



「2020年の同期の集いは《最終回》との思いで、徐々にではありますが検討を始めております。いろいろのご助言頂ければ幸いに存じます。」小学校時代の同級生で私の故郷W町の教育長を歴任し、現在、青々とした森の村 O村で保育所の園長をしているH君からの便りにどきとさせられた。文中にある《最終回》という言葉がこころの粘膜にぐさつと刺さった。4年に1回定期開催されてきた小学校時代の同窓会によもや終止符を打つ時がくるとは想定していなかったからである。

「7月末日をもちましてK電産業株式会社

『最終回』と『ゴール』

健康寿命の延伸

情報広報部

橋本 洋一

を退職いたしました。顧みますと昭和〇〇年K電力入社以来、47年有余の永きに亘り皆様方のご指導とご厚情に支えられ大過なく務めさせて頂いていただきましたことを心から厚くお礼申し上げます。今後は長年の趣味であるビデオと始めたばかりの野菜づくりを楽しむながら、これからの人生を有意義に過ごしてまいりたいと思っておりますので、これまで同様よろしくお願い申し上げます。」との印刷書きの横に『やつと《ゴール》出来ました。遅くなりましたが贈り物ありがとうございました。』との手書きの言葉が添えられていた。現在、故郷の奄美大島に戻った鹿児島市N中学校時

代の親友であるY君からの残暑見舞いの葉書の文字に見入った。《ゴール》という言葉でまたまたこころの奥に眠っていた平常心が揺り動かされてしまった。

平均寿命―健康寿命―要介護期間という数式を最近よく目にするようになり、女性の要介護期間が約12年、男性は約9年と言われ、要介護期間を限りなく0に近い状況にしようとするのが医療費適正化計画の1つの目玉となっている。

最近、私どもの病院に女優の小山明子さんをお招きし、講演をしていた。機会を得た。彼女の講演を聴くのは4年ぶりだった。ある

病院関連団体の理事として親しくお付き合いいただいている四国 松山のK先生の病院設立40周年記念式典に招待された際の記念講演で拝聴する機会があった。御主人の大島渚監督が脳出

血で倒れ、その介護経験に基づく体験談だったが、確固たる信念を持つて大島監督のリハビリ訓練に全力を尽くして取り組まれた姿勢に大変感激した。排泄の介助に一瞬たじろがれたが、自分がやるしかないと大女優である今までの生き方を捨てて夫の介助に全力で専念された臨場感あふれる講演に感動し、今回の講演の実現に繋がった。排泄の介助の度に大島監督は「感謝、感謝」の言葉を繰り返されたらしい。『感謝って言葉は魔法の言葉』と小山さんがしみみとその当手を振り返って言われたが、心に滲みる言葉であった。医学の学術講演の際に《明日からの診療にすぐ役

立つ素晴らしい御講演でした》との常用語化した座長の講演を締めくくる言葉に倣(なら)って、私も脳卒中で倒れた際には、この「感謝」という言葉をふんだんに使おうと浅ましくも思った。そのためにも「感謝」という言葉が言えなくなる失語症や構音障害をきたさないような脳卒中回避プログラムを移行したいところであるが、そのような都合主義の対処策はもちろん存在しない。脳卒中の主な原因である高血圧症、糖尿病、脂質異常症のメタボリック症候群を構成する3大疾病で総患者数の半分(49%)が治療を受けているといった実際のデータからみて、メタボリック症候群をいかに防止するかが大きな課題となる。

今回の小山さんの講演は4年前とまったく内容が異なっていた。《夫 大島渚の介護を通してみえたもの》というほぼ同じ演題でありながら、重複する内容がほとんどなかった。《ドラえもん》のポケットに負けないたくさんのポケットを小山さんは持つていらつしゃることを改めて知った。つぎからつぎへと難題がふりかかる中で《願うことは必ず実現する》というプラス思考で数々の難局を乗り越えられた強靱な意志力の存在に頭が下がる思いがした。

《最終回》も《ゴール》も私にはまだ遠い？有酸素運動とレジスタンス運動を取り混ぜた運動プログラムを実行しつつ、相対的低炭水化物食を取って、多くの幼馴染みが生活している緑あふれる住み慣れた地域で畑を耕し、健康寿命の延伸をはかり、できる限り家族に迷惑をかけないような人生を全うしたいと2人の友人からの便りを読み返し改めて思った。