

# 新春随想



## 第93回箱根駅伝 不完全予想



日本医師会 常任理事  
松本 吉郎

平成29年1月2、3日に第93回東京箱根間往復大学駅伝競走(箱根駅伝)が行われる。日本中が正月行事として楽しみにしているスポーツである。

中学生から陸上競技を始め、以来40数年陸上競技の月刊誌を愛読している「陸上おたく」(駅伝おたく)を自認している。マ

ラソン選手瀬古利彦を育てた故中村清監督(自身もベルリンオリンピック選手)が私の祖母の弟にあたるので、その影響もあるかもしれない。

前回の箱根駅伝の順位予想は平成27年11月、埼玉県医師会報に投稿し、1位から5位までは完全に適中した。調子に乗って、今回も有力大学の戦力分析および順位と区間配置の予想を試みた。

出場チームはシード校10校に加えて、予選会を突破した10校とオープン参加の関東学生連合チームの計21チームである。

圧倒的な力で2連覇中の青山学院大学が今回も優勝候補と考える。エースがいて、層も厚い。原監督の采配も楽しみ。1区田村、2区に絶対エースの一角、3区秋山、6区は小野田として、

他に安藤らがついてスキがない。

次に駒沢大。安定した走力を持つ。闘将大八木監督の檄がすごい。1区工藤、2区西山、3区下、4区高本、5区大塚はどうか。故障明けのエース中谷は復路に回すとかえって面白い。

次に山梨学院大。1区上田、2区学生No.1のニヤイロとし、トップに立てば青学大をおびやかすかもしれない。佐藤、市谷らの上級生も充実。

次に早稲田大。エースがいないのが悩み。遅れた時に流れを変えられる選手がいない。従って思い切って前半勝負。1区武田、2区井戸、3区平、4区鈴木、5区安井はどうか。永山か新迫を往路に使うかもしれない。

次に東洋大。全日本大学駅伝で少し評価を下げた。1区堀、2区エース服部、3区野村、4区桜岡はどうか。口町が使えるかどうかのポイント。

次に東海大。1年生の関や鬼塚が20kmに対応できるかどうか。はまると上位が狙える。次に中央学院大。大砲はいないが、村上、横川らが安定して

いる。ただし、駒大から中央学大までの力の差はわずかである。

いずれにせよ1区の出来はレースを左右するので、出遅れると厳しい。せめてトップと10〜20秒差で2区にたすきを渡したい。2区は23・1kmあり、「花の2区」と呼ばれて重要ではあるが、優勝には直結しない。ただし、2区の出来はシード争いには影響が大きい。最も順位を左右するのは5区であり、2区では1〜3分しか差がつかないが、距離が短縮されたとは言っても、5区ではあつという間に4〜5分差が開く。

最近の優勝校の必勝パターンは1〜4区を小差のビハインドで乗り切り、5区で大砲を放ち、復路は先頭の優位性を生かして逃げることが多かった。ただし、前回は1区で首位に立った青学大の圧勝であった。

今回5区に圧倒的な力を発揮する選手が生まれるかどうかはわからないが、天候に左右されやすく、スリリングな展開が期待される。順位や区間配置を予想しつつ、楽しみなレースが近

づいてきた。ただし、箱根駅伝で活躍した選手達が必ずしも世界で戦えていないのは残念なことである。

### 先祖代々正月風習



全日本病院協会 副会長  
織田 正道

我が家では、先祖代々正月には、座敷の床の間に、「神農草を噛みて薬草を探る」という掛け軸を飾る。時代は分からないが大和絵の系統と思われる、そこには額に二つの小さな角らしきもののある恐ろしい顔で腹を露出し、草の衣を着て、草の腰蓑を着たご神農が描いてある。その前に鏡餅を供え屠蘇を捧げる習わしになっている。その掛け

軸は古くて絵具がちよつと剥けているが、詳細に描かれた絵からすると相当の達人のものだと思われる。ただ、そこに書かれてある字は我々には難解で読めない。

中国の古伝説上の帝王、三皇の一人で炎帝ともいう、百草をなめて薬草を見分け、医薬の道を開いた偉人というが、いくら古代にしても、帝王にしては恐ろしいで粗末ななりをしておられるものである。子供の頃は、その絵が恐ろしかったが、祖父や父は袴をはき、毎年うやうやしく拝礼したので、私たちもそれにならった。このように今でも我が家では、いつの時代からになるのだろうか、正月のしきたりとして昔どおりやっている。

神農は日本の神代と同じく、多分に伝説風であり、文字とて記号ぐらいいしかなかったであろうから、太古に傑出した人の言い伝えが、漢代になって「神農本草経」という古書になっていて、約三六の薬草が載っている。これも木簡であるからそのまま残ることは難しく、紀元前六世紀半、黄帝の臣、岐伯ら六名の

医師の問答した記録が「内経」という漢方第一の古典となっている。

今日伝わる内経は「素問」と「靈樞」の二部に分かれており、「素問」は二千六百年ぐらい前にできたものとされており、人体を観察しているが、初め難解な学問ありきで、「医」そのものより、

各人の学問的想像を主として理論を展開し詳述している。我が家には古医書が二百数十種残っており、中でも素問、靈樞、現病式、共に現存する中国の最古の医学書である。私は医家として十五代目になるが、よく三百年続いたものである。父が当家の歴史を詳しくまとめて、江戸時代から明治初期までを、分かりやすく、ロマン的に、情緒的な一冊の本にしてくれている。

今年も正月は、午前中に床の間の掛け軸を前に、家族皆で厳肅にお屠蘇をいただき年を取る。そして午後は父の本を読み、この長い時の流れを感じながら正月のひと時を過ごすのも、年齢を重ねた昨今、楽しみの一つとなっている。

### 有為の青年を育てる



松下政経塾 塾長  
河内山 哲朗  
(前・社会保険診療報酬支払基金理事長)

昨年4月から、古巣の松下政経塾の塾長を務めている。初代塾長は、創設者の松下幸之助翁である。塾出身者である私が、塾長になるということは、弟子が恩師の志を引き継いでいく時代を迎えたということだ。弟子が、次の世代を育てるという意味で、創設以来37年の松下政経塾も新時代に入った、と関係者からは、新たな期待が寄せられ、私にとっては重責を背負ったところである。

私自身が、松下政経塾の門をたたいたのは大学を卒業した22歳の時であり、その時には幸之

助翁はすでに85歳であった。経営の神様と称され、一代で松下電器グループ（現・パナソニック）を築いた成功者から見れば、嘴の黄色いひよつこであった我々の言葉にも、耳を傾けていた。ただ、数々の金言を聞かせていただいたのであるが、当時はまことに浅学で「宝の持ち腐れ」であった。

しかしながら、市長職を16年、支払基金の理事長を5年半務める間、公共部門のマネジメントに苦心する際には、必ず翁の言葉が聞こえてきたのである。

聞こえてきた言葉の例をいくつか挙げてみる。「打つ手は無限にある。それがわからないのは、現場に足を運んでないからや」「うまくいったのは、皆さんのおかげ。失敗したのは、わが身に至らなさがあると考えたら、人間は成長する」「経営者は、無から有を生む創造精神が大切や」など、関西弁の独特の言い回しも含めて、どこからか聞こえてくるのは不思議な感じであった。

松下政経塾の創設にあたって、松下幸之助翁は「国家百年の大

計を練り、それを実践する若者を育てたい。普通の学校と違って、先生から習うのではなく、宮本武蔵のように自らが自修自得することが大切。政治をはじめとする公共の仕事に経営感覚を取り入れてほしい」などいくつかの大きな方針を示している。いずれも奥深く簡単に実現できることではないが、営々として続けることの大切さも諭されている。

私自身、自らの経験体験、とりわけ失敗の事例は、若者に伝えて、師が求めたことを後進に伝えることにより、少しでも良い国、良い世界を実現しようという高い志を持った若者を育てていくことに尽力したい。容易なことではないが、翁の大好きだった言葉「成功の要諦は成功するまで続けるところにある」をいつも念頭において粘り強く歩んでいこうと考えている。



## 犬にまつわる話



日本病院会 副会長  
末永裕之

干支は戌で、そのためもあってか私は生まれながらの犬派である。子供のころ雑種を譲り受け、その子にはミルクが好きだったために名前を「ミルク」と名付けた。そんな名前の付け方が普通であれば世の中はミルクだらけになるが、そんなことはない。しかし、フランスではポチと同じようにミルクは非常にポピュラーな名前なのである。

高校時代には兄がドーベルマンの子供を見てどうしても欲しいということになり、我が家に来てきた。その名はバル。正式名はバルドル・フォン・ピ

ンシェルと言ひ、いかにも由緒正しい名前であった。専ら私が面倒をみることになりバル、バルと呼んで毎日胡坐を組んだ脚の中で抱っこし、そして散歩をした。（こんな話をする時、寂しい高校生活だったんだねと言われたこともあるが、決してそんなことはない。）見た目も格好よく、本来なら獯猛さで警察犬としても使われているが、飼い主の性格に似たのか優しく、そして感情の豊かな犬であった。

3代目は子供たちが小学校に行く頃、ビーグルの子供が近所で生まれたからと言って祖父が子犬を持つてきた。当時大学でビーグル犬を使って実験をしていたこともあり、わりに穏やかなビーグルであれば飼っても良いと言っていた。

しかし初めて見たときに、ビーグルよりやや耳、鼻が短く、尻尾がビーグル特有のまつすぐに伸びておらず、丸まっている。そう、ビーグルと柴のミックスであった。とても愛らしくかわいいのであるが最初に「なんだ、アイノコか」と言ってしまった。

そして当時小学2年生であった長女から「なんでアイノコではいけないの」と涙ぐまれ、これは教育的配慮が無かったと反省した次第である。そして名前は2代目「ミル」とした。

欲しいものをなんでも与えて可愛いがり、やや小太りではあったがこれがまた、非常に感情が豊かに育っており、家でイサカイがあるとうろろうろして両者をなだめたりした。そんな中では言い争いは長くは続かず、家庭を円満にしてくれる存在でもあった。

極めて暑い中での散歩ではご主人様を何度も振り返るために、仕方なく太めの子を抱っこして汗だくで歩いていると、何人にも振り返られたものである。

18歳まで生きるとまさに老犬も老人の介護と同じであった。一人にすると不安で泣き続けるため、介護の期間中、家内は家を留守にすることもできなかった。

良い思い出をたくさん残してくれ、子供たちも色々と面倒を見る中で悲しいときには慰められ、良い経験であったものと思

われる。

孫たちのためにも4代目を飼いたいところであるが、家内からはあなたが仕事を辞めて犬の面倒をみてくれるのであれば良いとの難問を出されている。

## 亀は万年



岡山大学客員教授  
前内閣官房社会保障改革担当室長

宮島 俊彦

亀を飼い始めてから、かれこ

れ30年になる。近くの川で息子が拾ってきたのを水槽で飼っている。誰も名前を付けないので、単に「カメ」と呼んでいる。多分、ニホンイシガメという種類だ。飼うと言っても、ほとんど手はかからない。春から秋にかけて、毎朝、餌をやるの

と、たまに水槽の水を替えるだけだ。冬の間は、水の中で冬眠してしまうので、何もしなくてもよくなる。

餌は、テトラレプトミンなどという固形のもので、デパートのペットコーナーなどで売っている。カルシウムが多く甲羅の形成に役立つそう。しかし、何といても大好物は生きているミミズである。ミミズを水槽に放り込むと、亀は途端に野性を取り戻す。そしてまず、胴体のところにパツクリ食らいつく。次に、そのまま水槽の中を駆け回り、それから両手でミミズをなぶり始める。どうやら、ミミズを弱らせて、飲み込むときに逃げないようにしているようだ。あとは1分もしないうちに飲み込んでしまう。

亀は、満腹感というのがないのか、ミミズをいくら与えてもひるむことなく食べ続ける。きっと自然界では、食いだめが必要だからだろう。しかし、食べ過ぎて死なせてしまったのはかわいそうなので、ミミズは一日に5匹ぐらいまでにとどめてい

る。それでも、メタボになっているという兆しはない。

水槽に飼っているのは、亀はほとんど運動しない。多くの時間は甲羅干しで過ごしている。運動不足にならないかと心配になったので、風呂に水を張って投げ込んでやったのだが、少し泳いだかと思うと、すぐに両手足を広げ、首を上げて、ポツカリ水槽の中で浮いている。運動をしようという気など端からないのだ。

それでも、人の足音がすると、亀は水槽の中でバタバタやっつて音を立てる。これは運動ではなく、餌を催促しているのだから。どこまでも食欲な奴だ。たまに郵便配達や宅配便の人が来ても、バタバタやっつて驚かせている。

イシガメの寿命は長いものである。30年を超えるくらいと言われている。そうするとうちの亀は、もう後期高齢者になっているのだらうが、あまり虚弱化の様子は見えない。おそらく亀は、ある日静かに死んでいるということなのだろう。われわれ人類も

亀のようであれば、健康や医療の問題で煩わされることもなからうに。

「ご趣味は何ですか」と聞かれたら



健康保険組合連合会 理事  
棟重卓二

初対面の方と会話が進めば、やがて「ご趣味は何ですか」と聞かれることは多いでしょう。以前の私であれば、大学時代と最後のOB活動で日米での演奏会に参加し、シンガポール駐在中にも現地の団体に加入していた、「合唱です」と答えたものでした。それを聞いた相手の方が話の接ぎ穂を見失いつつ辛うじて「どんな歌を」と質問をつないでも、「ミサなどの宗教曲」と

正直に答えようものなら、戸惑ったように「高尚なご趣味ですね」などと言われて、そこからの会話が続かないのがオチでした。

ところが、5年前のH健保組合への異動を契機として、その景色が変わってきています。時は特定健診・特定保健指導を推進しているころ。それまで体育会系とはあまり縁がなく若干メタボ気味であった私も、「健保の常務理事がメタボではないかん」となぜか正義感を発揮し運動を始めることを決意しました。

おりしも「スロージョギング」という走り方があることを知り、「話をしながら走れるように」ゆっくりゆっくり走り始めてみました。そうすると、初めてにして3キロメートル走り通すことができました。そんなに苦しくもありません。理屈では、早歩きで時速5キロ、少し駆け足で時速6キロ、と言われますが、1キロあたりに直すとそれぞれ12分、10分かかる計算になります。まずはキロ10分×3キロから始めて成功体験を得てからは、距離を5キロ、10キロに伸ばし、

速度もキロ8分、7分とスピードアップしてきました。

それを知った職場のランニング好きの部下から誘われ、半年後には皇居ランデビュー。ランニング同好会を結成し月に1度、男女混合約10人で走って汗を流した後は、もちろん打ち上げの飲み会。日ごろ仕事上接点のない担当者とも楽しく会話することができ職場活性化効果も。

さらに、Facebookでつながっていた高校の同級生と帰郷時にふるさとで走り、当時大学院で一緒に学んでいた「10歳、20歳年下の同級生」と皇居ランするなど、仲間がどんどん増えていきました。

そしてランニングを始めて3年、ついにハーフマラソンデビュー。終盤息切れして脱水症状になりながらも翌日には次のレースを予約する始末。3レース走って目標タイム2時間をクリアしたので、半年後には一気にフルマラソンデビューして2回完走、と健保以前には想像もつかなかった世界にどっぷりと浸かってしまっている自分がい

ました。もちろんランニングを始めて早々にメタボも脱却しました。

今では、「ご趣味は何ですか」と聞かれれば「ランニングです」と答えています。そうすると「実は私も」という方も多く、「今年度\*\*の大会に出るんですよ」「じゃあ、一緒に皇居ランしましょうか」などとラン談義に花を咲かせています。

今年も、3月にフルマラソンを走り、8月にはレクイエムを歌う予定です。

## 散歩



社会保険診療報酬支払基金  
理事長  
伊藤文郎

「散歩」＝気晴らしや健康のため

めに、ぶらぶら歩くこと。(広辞苑)とあります。

小生は、とりわけ朝の時間の散歩が好きだ。小銭、携帯電話(ガラケー)、交通系ICカード、ハンドタオルをズボンのポケットに入れ、帽子を被り、ウォーキングシューズに足を入れれば準備完了だ。最近、小型のポータブルオーディオプレイヤーをお供にすることも。心の中で「行つてきます」と声をかけ、極力音の出ないように、玄関を開けてそつと出かける。

始めたきつかけは、「健康のため」だったと思う。やたら速足で歩き、歩く人ばかりか、ジョギングしている人まで、ライバル視していたように思う。距離や歩数はかりを気にかけ、季節や街並みの変化に気づかず、ひたすら汗をかくことに努めていた。

行き交う人と、挨拶をするようになった。とたんに、世界が変わった。他人の会話が耳に入るようになった。坂道で、小さな花を咲かせている草花を発見した時は、心が励まされた。思わず微笑んでしまう。神社やお

寺を見つけると、わずかばかりのお賽銭を上げて、参拝をする。心が洗われるような清々しい気分になる。パン屋さんからの香ばしい薫りに出逢えば、そのおいしさを想像して元気が出てくる。季節や街並みの変化に気が付くようになった。

辺りをキョロキョロ見回し、何か変わったことはないか観察して歩く。挙動不審者に疑われるのではないかと一抹の不安があるが、そんなことは、新しいものを発見した時や季節を先取りした時の嬉しさに比べれば、何のことはない。

今は、「楽しみ」になった。決して気晴らしや健康のためにではないのである。「ただいま」と声をだし玄関を開ける。「お帰りなさい」の声に少し緊張しながら、ウォーキングシューズを脱いで上がる。「そんな時間があるなら、洗い物でも干し物でも掃除でも、手伝ってくれば好いのに」。そんな声が聞こえてきそうな気がする。小生は、「亭主元気で留守が良い」を実践しているつもりなのだが。

## 生まれて、生きて、死ぬ



全国老人保健施設協会 副会長  
本間 達也

人間、いずれは最期を迎えます。果たして現代の日本人は現実に「自分が死ぬ」ことを想定しているのでしょうか？

認知症の患者や利用者に接していると「この人は生きていますか？ それとも生かされているのか？」と思わされます。二割はご本人の本能で生きているのが、八割は生かされているのです。医療ができることには限界があると最近つくづく感じます。私はこの日本には「戦前」と

「戦後」の大きな違いの一つに死生観があると思います。賛否は勿論あるにせよ、とあって前

置きしてのことですが、戦前は「死」について考える文化が日本にありました。人々はいかに生き、いかに死ぬかを考えました。しかし戦後、「死」は疎かにされ、人々は生きることばかりを考えるようになったのではないかと思います。

人が「生きる」のではなく、「生かされている」のは、戦後文化の影響もあるでしょう。患者や利用者は「生かされる」べきですが、本人にとつては死を迎える事が、もしかしたら一番楽だということがあるのかもしれない。将来、多死時代を迎える日本は、教育の中で倫理哲学的な穏やかな死生観を教えなければいけない時期に来ていると私は思います。生まれた時代と生んだ親は選択できない。しかし、その後の生き方は少なくとも選択できると思うからです。

日本の文化には「自助」「互助」「共助」「公助」といった概念が今でも存在します。

現代の無秩序な社会病理は深刻そのものだと思います。冷戦崩壊以降の世界のグローバル化、

情報ソースの多様化による学校教育の価値の低下、地域社会の崩壊：若い世代はインターネットやSNSに依存する一方で、ともすれば年長者との交流の場を持たないでいる現代、その様な状況の中で、死生観を考えることはとても重要だと思っております。

戦後、死をきちんと考えなくなつたことには、大量消費社会となつたことなど様々な要因が複雑に影響しているのでしょう。第四次産業革命といわれるネット社会、ネットの断片的な情報の氾濫に溺れそうになつていく多くの日本人、体系的に物事をとらえる思考能力が低下して、ポピュリズムがファシズムに退廃しないでしょうか？ 戦後教育に宗教観がなく、それをタブー視されてきたのも一つの原因であるとも思えてなりません。

最後に、戦後の日本人は「生まれ、生きて、死ぬ」―死を考へるべきという哲学的な大切な部分の多くを忘れてきたのかもしれません。

私の好きな言葉に、最近来日した「世界で最も貧しい大統領」

と言われたホセ・ムヒカ、ウルグアイ前大統領の言葉「ゼンマイはやがて止まる」があります。この言葉の重みを、日本人は十分かみ締めるべき時期に来ているような気がしてなりません。

## 奈良の仏様



日本薬剤師会 副会長  
乾 英夫

新年あけましておめでとうございませう。

21世紀になつて17年目を迎えることになりましたが、1955年（昭和30年）生まれの私にとって今の世の中は、子供の頃にテレビや漫画雑誌を見て想い描いていた『宇宙と科学の平和な時代、21世紀』とは少し違うよう

に思われます。

鉄腕アトムが自由に空を飛び人類の敵と戦つたり、ロビンソン一家が惑星移住、宇宙探検をする時代と比べて、現状はドローンが物流の新たなツールとして検討され、自由に空を飛ぶ日も近いのかもしれない。また人型ロボットや人工知能が実用化されています。一方、留まることを知らない経済至上主義、果てしない民族・宗教戦争、解決の糸口が見つからず混沌としています。

なかなか煩惱を捨てきれない私は、若い頃から各地の神社仏閣へ参拝しその仏像を拝観させていただきました。生まれ育ちが大阪市で小学校の遠足で行つたこともあり、観光客の多い京都よりも比較的静かな奈良の寺社が好きで、特に西の京の鑑真和上建立の唐招提寺や薬師三尊像で有名な薬師寺、斑鳩の里の世界最古の木造建築物である法隆寺や菩薩半跏思惟像で有名な中宮寺をよく訪れました。

近鉄橿原線西ノ京駅から歩いて近くに唐招提寺、薬師寺があ

ります。天平時代を代表する日本最古の肖像彫刻で、そのお姿から不屈の精神を感じる鑑真和上坐像。薬師寺ご本尊の「薬師如来像」と脇侍仏で向かつて右に「日光菩薩像」、左に「月光菩薩像」の完璧な美しさに思わず息をのむ白鳳期を代表する薬師三尊像。

JR大和路線法隆寺駅からゆっくり歩くかバスに乗って法隆寺から中宮寺へ。法隆寺西院伽藍の金堂に安置されているご本尊の釈迦三尊像は止利仏師作の飛鳥時代を代表する大陸様式の顕著な仏像。中宮寺ご本尊の菩薩半跏思惟像は「古典的微笑（アルカイックスマイル）」で心が和みます。エジプトの「スフィンクス」、レオナルド・ダ・ヴィンチ作の「モナリザ」と並んで「世界の三つの微笑像」と呼ばれています。

最近はずっと時間が作れず訪問する機会が少なくなり残念ですが、今年には人類の平和と共存を願いながら、家内と二人で私の好きな仏様に会いにくく機会を増やしたいと考えております。

## 日本の看護が海を渡る



日本看護協会 副会長  
大久保 清子

年頭にあたり昨年を回想し1年間の経過する速さを感じつつ、今年1年の抱負を語る時期となりました。昨年末から、医療技術・サービスの国際展開を推進する方策や、各国の保健医療水準の向上に貢献し、どう海外の医療技術やサービス市場を獲得していくのか、そのあり方などを検討する研究会が立ち上がりました。この研究会に参加し改めて日本の看護について考える機会となっておりま。

現状では、一企業の自助努力だけではカバーしきれない世界的な流れの中にあつて、あらゆる

業種の企業が非常に厳しい状況に直面していると思いますが、しかしすでに海外において数十病院を保有し医療の国際展開を行っている企業もあります。

また医療を海外展開しているファーストベンギンともいえる病院もあります。日本では、医療従事者の人材不足が課題となり、医師や看護職の働き方などの検討がなされているところですが、個人として国際展開に興味を持つ方もいます。

看護職では、アメリカで医療行為ができる看護師（NP）として活躍している日本人看護師も数十人います。

そして、2013年にICN（国際看護協会）総会で訪れたメルボルンでは、日本人看護師がさらにオーストラリアの看護師のライセンスを取得して働いています。総合病院に1名は勤務している」と聞きびっくりしました。また給料は日本の約3倍ということ、そして勤務時間は裁量制であることにさらにびっくりです。日本での労働環境もこうありたい、労働環境を考え

るところで働くのも悪くないとさえ思えました。

さて、私が病院で勤務している時、EPA開始の初年度にインドネシアの看護師2名の受け入れをしたことがあります。

彼女達の母国での仕事を尋ねると、傷を縫合し、動脈ラインを確保し中心静脈カテーテルを挿入していたと語りました。インドネシアでは、個人差はあるとしても看護職の主な仕事は「診療」なのです。彼女達が日本で初めて行う保清や環境整備は興味溢れるものでした。

また日本円で300万円あれば開業ができ、つまり彼女達は母国で病院を建設し医師やコメディカルを雇用したいと語っていました。

国により看護職の立場や仕事の内容は異なっていますが、しかし看護という専門性には繋がるものがあります。多くの国からの関心が高い日本の看護は、災害看護、高齢者・認知症看護、生活習慣指導などがあります。看護はその提供システムとしての保健医療制度や情報管理のノ

ウハウ等、看護の知識や技術についてしっかり充電されたものがあるように思われます。

受け入れは、ホスピタリティの精神で、そして看護の提供はアウトリーチつまり手を差しのべる精神を、看護として何をどう海外に展開していけるのか。その可能性を解いていく必要があります。

## 剣の道と死生観



(株)リンケージ代表取締役  
木村 大地

新年明けましておめでとうございます。

錚々たる方々の中で恐縮ですが、健康支援業界に身を置いた経緯をつれづれなるままにお話できればと思います。

風変わりな若者がいるなあ程度にご笑覧頂ければ幸いです。

私は業界内で「健診オタク」と呼ばれます。ただ健康診断を受けることが好きなのでなく、現行法制度に則った健康診断受診という手段を活用し、健康診断受診の「後」に生活習慣を見直し適宜最適化を行うことで、誰しもが望まない不健康な最期を迎える確率を下げたい。

そんな想いから、健診に関する過去の歴史や、関連法制度の変遷、今後の風土づくりを担う官公庁の情報や、多くの企業や自治体等の健康支援の事例に詳しくなりましたという珍しいオタクな人種なのです。

私は15歳の時分に剣道の恩師を亡くしました。

恩師は新潟市内にある小さな町工場の社長で、健診は当然のように受けておらず、タバコとお酒が好きな方でした。

恩師は47歳で喉頭がんに罹患し、2年半の闘病生活を経て最期は1パーセントの確率にかけて手術をしたものの叶わず、短い生涯に幕を閉じました。

私は恩師が大好きで隔週ごとに病床に通っていました。剣道の教えを請いながら、人が自分の死を間近に感じた時どのような考えを持ち、どのような最期を望み、どのような後悔をするのか。人間の死生観を学ぶと同時に、人間が生きる期間と、人間が「健康に」生きる期間は同一ではないという「健康寿命」の大切さを学びました。

そのような経験から、健康診断を受けた「後」の生活習慣を振り返ることの重要性を追求し、ICTを活用した「あきらめない健康支援」をテーマに事業を運営しております。

健康診断実施機関に4年、システム業界（メタバ健診施行時に厚生労働省が提供した健診データ統一化XML作成ソフトの開発企業）で3年、リンケージという会社を設立し6年半。仕事を通じて、健康寿命の延伸に寄与することが、自分に与えられた人生の使命と考えています。本寄稿を読まれている皆様も、誰しもが親族や知人の「死」が身近に訪れたことはあるかと

思います。

しかしながら、人間は生まれた瞬間から死に向かって生きていくということを、いざ死に直面した時に初めて自分ごととして「死」を意識します。

「健康寿命を伸ばそう」と声高に国や医療保険者が叫んでも、日々の安定した生活を送られている方には届きません。

健康づくり支援事業が押し付けにならないためにも、企業が主体となって推進する「健康経営」や医療保険者が主体となつて推進する「データヘルス計画」等の環境づくりは大変重要であり、今後の日本の社会保障及び労働資本の確保にも直結する施策であると考えております。

IoTやAI等、様々な技術が日進月歩で進む昨今、従来のあたりまえに固執せず、時代に即した健康支援のカタチに挑戦し続け、これからのあたりまえの文化を構築できるよう、官公庁や医療保険者の皆様とともに、「新たな風土づくり」を推進していこうと思います。

「出張ですか？」



政策研究大学院大学 教授  
小野太一

「いいえ違うんです」から始まる会話が最近定番だが、それはしばしばキャスターバックで通勤するからである。箱に車輪と持ち手がついているアレ。7年前、某百貨店の閉店セールで買った。重宝の理由は、まず「歴史」が研究対象であるため。主対象の社会保障制度審議会は、約50年の歴史の中で5冊の「年史」を出しており、それぞれ数百ページに及ぶ。学者委員の古い学術書の参照も多い。国会図書館など調査のために「遠征」することもあり、収集する昔の雑誌記事の類いは片面コピーで提供

される。重厚な本とA4の紙束を大量に片道一時間強持つて歩くのは苦痛である。「電子化」が頭をよぎるが、PDFにする時間はないし、タブレットは検索にはよいが一覧性に乏しいのが不満だ。「職場で見れば？」という突っ込みも聞こえるが、古の研究者の難解なレトリックの読解は帰宅時間に切りよく終えることが難しく、続きは家となる。

もう一つ、数駅分歩く習慣のためである。「重い本を持って歩くぐらゐならその分電車で早く出勤して仕事を持ち帰らなければいいではないか」。確かに正しい。でも平日の東京の朝、ホームの人込み、遅延しがちな満員電車の待ち時間、駅から職場までの距離を考えるとそう時間的に差があるわけではない。かばんをゴロゴロさせながら季節の風を感じ、ニュースをストーリーミングで聞きながら歩く時間は、朝の貴重なウォーミングアップである。

7年間の酷使のためボロが来ている。車輪は最初はゴムタイヤだったが、ウォーキングのお

供などは想定外か、数年前に摩擦熱で破れた。メーカーに修理に出し、今は硬質プラスチックの二代目である。皮の縁取りもビリビリになった。リペアショップで工夫はしてもらったものの、また骨が見えそうになっている。みすばらしいらしく買い替えを勧められるが、廃番なのか同じものは目にしない。ただ正直、本の冊数やパソコン、手帳、水筒の納まりのいい入れ方などなじんでいるため、買い替える気がしないのである。

学生に社会保障を教えるのが仕事だが、社会保障の教師と自信をもって名乗るに値する見識はまだ足りない。補うべく分厚い制度の解説書や、創設時の記録を持って歩くことも愛用の理由だ。今朝、満員電車の端で小さなながら、足元から取り出したのは「介護保険制度の解説（法令付）」。複雑な地域支援事業の財源構成のおさらいである。社会保障は歴史と文化の産物であり、合意形成の積み重ねで今日がある。目の前の制度の姿だけを見てもヤヤコシイだけの仕組みの裏にある、先人の洞察と

煩悶に今日と共通の課題を見出し、未来への示唆を得ること。その面白さを、彼らに伝えられればと考えている。



## 謹賀新年

読者各位のご健勝を祈念するとともに、今年も一層のご支援・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

2017年 元旦

『社会保険旬報』編集部一同

(株)社会保険研究所