

高校生へ 私が選んだ 1 冊の本

「免疫の守護者 制御性 T 細胞とはなにか」

坂口 志文, 塚崎 朝子 : 著
講談社

神奈川県
神奈川県立横浜緑ヶ丘高等学校
栗山 葵

今日まで、人類は数々の病気や感染症に襲われてきた。それらに対する治療法はどのように生まれたのだろうか。本書は、その問いに向き合うきっかけをくれた一冊だ。初めて私が制御性 T 細胞 (= T レグ) に関心を持ったのは、坂口志文氏がノーベル生理学・医学賞を受賞したというニュースを見た時だった。当時は、免疫について高校生物基礎程度の知識しか持っていなかったため、免疫の働きを制御する T 細胞が存在することに衝撃を受けた。そして、T レグの機能について、またそれがどのように発見されたのかより詳しく知りたいと思い、本書を手にとった。

本書では、第一章から第八章に分かれて話が展開されている。第一章から第五章では、T レグとはなにか、そしてそれを発見し、世界に認められるまでの軌跡が綴られている。また、第六章から第八章では、T レグがどのように病気と関係し、これからの医療に応用できるかについて語られている。そのなかで、私が特に印象に残った二点について紹介する。

一つ目は、坂口氏が自身の研究を信じて T レグに向き合い続けた点である。T レグとは、免疫の過剰な働きを制御する細胞である。この細胞は、自己の細胞を攻撃することを防ぎ、免疫のバランスを保つという重要な役割を担っている。しかし、当初その存在や重要性がすぐに理解されたわけではなかった。というのも、T レグが発見されるより少し前に、免疫の制御に関わるサプレッサー T 細胞が存在するという仮説が免疫学者の間で広まったものの、その仮説が誤りだったことが明らかになり、免疫応答を抑制する T 細胞など存在しないという認識が定着したことが主な原因である。しかし、坂口氏は、「長い間、T レグについての私の説は無視され続けてきたが、それでも譲れなかったし、研究テーマを変えようと考えたこともなかった。」と述べている。このように、研究の過程で大きな壁にぶつかるなかでも、坂口氏の自らの研究に強い信念を持ち続ける姿勢に、私は深く感銘を受けた。私も研究の困難さを感じた経験がある。高校の探究活動で研究に取り組んだ際、思うような結果が出ず、自分たちのやってきたことは正しいのか、最

初から間違っていたのではないかと疑ってしまうことが何度もあった。私たちは一年間の研究であったが、坂口氏は約四十年という人生をかけて行ってきたのだから、私には想像できない程の困難や葛藤を抱えていたことであろう。そのようななかでも、T レグの謎を突き止めたという探究心と自分自身のやってきた結果を信じる心が坂口氏を動かしていたのだと思う。このような姿から、医療の進歩は、研究者の強い信念と努力の積み重ねによって支えられているのだと感じた。

二つ目は、T レグの応用が現在の医療において大きな可能性を秘めているという点だ。T レグの量や活性を減少・減弱することでがん治療に応用でき、逆にそれを増加・増強することで自己免疫疾患やアレルギーなどの免疫の過剰な働きを抑制することに繋がる。そして、坂口氏は「これまでの医療の延長線上ではない、革新的な治療法が生まれると期待されている。」と述べている。私は、初めてニュースで T レグが新たな治療法を生み出すかもしれないと聞いた時、大きな期待と共に少し不安な感情も抱いた。それは、今まで治らないと諦めていた病気に苦しむ人達が救われるかもしれないという期待と、新しい未知のものであり自分にとって不確かな存在を受け入れることへの不安があったのだと思う。しかし、本書を読み進めていくなかで、どのように研究が行われ、医療が発展してきたのかを詳しく知ることが安心へと繋がっていくことを実感した。今後さらに研究が進み、実際に医療の現場で T レグを用いた新しい治療が行われていく時、治療をする側も受ける側も研究や発展の過程を知っておくことが不安を和らげ、治療を前向きに受け入れるための支えになるのではないだろうか。

私の将来の夢は、看護師になることだ。臨床の現場では、それぞれの病気に対する治療法や薬などがある。しかし、それらができるまでに研究者の苦悩や努力があり、当たり前のように存在するものが当たり前ではないことを、本書を読んで深く実感した。私は、たくさんの想いが詰まった治療を患者さんに直接届ける仕事として、責任を持ちながら働く看護師になりたい。

通巻第 99 号
2026 年 4 月 1 日 発行

© 編集・発行 実教出版株式会社

代表者 小 田 良 次

発行所 〒102-8377 東京都千代田区五番町 5
TEL. 03-3238-7777
<https://www.jikkyo.co.jp/>