が発生する。そこで体温が維持できるんです。だから大切なのは、隅々まで血液を送れるような状態をつくりましょう、ということ。それから、細胞膜の変質が老化の原因になるので、細胞の変質を抗酸化作用のあるもので改善していきましょう、ということ。微小循環改善作用と抗酸化作用ですね。松寿仙には、この二つの薬理的な効果があるんです。

**安河内** これは何が入っているんですか。

**堀坂** 赤松葉とクマザサ葉と朝鮮人参です。赤松葉には、血管のなかのLDLコレステロールという悪玉コレステロールを溶解していく働きがありますし、クマザサ葉の成分には、赤血球の新生促進作用があるんです。それに補血の人参。この3つが松寿仙には入っています。長く飲んでいただける、安全で安心な医薬品ですから、ぜひ継続して飲んでいただくと思います。

**脇屋敷** では最後になりますが、安河内さんのこれからの目標とか、夢とかありましたらお聞かせください。

**安河内** バタフライで100メートル泳ぐ。ふふふ。

**脇屋敷** え？ バタフライ？ しんどいんじゃないですか。

**安河内** バタフライ、気持ちいいんですよ。一番自然な、魚らしい泳ぎというか（笑）。

魚はクローラとかバックとかしないでしょ。それにパラリンピックを見ていて、手とかなくても体をうねらせることであんなに速く泳げるんだ、すごいなと思いましたから。

**堀坂** 私たちのトレーニングのなかにも肩まわしというのがあって、肩のストレッチにもなるし、肩の可動域が広がるので、いいと思いますよ。

**脇屋敷** なるほど（笑）。安河内さん、堀坂先生、本日はどうもありがとうございました。

## 〈鼎談を終えて〉

二度の大病を乗り越えられたときのことを、安河内さんは淡々とお話くださいましたが、病気が発覚するたびに素晴らしい友人や骨髄を提供してくれるお兄様が現われて、奇跡的に回復されています。いろいろな人に助けられる「福」のようなものをお持ちの方なのだと思います。

これからも、趣味の水泳と、今日お勧めした「松寿仙」とで健康を維持して、ますますご活躍いただきたいと思います。

次号ゲストは、

俳優の

若林 豪さんを予定しています。