



## Unraveling the French Paradox ①

---

The “French Paradox” is the name given to the fact that French people, despite having a <sup>1</sup>**cuisine** that is rich in oily foods, are actually much less likely to suffer from heart disease than Americans. Back in 1991, this phenomenon was featured in a popular documentary series <sup>5</sup> on American TV. The documentary played up the work of French researcher Serge Renaud, who <sup>2</sup>**singled out** the French consumption of red wine **as** the explanation. The program <sup>3</sup>**wrapped up** its report by saying that the link between red wine consumption and lower rates of heart disease was “all but confirmed.” Of course, this <sup>4</sup>**rosy** scenario, <sup>10</sup> in which <sup>5</sup>**gulping down** a couple of glasses of red wine could protect the health, proved irresistible to many. Renaud’s work <sup>6</sup>**received wide coverage** and <sup>7</sup>**vendors** of <sup>8</sup>**alcoholic beverages** throughout the U.S. reported <sup>9</sup>**brisk sales** of red wine.

But has this influential <sup>10</sup>**thesis** concerning the effects of red wine <sup>15</sup> <sup>11</sup>**fulfilled its promise**? Although <sup>12</sup>**closer scrutiny** of French drinking habits since then has not <sup>13</sup>**shattered** Renaud’s theory, it has not proved it either. A number of studies have agreed with him that people who indulge in the <sup>14</sup>**recreational** drinking of moderate amounts of red wine show less tendency to suffer from heart disease. All of these <sup>20</sup> studies, though, simply compared different groups of people with different drinking habits. The results <sup>15</sup>**were consistent with** Renaud’s claim, but they did not provide any <sup>16</sup>**justification** for his view that red wine helps the <sup>17</sup>**circulation** by preventing <sup>18</sup>**blood clots** <sup>19</sup>**clogging** the <sup>20</sup>**arteries**.

## フレンチ・パラドックスを説明する ①

インターネットで「レスベラトロール」を検索すると、さまざまなサプリメントがヒットする。赤ワインに含まれるこの成分が注目されるようになったのも、20年前のある出来事がきっかけである。

「フレンチ・パラドックス」という名称は、フランス人が脂っこい食べ物の多い料理を食べているにもかかわらず、心臓病にかかる確率が実際にはアメリカ人よりはるかに低いという事実に対して与えられたものである。1991年にさかのぼるが、この現象はアメリカのテレビの人気ドキュメンタリーシリーズで特集された。このドキュメンタリー番組は、フランス人研究者のセルジュ・ルノーの研究を強調したもので、彼はフランス人の赤ワインの摂取をその説明として選び出した。この番組は、赤ワインの摂取と心臓病にかかる率の低さの関係は「ほぼ立証された」と述べて、そのレポートを締めくくった。もちろん、赤ワインを数杯飲むだけで健康が守られるというこのばら色のシナリオは、多くの人にとって実に魅力的なものであった。ルノー氏の研究は広く報道され、アメリカ中のアルコール飲料の販売元が、赤ワインの活況な売り上げを報告した。

しかし、赤ワインの効果に関するこの影響力のある命題は、その公約を果たしたのだろうか。その後のフランス人の飲酒習慣の綿密な調査はルノー氏の理論を打ち砕いたわけではないが、証明したわけでもない。数多くの研究が、適量の赤ワインを気晴らしにたしなむ人の方が心臓病にかかりにくいという点においてルノー氏に賛同している。しかし、これらの研究はいずれも異なる飲酒習慣を持つ別々の集団同士を比較したにすぎない。それらの研究結果は、ルノー氏の主張と一致していたが、赤ワインが血栓が動脈を詰まらせるのを防ぐことによって血液の循環を促しているという彼の考えを正当化する理由を提供したのではなかった。

1 ☐ <b>cuisine</b> [kwizɪn]	▶ dish ㊦ 料理 ● French cuisine (フランス料理)
2 ☐ <b>single out A as B</b>	▶ choose [select, pick out] A as B AをBとして選び出す
3 ☐ <b>wrap up ~</b>	▶ finish, end, conclude (仕事など)を終える ● wrap up the meeting (会議を終わりにする)
4 ☐ <b>rosy</b> [rɔʊzi]	▶ bright, hopeful, promising, optimistic 形 ばら色の, 楽観的な ㊦ rose ● rosy future (ばら色の将来)
5 ☐ <b>gulp down ~</b>	~をぐくぐく飲む, ~をがつがつ食べる
6 ☐ <b>receive wide coverage</b>	▶ be widely reported 広く報道される
7 ☐ <b>vendor</b> [vɛndər]	▶ supplier ㊦ 製造販売会社 ● vending machine (自動販売機)
8 ☐ <b>alcoholic beverage</b>	▶ alcoholic drink, liquor アルコール飲料
9 ☐ <b>brisk sales</b>	活況な売り上げ ● take a brisk walk (きびきびと歩く)
10 ☐ <b>thesis</b> ▲ [θɪsɪs]	▶ proposition, theme ㊦ 命題
11 ☐ <b>fulfill one's promise</b>	▶ keep one's promise [word] 公約[約束]を果たす ㊦ break one's promise [word] (約束を破る)

12 ☐ <b>close scrutiny</b>	▶ close examination [inspection] 綿密な調査
13 ☐ <b>shatter</b> [ˈʃætər]	▶ destroy, crush 動 を打ち砕く, を粉碎する ● shatter <i>one's</i> dream (～の夢を打ち砕く)
14 ☐ <b>recreational</b> [ˌrɛkriːʃənəl]	形 気晴らしの, レクリエーションの 動 recreate 名 recreation
15 ☐ <b>be consistent with ~</b>	▶ agree with ～と一致する
16 ☐ <b>justification</b> [dʒʌstɪfɪkəʃən]	▶ warrant 名 〈～に対する〉正当な理由, 正当化 (for) 動 justify
17 ☐ <b>circulation</b> [sɪˈrkjʊləʃən]	名 (血液などの) 循環; 流通; 発行部数 動 circulate (循環[流通]する)
18 ☐ <b>blood clot</b>	血栓
19 ☐ <b>clog</b> [klɒ(t)g]	▶ block, plug 動 を〈～で〉詰ませる〈with〉
20 ☐ <b>artery</b> [ˈɑːtəri]	名 動脈 ⇄ vein (静脈)