

まえがき

ヒトが病気にならずに生きていくためには、免疫のはたらきが必要不可欠。でも「それは具体的にどんなはたらきなの？」と質問されると困ってしまうかもしれませんね。免疫は多くの細胞の役割分担と連携によって成り立っています。ほかの人に説明するためには、大まかでもいいので、それぞれの細胞の役割や関係性を理解しておく必要性がありそうですよ。

また、免疫は「何かが変！（異常）」だけでなく「はたらきすぎ！（過剰）」でも大変なことになってしまいます。本書では、免疫の過剰状態や異常状態についても、簡単におはなししますね。免疫は絶妙なバランスのうえに成り立っていることをイメージできるはずです。

本書では免疫そのものだけでなく、その前段階にあたる「異物が体に入り込まないようにするはたらき」についてもおはなしします。ヒトの体のはたらきはもちろん、法律や医療施設、薬のおはなしも出てきますよ。さらに「ちょっと専門的だけど、もっとくわしく理解できるかも！」というStep upコラムも準備してあります。

「ヒトが病気にならないためのはたらき」を、ひとつひとつわかりやすく紹介してみました。本書で免疫の理解が少しでも進んで、みなさんの勉強の役に立てると幸いです。その知識は試験勉強に活かすだけでなく、病気にならないためにできることを、毎日の生活にも活かしていきましょう。

2025年5月
橋本 さとみ