

# 教育医療

Health and Death Education, Apr. 2007

〈セミナー報告〉	
がん緩和ケア	2
ヘルスポランティア講座	3
〈セミナーご案内〉	4・5・11
体験記	6・7
訪問看護 ST 中井から	8
ホスピスニュース	9
歴史と医療	10

vol. 33

## がん緩和ケア変革の時代

— 現在そして未来 —

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

去る2月24日、聖路加看護大学の講堂において、がん緩和ケアの最前線でご活躍される講師を招聘し、医療、看護、スピリチュアルなどの面からご講演いただきました。この講演会のトピックスをご紹介します。

### キュアからケアへ

財団理事長 日野原重明

私のケアについての考えは、70年という長い臨床経験から得たものです。そういう意味では、私の患者さんへのアプローチは、他の人と少し違っているかもしれません。

シシリー・ソンドース医師が、ロンドン郊外に近代ホスピスを開設したのは1967年のことでした。これを契機に、治療が見込めない患者に対する「キュア（治療）」から「ケア」への視点が医療の世界に広がっていくようになりました。この「ケア」という言葉は日本語に訳すのは難しく、今はこのまま使うのが一般的になっています。しかし、大まかにいえば「ケア」という言葉には2つの意味があります。一つは外側から護ってあげる（保護）という意味と、もうひとつは専門的知識を生かして、その人がよりよく生きられる方向に導いていくことです。本当のケアとは、患者さんに接するその行動の中にあり、病む人がよりよく生きられるように、効果的に配慮することです。

ナイチンゲールは看護に携わる人の資質として、何よりも「感性」が大切だと述べています。この感性を分かりやすく理解し、ひとり一人がそれを育てていただくために、私は「患者さんの喜びを自分の喜びと感じられますか。患者さ

んの哀しみを自分の哀しみと感じられますか」と問いかけています。患者さんの喜びや悲しみを自分のこととして感じることで、自分では経験したことのない世界を知ることができます。患者さんから与えられたカギで、自分の心の扉を開いていくことができるのです。そういう心と心の触れあいで、感性は磨かれていくのです。

私は昨年ガボン共和国へ、シュバイツァー博士の足跡を訪ねました。博士はのちにノーベル平和賞を受賞されましたが、38歳の時に医師となって奥さんと一緒に現地に赴き、60年間、最後までその地で医師としての天職を全うしました。彼は「医学は単なる1つのサイエンスではなく、治療者の個性と患者の個性とを混じり合わせていく技（アート）でもある。私たち医師はこの言葉を常に胸に留めておく義務がある」という言葉を残しています。

このアートというのは、芸術と訳すのではなく、患者さんへのタッチの仕方、技のことです。ピアニストのピアノのタッチ、バイオリニストの弦のタッチのテクニックによって、同じ曲であっても聴衆の受け止め方がまるで異なってくるように、医と看護のサイエンスとテクノロジーをどういうタイミングで、どういう言葉を添えて、どういう態度で患者さんへタッチするかということです。病む人とかかわることは、その人がよりよく生きることに関わることです。

医学や看護などにおける「ケア」は、理論や経験に基づいた人間のための総合的なアートであると定義し、時代に応じたテクノロジーを加えながら、どのように展開していくかを問い続けていかななくてはならないと思います。

# 教育医療

Health and Death Education, May, 2007

健康教育サービスセンターの活動から	—2
セミナーご案内	—5・8・9
ホスピスニュース	—6・7
訪問看護 ST 千代田から	—10
歴史と医療	—11

vol. 33

## 日 野原重明理事長 日本ユニセフ協会大使就任へ

財団法人  
ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

去る4月9日、港区高輪にある財団法人日本ユニセフ協会ユニセフハウスにおいて、就任発表会が催されました。先生のスピーチからご紹介いたします。

大使就任に際してご尽力いただきました方々に、心より御礼申し上げます。

私は今まで数々の表彰状をいただきましたが、こんなに心踊らされる表彰状をいただいたことはありません。大使という責務を全うする中で、世界中の子どもを救うための一助になれるという私の役割を考えますと、心からうれしいことだと実感しています。

私は今まで医療活動を通して国民の健康についてさまざまな提言をしてきましたが、その礎となったのは、自分自身が医学生時代に1年間休学するほどの病に苦しんだということがあります。また私が医師になって初めて受け持った患者さんの一人に、16歳の女工さんがいましたが、私はその少女を安らかに見送ってあげることができず、その後悔の念がいつも心のどこかにあります。それらはとても辛いことでしたが、結果として医師としての私を成長させてくれる貴重な経験になっていると思っています。

私は病む人の心を学び、真の医療というものに真摯に取り組み、戦後はアメリカから先進的な医学教育や医療システムを導入し、聖路加国際病院を名実ともに日本一の病院にすることに努めてきました。同時に、日本にはもっと大胆な改革が必要であることを痛感し、34年前に財団法人ライフ・プランニング・センターを創設して、ここで新たな試みに挑戦してきました。家庭の主婦を対象に、自分や家族の健康を保つ

教育を始め、当時医師会から強い抵抗を受けながら血圧自己測定講習会を開き、ボランティア活動を紹介し、終末期医療に取り組むなど日本の医療の向上のために先進的な取り組みをしてまいりました。また2000年秋には、老人のポテンシャルを引き出し、若い人たちのモデルとなる生き方を示そうと「新老人の会」を旗揚げしました。この会の行動目標の1つとして、「こどもにいのちの大切さと平和の心を伝えよう」と提唱しています。

これらの活動の他にも、いのちの大切さを子どもたちに伝えようと、20年前にNHKの授業という番組に出演したことをきっかけに、全国の特に小学校の4年生を対象に「いのち」の大切さを伝えるための「授業」をしてまいりました。

今さまざまな活動が実になりつつありますが、私の年齢を野球の試合に例えると、9回を戦っていることになるでしょう。しかし、野球の試合は9回からです。これからが私の一番大切な人生が始まるのだと思っています。次の世代を、平和な時代をつくる子どもたちに期待して、彼らを健やかに育てるために、私に与えられたこれからの時間をより多く使い、よりアクティブに生ききりたいと思っています。

\*財団法人日本ユニセフ協会とは

先進国37カ国に存在する UNICEF（国際連合児童基金）の国内委員会の1つ。

UNICEF と協力協定を結び、日本からの民間拠金をとりまとめている。

1998年アグネス・チャンさんが大使に就任し、日野原理事は2人目となる。

# 教育医療

Health and Death Education, Jun. 2007

〈セミナー報告〉	
認知症の正しい理解	2
〈セミナーご案内〉	4・10
〈セミナー報告〉	
「いのちの尊さを考える」	6
「新老人の会」の活動から	7
訪問看護 ST 中井から	8
ホスピスニュース	9
歴史と医療	11

vol. 33

## 爽やかに生きる

年をとるとともに、自分の使える時間は増えてきます。その時間をどう自分らしく使うかで人の生き方は変わってきます。まず自分がやったことのないことに勇気を持って挑戦してみてください。目標を持って前向きに、何でも楽しむという余裕の気持ちで取り組むことが必要です。失敗してもいいんです。実際に自分の目で見て感じて体験したことは、どんなことでも自分の力となって蓄積されていきます。

そうして、自分の中にどんどん好奇心を育て、何でも見てやろう、やってやろうとアンテナを張り巡らしておく。少し高めの目標を設定し、その目標達成のために努力する。少し高いハードルを越えたときの爽快感はなんともいえないものです。そういう爽快感を日常生活に取り入れてみることも大切です。

私は天気の良い日は朝、庭に出て体を動かし、ストレッチをしてみます。朝日を浴びて爽やかな空気を十分に吸って、庭の草花を愛で季節を感じていると、「生きていてよかったな」という気持ちが湧いてきます。今日もたくさんスケジュールが詰まっているけれど、自分のいのちに感謝して「やってやろう」という気持ちになります。

少し嫌なことがあったり、落ち込んでいる時には気分を変えることも大切です。私は姿勢を正して、少し大股で歩くことを心がけます。今「新老人の会」のサークル活動には、「さっそうクラブ」というのがあって、正しい姿勢で美しくさっそうと歩く技を学んでいます。人は年齢とともに背中が丸くなって小さくなっていきま

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

す。体と心は連動していますから、そうすると気持ちもだんだん内向きになっていきます。しかし、背筋を伸ばして上を向いて、足の裏を踵から地面につくようにして歩いてみると、心も軽やかになって、気分がリフレッシュされます。先日、講演中に舞台の上でこのさっそうと歩く歩き方をデモンストレーションしたら、会場からどよめきがあがりました。意識して歩くと、見ている方も印象がぜんぜん違うのですね。こういう日常生活の立ち居振る舞い、声の出し方などで思った以上に新鮮な感覚が甦ります。

またよく記憶力が衰える、最近物忘れするというのを耳にします。私は聞いたことをよく整理して、頭のどこに入れるかを考え記憶するようにしています。例えばナイチンゲールの死亡した年は私の誕生年の1年前だから1910年とか、タイタニックの沈没は誕生年の翌年だから1912年とか。脳の中を整理して上手に記憶していくと、その記憶の綱をたぐって引き出しやすくなります。また人の話を聞いたらそのままにしないで、自分で解釈して話をするということも大切です。

年をとって失われつつある機能を自覚したら、どのように補っていくかを考えればよいのです。

日々のさまざまな出来事を正確にとらえ、分析し、原因や成り立ちを考えて好奇心を育てます。そしてその好奇心こそが、人を若く保つものなのではないでしょうか。



# 教育医療

Health and Death Education, Jul. 2007

LPCのボランティア活動から	—5
ホスピスニュース	—5
〈セミナーご案内〉	—6・7
〈セミナー報告〉	
新老人のための健康講座	—8
健康教育サービスセンターの活動から	—10
歴史と医療	—11

vol. 33

## memento mori 東京2007

# 生

## いのちの語らい— かされて今をいきる

第34回財団設立記念講演会より

初夏を感じさせる爽やかな6月2日、LPC第34回財団設立記念講演会は、日本財団、(財)笹川医学医療研究財団との共催で行っているmemento moriの活動として、東京フォーラムの大会場において、満員の聴衆とともに詩画家・星野富弘さんをお迎えしました。

星野さんは1946年生まれです。24歳の時に、中学の体育教師としてクラブ活動の指導中、頸髄を損傷するという大けがをして手足の自由を失いました。しかし群馬大学病院に入院中、お母様の献身的な介護や多くの知人の励みで、口に筆をくわえて詩や絵を描きはじめました。その画風は多くの方々に感動を与えています。

この日の講演会の催しの中から、星野富弘さんと日野原会長の対談をご紹介します。

### 3度目の出会い

**日野原** 今日は3度目の出会いですね。人生には1度しか出会えない人もいますが、あなたとはこれから何回会えるか(お互いに顔を見合わせて…), 想像がつきませんね(笑い)。昨年、あなたの故郷にある“山の向こうの美術館”に招かれて初めてお会いした時、あなたは還暦を迎える3日前でした。ですから、私とは3回りの年齢差があります。

**星野** そうなんです。昨年来られたとき数えてみましたら、35歳離れていました。

**日野原** 最初にあなたにお会いしたとき、長年動くこともできない、自分一人では何もできない状態であるのに、お顔を見るとどこが悪いのかなと思うほど健康感があふれていて、つい握手しようと思って手を出してしまいました。そ



星野さんをお迎えして

れで手が動かないのに気がついて、あの時にはおもわずハグしてしまいました。

**星野** 私はあの時初めて男性にハグされました。私の感じる感覚は首から上ですから、ハグされて先生の暖かなぬくもりが伝わってきました。

**日野原** 私はおかげさまで長寿に恵まれています。あなたは食事をするにも不自由なことが多いのでしょうか。

**星野** そうですね。介助のペースがあわないということもありますが、細かいことというのはいちいち口で言わないと伝わりません。たとえば「はい次たくわんとか、みそ汁とか、みそ汁の実ごと一緒にとか。うどんだったら太さに合わせて2本くらいがいいかなとか(笑)」

### 多くの「人」に支えられて

**日野原** 頸髄損傷で寝たきりになって、群馬大学に9年間も入院していたわけですね。その時には、多少でも動くかもしれないという望みはお持ちでしたか。

**星野** ずっと持っていました。ただ持つてはいますけど、だめだろうという思いもありました。病院の先生は、回復の見込みはないとははっきりと言いません。ただ大学病院ですから教授回診というのがあって、教授が学生に説明していることを聞いていると、専門用語を使ったりしていましたが、やっぱりダメだろうなどは感じていました。

**日野原** それはがん患者の告知と似ていますね。医師は患者が死を受け入れていて、「残りの時間をやりたいことをしたい」というような意志がはっきりしていれば病状を告げやすいのですが、希望的な観測をしている人にはなかなか告げづらい。

**星野** 最初のうちはなかなか自分の状態を受け入れられなくて、それでも時間がたっていくうちに、だんだんともうだめだろうなど。「自分の身体はもう動かないのだろうな。こういう状態が一生続くのだろうな」ということだけを考えると、非常に落ち込んでしまうんです。落ち込むということは、何度もありました。そういう時にいつも支えになり力になってくれたのが、いつも側について看病してくれた母と、そして、お見舞いに来てくれる友達とか知人だったんです。母は私のけがについては何も言いませんでした。お見舞いに来る友人も私の状況は知っているけれど、そのことについては触れずに、ただなんでもない話をしているんです。でもそういう時に、「だめでも生きなきゃな」「何かやりたいな」という気持ちを起こさせてくれました。

### やっぱり人生は続いている

**日野原** 鉛筆を口にくわえて文字や絵を書いてみたというきっかけは何だったのですか。

**星野** 毎日たくさんの手紙をいただいて、その手紙を読むたびに、「ああ返事を書きたい」と思いました。

**日野原** サインだけでも書きたいと思われたのですね。

**星野** そうなんです。その気持ちがまず字を書きたいと思わせました。最初は仰向けで書こうと思いましたが、首の力が弱くて持ち上がりませんでした。ヒントをくれたのは実習に来ていた看護学生でした。床ずれ予防に、日に何回か横向きになるんですが、その姿勢ならば頭を持ち上げなくても大丈夫ではないかと助言してくれました。

**日野原** 若い人というのは今までの考えにとらわれていませぬから、新しい視点で柔軟な発想ができますね。ところで、貴方は何を使って書きますか。

**星野** 水溶性のサインペンです。何か筆記用具によつ

て詩の内容が変わるような気がします。しっかりした太いペンで書くと、なんとなく堂々としたものが書けるような気がします。どちらかという、私は線に重点を置いています。色はその上にざっとつけるという感じです。最初はカタカナの練習、線から始めた絵ですから、とにかくしっかりとした線を書きたいというのが夢でした。

**日野原** 線を書くと同時に詩を書きたいと思われたのですか。

**星野** 最初は手紙の返事を書いていたのですが、口で文字を書いていますから、どうしてもたくさん文字が書けません。紙に余白ができてしまって、その余白に枕元にあった花を写したというところから始まりました。

**日野原** 初めの頃はきれいな花を描かれていましたが、だんだん円熟してくると、枯れた花とか葉っぱが描かれていますね。

**星野** 私は動けませんから、とにかくずっと同じものを見ているんです。もし私が元気だったら、1つの花を何時間も見ていることは、絶対になかったと思います。動けませんから、天井を見るか、側にあるものを見るかです。1つの花を、蕾から咲いて、散るまでずっと見ているわけです。そうしたら、花は咲いているときだけがきれいなのではないと気づいたのです。一枚だけ散ったその花びらもきれいですし、虫の食った花びらもきれいです。それから花びらが全部散ってしまって、雄しべと雌しべだけになって、色が変わってしまった花もいいなと思えるようになってきました。咲いている時だけが花ではない。それならこれも描いてみようと思うようになってきたんです。

これは私がかげがをして、長い間入院したということに関係があると思います。それまでは、元気であることが一番よいと思っていたのです。でも、かげがをして、長く療養していると、何も元気だけがよいものではないと思うようになりました。それはもちろん自分のけがを受け入れられるようになってからのことですが…。かげがをして不自由になっても、やっぱり人生は続いているのだし、こういう体になっても思っていることというのは、元気な時とそんなに変わりませぬ。そのことに気づくと、虫の食った葉っぱ、しおれた花も同じように思えてきました。そして、それを大事に描いてみたいと思うようになりました。それはちょうど、自分を描いているような気持ちなんです。

**日野原** けがをして、入院して、初めて車いすを外に出られるようになったのはどのくらいたってからですか。

**星野** 頻繁に出られるようになったのは車いすを手に入れてからで、4年目からです。3年目くらいからはストレッチャーで、たまに外に出てはいました。

**日野原** ストレッチャーだと寝た状態ですから、今まで見ていた世界と違うでしょう。

**星野** はい。ベッドに寝ているのと同じ状態ですから。そういう姿勢というのは人間を消極的にさせます。こうやって車いすで起きていると、気持ちが少し積極的になって、性格が少し変わってきたような気がします。

**日野原** 字や絵を書き出したことで、毎日の仕事ができただけですしね。

**星野** 最初の「ア」という字が書けた時、その1文字が書けただけで光が見えたように思いました。将来のことが考えられるようになりました。「あ。これは0.1だな」と。それまではゼロだと思っていたんです。ゼロはいくら足してもゼロのままですが、0.1ならいつか1になるし、50でも100にでもなると思いました。

### 再び「いのち」と出会う

**日野原** 入院中に聖書にも触れることになったようですね。

**星野** はい。最初はなかなか神という存在が理解できなくて、私には救いとかがそういうものは関係ないだろうというあきらめの気持ちもありました。でも、聖書を読んでいくうちに、また話を聞いていくうちに、ことばのもつ力といいますか、それに動かされるようになってきました。

**日野原** 聖書には「はじめにことばありき」と書

かれています。「ことば」があなたの魂を揺り動かしたという感じですか。

**星野** 入院して、自分の力の限界というのを本当に感じました。それまでは自分の力で何かできるのではないか、自分の力で生きているのではないかと錯覚をしていたところがありました。けがをして、医学的には望みがなくなったとき、何か大きなものにこの体を委ねたい、心を委ねたい。助けてもらいたい、そんな気持ちになりました。

**日野原** 私たちは何もないときは科学の力に頼っていますが、現代科学のできることは本当に限られていて、それに比べることのできないくらい大きな力が、この宇宙には存在しているように思います。

**星野** はい。とても人間の力では及ばない大きな力、流れのようにも感じました。けがをして、何度も死ぬことを考えて、もうあまり生きたくないから食べることを止めてしまおうと決めて、何食かを食べずにいると、無性にお腹が空いて…。その時に、いくら私が絶望しようと、死にたいと思おうと、自分の想いと全然違うところで、体の中で、「いのち」という生きようとする力があると感じました。それで何度目かの時に、この「いのち」に申し訳ないなと思うようになりました。

**日野原** あなたのよう、失うことによって自己を発見されたという体験を聞いていますと、これは何か宇宙を越えた大きな流れの中で、生き物すべてに与えられた共通の「いのち」の大切さというのを感じます。

**星野** 私はいつも草花と向き合って生きていますが、なんとなく同じ生きているもの同士という感じがします。木とか草花というのは、動けない。だから同じ仲間のような気がするんです。

そしてもう1つ思うのは、私は体は動けないけれ



三度目の出会いを喜びあう

ども、それが一番不自由なことではなくて、一番難しいのは心が動けないことだということです。そのことは、絵や文章を書くようになって教えられたことでもあります。先入観にとらわれず、心を開放して、体を開放して、自由な気持ちにならないと自分の文章は書けないと思います。

### 5年後に会いましょう

**日野原** あなたは字を書き、詩を書き、絵を描くようになって、今の美術館にも飾りきれないほどの作品を描かれ、また今日はあなたの詩に曲がつきコーラスで歌われました。今日のコーラスはいかがでしたか。

**星野** ことばというのはどう尽くしても自分の気持

ちのすべてを表現できませんが、こういう美しいメロディをつけてもらおうと、どうしてもことばにならなかったものを補って、さらに広がりを感じさせてくれるように思います。

**日野原** あなたは今まで詩画展というのをやって来られましたが、今度はもっと立体的に、詩と絵と音楽、詩画楽ですかね、そういうパフォーマンスがこれから出てきそうですね。

**星野** そうですね。特にことばで、メロディが浮かんでくるようなものを創りたいと思います。

**日野原** 5年後、私は百歳になりますが、またあなたとこうしてお会いしたいと思います。

## プログラム

12:30 ————— 開 場

13:30-13:40 ——— 開会のことば 三浦 一郎／日本財団常務理事

13:40-14:00 ——— 合 唱 オープニング「千の風になって」

訳詩・作曲／新井 満 編曲／大田 桜子

星野富弘さんの作品とコーラスのコラボレーション

「たんぼぼ」「母の手(ばら・きく・なずな)」新作初演

作曲／大田 桜子 コーラス／LPC 混声合唱団

指揮／中館 伸一 ピアノ／遠藤 有子

14:00-15:00 ——— 対 談 「生かされて今をいきる」

星野 富弘・日野原 重明

15:00-15:25 ——— 休 憩

15:25-16:20 ——— 講 演 「いのちのめぐみに応える」

日野原 重明

16:20-16:30 ——— 閉会のことば

紀伊國献三／笹川医学医療研究財団専務理事

### LPC 混声合唱団

(財)ライフ・プランニング・センターのボランティアコーラスと、その指導をしてこられた中館伸一氏(指揮)の関係するコーラスグループからなる特別編成の合唱団で、メンバーは10代から90代にわたる混声合唱団。昨年はこの合唱団で「千の風になって—スペシャル盤—」CDの制作にも参加した。今回は星野富弘氏の詩に大田桜子氏が作曲した新作の合唱曲を披露した。



オープニング—LPC 混声合唱団の皆さん

この日は、星野さんの詩「たんぼぼ」、「母の手(ばら・きく・なずな)」に大田桜子さんが曲をつけられ披露されました。

# 教育医療

Health and Death Education, Aug. 2007

体験記	2
〈セミナーご案内〉	4・5・10
〈セミナー報告〉	
新老人のための健康講座	6
訪問看護 ST 中井から	8
LPC 美術展から	9
ホスピスニュース	11

vol. 33

## 命と平和の大切さ

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

先日、岩波ホールが7月28日からロードショーを開始した『ヒロシマナガサキ』という被爆者の証言を中心に構成されたドキュメンタリー映画の試写を見ました。監督はロサンゼルス生まれの日系3世のステイヴン・オカザキ氏。英訳の「はだしのゲン」を読み、広島と長崎の原爆投下に関心を深め、核の脅威を世界に知らしめることを自分の役目と考えるようになったそうです。私は一般の方を対象としたこの映画の試写会で、上映の前に、戦争を体験したものの一人として「命と平和の大切さ」をテーマに短いお話をしました。

私のように戦争を体験してきたものにとって、今の時代の動きは、まさに「いつかきた道」を感じさせるものです。日本は積極的に他国を攻めはしないでしょうけれども、攻められたら米軍軍とともに対抗するというのがアメリカとの協定なのです。

62年前に広島や長崎に原爆が投下されて以来、真に平和を愛する人たちは「核兵器反対」を必死に訴え続けてきました。にもかかわらず、今地球上には10か国以上もの国が核兵器を持ち、世界には広島に落とされた原子爆弾の40万個に相当する核兵器が存在するのです。“Don't do”ではだめなのです。「一緒にやりましょう」「Let's do」を呼びかけるのです。そして何を“Let's do”するかを考えることが平和への道を拓いていくのです。

私は、私たちが本当に平和な世界を実現するためには、「武器を持たない、そして外国に対して悪いことはしない、悪いものは輸出しない。

よいものや習慣はどんどん輸入する」と世界に向けて宣言しましょうと折に触れて発言しています。本当の平和運動を、まず日本から発信しなければなりません。平和は武力ではなく、愛と恕しの心で実現されるのだと思います。経済的な援助が必要ならそれもよいと思います。そして若い元気な青年は、難民キャンプや貧困地域に奉仕に出ることを義務づけてはどうでしょうか。そういう経験を経ることで、日本の若者にも、本当の意味での「いのちの大切さ」を学んでもらえるはずです。そして、そういう経験を積んだ若者が増えていくことが、日本という国にとって必要なことだと思います。地道な行動を重ねていくことで、日本の存在意義をしっかりと世界に認めてもらうのです。

この世に生を受けた厳粛な命に対して、殺し合いをする戦争などトンでもないことです。私たちは草木を愛し、動物を愛し、人間を愛し、すべての命を愛するという運動を発展させて、何十年、何百年かけても世界に平和をもたらすように、思想的な改革をしていかなければなりません。

映画「ヒロシマナガサキ」は、本年8月6日、広島に原爆が投下されたその日に、全米に向けてテレビ放映されることになっているそうです。国を超えて、人と人が心を1つにすることで本当の平和が築いていけるのだと思います。

日野原先生が提唱する「新老人の会」では、会員の体験を綴った「戦争体験記」を発行しています。興味のある方は事務局 (03) 3265-1907 までお問い合わせください。



# 教育医療

Health and Death Education, Sep. 2007

〈セミナー報告〉	
認知症のひとの理解	2
〈セミナーご案内〉	4・5・8・11
〈セミナー報告〉	
新老人のための健康講座	6
ホスピスニュース	9
歴史と医療	10

vol. 33

## 自然から学ぶ生きる力

### 第1回「新老人の会」ジャンボリー講演会より

日野原重明

第1回「新老人の会」ジャンボリーは、「緑の地球を後世に」をテーマに、松本という素晴らしい自然環境の中で、「自然」と「いのち」についてあらためて考えてみようという試みです。7月18・19日の両日、1日目はまつもと市民芸術館において、2日目はいのちの森文化会館において開催いたしました。

私の尊敬するシュバイツァー博士は、「平和こそはいのちを守るために必要だ」と世界に向けて発信し、核兵器反対を唱えました。人間が健やかにその寿命を全うし、いかに健やかな社会を次世代に引き継ぐかということを考えると、そのもっとも根元的に守るべきものは「自然環境」であり、「平和な社会」だといえます。私たちはこれをどのようによりよいかたちで引き継いでいくかを、真剣に考え取り組んでいかなくてはならないのです。

ところで、私たちの生きる力は一体どこからくるのでしょうか。私たちは何によって生かされているのでしょうか。過去から未来へと脈々と続くいのちの循環は、人間には計り知れない大きな力によって与えられているとしかいいようがありません。その与えられたいのちに感謝し、生かされていることを謙虚に受け止めたとき、人は人の命を奪うことなどできるのでしょうか。急速なIT社会の発達に伴い情報化されグローバル化された現代こそ、私たちは真実を見極め、すべての武器を捨てて「いのち」に向き合うべきではないでしょうか。

「新老人の会」では、すべての「いのち」を大切に守っていこうという「愛」と「怒（ゆ

るし)」の心を発信しています。今から5年ほど前、JRの新大久保駅で、ホームから転落した人を助けて亡くなった韓国人留学生、李秀賢さんの事件を皆さんは覚えているでしょう。あのように、隣人のために自らを犠牲にするような隣人愛を私たちが持ち得たとき、国を超えて、人と人とが結びつくことによって、本当の平和は実現されるのだと思います。私たちは「よい人間関係」「よい生活習慣」、そして「よい自然環境」の中で、その感性を磨いていかななくてはなりません。

「新老人の会」の3つのモットーは「創めること（新しいことに挑戦することでもいつまでも若く柔軟な心を保とう）」「愛し愛されること（隣人愛）」そして「耐えること（逆境にあってもじっと耐えること）」の3つ。この3つのモットーを心の糧に、本当の平和な社会を築くことを願って、その夢をこどもたちに託して、ともに育んでいこうと働きかけています。

「新老人の会」では、これまでは75歳以上の生き方を提示してきましたが、「新老人の目指すもの」を実現するためには、もっと若い人たちを巻き込みながら、私たちの目指すものを引き継いでいかななくてはなりません。この会には年齢制限はありません。どうぞ皆さんも若い人たちに働きかけながら、この会をさらに大きな運動へと発展させていただきたいと思ひます。

次世代へ、そして世界へ向けて、「いのちを大切に作る平和運動」を一緒に発信していきましょう。

# 教育医療

Health and Death Education, Oct. 2007

〈セミナー報告〉	2
国際フォーラム	
〈セミナーご案内〉	4・5・10
〈セミナー報告〉	6
新老人のための健康講座	
訪問看護 ST 中井から	8
地域医療と福祉のトピックス	9
歴史と医療	11

vol. 33

## 子どもたちの未来のために —96歳の決意—

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

私は20年ほど前にNHKの『授業』という番組で、私の卒業した神戸の諏訪山小学校を訪問し、聴診器で心臓の音を聴くという授業を初めていたしました。その後いじめ問題が日増しに深刻化する中、子どもに「いのち」について教えることの大切さを痛感し、3年前からライフワークとして日本中の小学校を訪問し、授業をしてきました。もうすぐ40回くらいになります。「新老人の会」の講演会ツアーで赴いたオーストラリアや米国のフィラデルフィアでも小学校を訪問し、授業をしてきました。

戦後の学校教育では、「いのち」の大切さを教える授業はありませんでした。国語や算数や理科といった科学的、学術的な分野にのみ目を向けてきたのです。

先日、20歳前後の慶応の大学生300人の前で、小学校でやっているそのままの授業を再現してみました。そして最後に、私の『十歳のきみへ』（富山房インターナショナル）を読んだある小学生が「先生の本を読んで大変感動しました。寿命という大きな空間の中に、私の瞬間瞬間をどう入れるかが私の仕事だということが分かって、大変なことだと思いました。でも私はそれを考えてみます」という手紙を送ってきたことを紹介しました。この授業を受けた大学生のうち2人が「私は慶応という名門校に入るために中学、高校だけけでなく塾でも必死に勉強してきました。ひたすらこの慶応に入ることがゴールで、いのちのことを考えたことはありませんでした。でも先生の授業を受けた小学生の感想を聞いて、涙が出ました」と感想を寄せてきました。

この大学生たちが、感受性の豊かな幼少期に「いのち」を考える機会があったならば、同じ

道を歩んできても、心はもっと充実していたのではないのでしょうか。

私がいままで小学生を教えてきた感触では、10歳になるとたいいていのことが理解できます。ただ学校の先生や親たちが、それをわかっていないのだと思います。私はむしろこの時期から「いのちの話」、「死の教育」、「生きるための哲学」を大人がきちんと話してあげるべきだと思います。

しかし、大人と子どもでは、違ったアプローチをしなければならないということがあります。子どもに話す時にはそれなりのパフォーマンスが必要です。私が子どもに授業をする時には、生徒さんが歌う校歌に合わせて指揮をしながら教室に入って、そのまま私の指揮で歌いつづけてもらいます。そして教壇から話すことはしないで、できるだけ子どもの中に入って、いろいろ質問をしながら手をあげて答えてもらうようにしています。「皆さんのいのちをもっていると思いますか」と質問すると、日本の子どもたちは回りを見ながらおそるおそる手をあげます。これがオーストラリアやフィラデルフィアで質問すると、パッと手が上がり、自分をあててくれというように主張します。日本は自己表現をするような教育が不十分だと感じます。

この授業を通して、私は子どもたちに平和の心を培いたいと思います。本当の平和を築くには大きな犠牲が伴うことも。大人たちが本当の「勇気」と「恕（ゆる）し」と「耐える」心を子どもたちに伝えていかななくてはなりません。戦争やテロそして自然災害。混沌とするこの時代の先を、日本の子どもたちがリードすることを願って、96歳からの人生を子どもたちのために生きていきたいと考えています。

# 教育医療

Health and Death Education, Nov. 2007

〈セミナー報告〉	2
〈セミナーご案内〉	4・5
ホスピス記念講演会	6
訪問看護 ST 千代田から	8
第22回 LPC バザーご案内	9
「新老人の会」の活動から	9
「いのち」の授業トピックス	10
歴史と医療	11

vol. 33

## 本当の平和国家のために

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

私が京都大学を卒業した昭和12年当時は、その年の7月には日中戦争が始まるなど、戦争の気配が濃厚な時代でした。私はその後京都大学の附属病院で臨床を2年経験し、大学院での研究を2年あまり終えたときに聖路加国際病院から招聘されました。京大関を離れると苦労するだろうなと悩みましたが、聖路加国際病院は日本で唯一学閥のない病院と聞いて、ここでの就職を決意しました。昭和16年夏のことですが、その年の12月には太平洋戦争が始まりました。

箱根の山を越えて東京へと向かうことになったのですが、当時はもちろん新幹線などは通っておらず、東海道線で12時間くらいかけて、熱海のトンネルも開通していませんでしたから、御殿場回りで東京に入ったことを覚えています。

この東海道線は、第二次世界大戦中に武器をつくる鉄が足りないからと、レールが一組はずされて単線となりました。また聖路加国際病院の近くを流れる隅田川にかかる橋の鉄の欄干まではずされたのを記憶しています。後から考えるとこんな状態でよく戦ったものだと思いますが、そんな状態の中でも、軍は「軍艦を沈没させた」とか、「飛行機を何十機爆撃した」と言い続けたのです。故意に誤った情報を国民に知らせ、国民の士気の高揚をあおり続けたのでした。結局日本は、広島・長崎に原爆を投下され、多くの犠牲を払い、無一文となって終戦を迎えました。

終戦後、5年たってから北朝鮮と韓国が分断される朝鮮戦争が起こりました。戦後、日本人は勤勉だからよく勉強し働いて日本の経済は復興したと思っています。しかし、日本が戦後早く復興したのは、朝鮮戦争が起こって、その武

器を日本で作らせたからなのです。戦争になると景気がよくなります。武器を値切ることはありませんから、ビジネスとしてはいいのでしょう。日本は無理な戦争をして、朝鮮戦争によって復興したというのが残念ながら真実でしょう。

戦時中、日本は中国や韓国をはじめ近隣諸国において、「植民地からの解放」を旗印に攻め込み、大変残虐なことをしました。1910～45年までは朝鮮を日本の植民地とし、第二次世界大戦中は朝鮮人を危険な前線に送ったり、内地で強制労働を課したりしたのです。戦後も日本政府は謝罪もせず、中国や韓国の国民感情を無視してきました。この姿勢は、その後の日本との関係に大きな溝をつくり、世界的な信頼をも得られずにいるのです。

今、日本は「平和国家」だと言っていますが、この平和はアメリカの基地や核兵器に守られているもので、本当の平和とはいえません。武力を伴わない本当の平和、日本は、そのモデル国とならなければ存在意義はないと思います。そのためには多くの犠牲を伴うことにもなるでしょう。しかしその試練を越えなくては、本当の平和は訪れはしないのです。

もちろんすぐにそれを望むことはできません。せめて今10歳の子どもが活着している間には本当の平和が訪れることを願って、いのちを大切に教育を展開しているのです。

11月11日「新老人の会」7周年記念講演会では『こどもたちに残したい未来のために』をテーマに、日野原先生のご講演会を予定しています(12頁参照)。

# 教育医療

Health and Death Education, Dec. 2007

〈セミナー報告〉	
対人トラブル防止のためのコミュニケーション技法	—2
〈セミナーご案内〉	—4・5・9
〈セミナー報告〉	
ホスピス緩和ケアフォーラム	—6
「いのち・家族を考える」	—8
訪問看護 ST 中井から	—10
歴史と医療	—11

vol. 33

## 私たちが子どもに何をどう伝えるか

—ボランティア講座  
「いのち・家族を考える」より—

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

子どもの感覚器はとても研ぎ澄まされています。遊びながらも両親の会話を耳にして、「またあんなことを言っている」とか「それはパパがごまかしている」「あれはママがうそをついている」と大人たちの会話を理解しています。聴覚が発達しているので瞬時にさまざまな音を聞き分け、しかも感性が純粹ですから、公平な判断ができます。私は小学校で「いのちの授業」をしています。10歳の子どもに血圧の測り方を教えれば、大人よりも正確に血圧を測定できると思います。そして両親やおじいちゃんおばあちゃんの血圧を測って、150mmHg以上であれば「おじいちゃん血圧が高いよ。塩気のあるものはあまりとらないように」「パパ、たばこはだめだよ」などと注意すれば、奥さんが「あなた、たばこはやめたほうがいいよ」と言うよりも、はるかに効果があります。教育というのは、年上の方が年下に情報を伝えることだと思ってきましたが、年下の方がすることで、非常に効果的なこともあります。

私は小学校の授業では、効果的な教育方法を取り入れるようにしています。たとえば授業の最後にシャボン玉の歌を歌います。「君たちシャボン玉の歌知っている？」と聞くと、たいてい「知っている」と答えます。「何の歌？」と聞くと「シャボン玉の歌」。今までの授業はそれで終わりでした。けれども私はこのシャボン玉の歌のいわれについて話します。「これは野口雨情さんという素晴らしい詩人が、幼いお嬢さんを亡くしてしまったという思いを込めてつくった歌なの。シャボン玉が強い風にあおられて消

えたりしないように、大きく膨らんで飛んでほしいという願いを込めたいのちの歌なの。大人たちは子どもが大きく成長するように、そのためには、意地悪されたり、災難に遭ったりすることがないように、どうか無事に成人しますようにといつも心の中で祈っています。皆さん家に帰ってお父さんお母さんにシャボン玉の歌のいわれを聞いてごらん下さい。そして、知らなければ、あれはいのちを大切にすることを教える歌だよと、教えてあげてください」と話してから一緒に歌を歌います。知識とともに、感性を育むことがこの時期の子どもたちには特に必要だと思います。さらに家に帰って両親と「いのち」について会話することで、子どもだけでなく親たちも、あらためていのちについて考えさせられるでしょう。「いのちを大切にすること」というのは、年配者が若い人にお説教をすることではなく、子どもたちがいのちを大切にしなければならぬと感じること、それを大人がしっかりと受け止めることによって広がっていくことなのです。

これからの教育は、子どもたちが持っているものを引き出す。そしてそれを豊かに育て上げ、さらに一歩踏み込んで、子ども自身が参与するものでなければならぬと思うのです。そういう意味で父兄にもこの授業を見学してもらい、家庭ではどういようように教育したらよいかを考えてほしいと思っています。

10歳の子どもたちは素晴らしく成長して花開いています。この子たちの芽を摘むことなく健やかな成長を促していく社会環境づくりが急務となっているのです。

# 教育 医療

Health and Death Education, Jan. 2008

■ セミナー報告	
新老人のための健康講座	2
■ セミナーご案内	4・5
■ 臨床心理ファミリー相談室から	6
■ LPC クリニックだより	8
■ 訪問看護 ST 千代田から	9
■ LPC バザー報告	10
■ 歴史と医療	11

vol. 34

1

## 私が小学校の授業に提言したいこと ボランティア講座「いのち・家族を考える」より

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

小学校の5・6年生にもなると、ひとり一人の成長にはバラつきがあります。教育の現場では、そのひとり一人の成長に合わせて教えるシステムを、もっと取り入れるべきだと思います。ひとクラスは30人くらいに制限して、主になる先生を補助する先生がいて、画一的な教え方ではなく、子どもの成長を促すような指導をしていくことが望ましいのです。

私の「いのちの授業」は海外でも同学年の子どもたちに行っていますが、米国のフィラデルフィアでもオーストラリアでも、「君たちいのちを持っていると思う？」と聞くと、勢いよく手が上がります。手の上げ方にしっかりと自己主張を感じます。ところが日本の小学生は、周囲の反応を見ながら、だんだんと手をあげていきます。周囲に合わせて、みんなと一緒に行動することを第一に考えているのです。またプレゼンテーションをするような教育が十分なされていないために、人前で何かをするということが苦手で、要点を短い時間で要領よく表現する力が教育されていません。基本的な教育は、小さなグループでやるといいと思います。大正の初めの頃でしたが、私の小学校5年生の先生は授業をしませんでした。小さなグループでそれぞれが興味のあることを調べてそれを互いに発表し、意見の交換をしました。この勉強法が私にはとても役立ちました。

アメリカの小学校では、ときどき学年を越えた合同の授業があるそうです。これは大変貴重な経験だと思います。例えばアメリカのパイオニア精神を伝える伝統的な授業がありますが、それなどは全学年が参加します。新天地を求め

て西へ移動した開拓時代を想定し、その移動に自分なら何を持って行くかを考えて、ワゴンに入れていきます。1年生は食料品など本当に自分の身のまわりのものを入れますが、大きくなるにつれて周りのことも推し測り、レベルの高いものが入るそうです。それをグループごとに見せ合ってディスカッションすることで、幼い子どもたちが成長していくのです。また一緒に遠足に行くときには、大きい学年が小さい学年の子どもたちの手を引いていくとか、子どもたちの間で体験学習をさせています。そういうグループダイナミクスを考えながら、幅の広い学習を子どもの頃から経験していくことが大切です。

国語の先生も、算数の先生も、音楽の先生も、知識だけを教えるのではなく、その学問の哲学を教えることまで考えてほしいのです。森に行くとか、自然に親しんで花を見るときか昆虫と遊ぶ、あるいは星を見る、いのちの話をするなど幅広い体験の中で子どもの基本的教育をするべきです。遠回りでも、体験学習を通して本当の知識を身につけなくては、生きていく力は身につかないと思います。いろいろと決められた教育上の約束があるのですが、子どもたちがどうしたら伸びていくかということを主眼に据えて、長い目で見た教育システムをつくりあげないと、折角のこどもたちの芽をつぶしてしまうこととなります。

私たち大人は、もっと自分の経験を生かして、社会にさまざまな提言をしていかななくてはならないと思っています。

# 教育 医療

■ セミナー報告	
新老人のための健康講座	2
■ セミナーご案内	4・5
■ 地域医療と福祉のトピックス	6
■ 訪問看護 ST 中井から	8
■ ホスピスニュース	9
■ 財団活動のトピックス	10
■ 歴史と医療	11

vol. 34

2

## ペリーの浦賀来航にさきがけて

日米の最初の架け橋となった万次郎少年の勇気をたたえて

### 「ホイットフィールド・万次郎友好記念館」保存のために

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

ペリーの率いる米国の使節団が浦賀に上陸する12年前、いまだわが国が鎖国政策をつづけていた天保12（1841）年、14歳の少年漁師万次郎と、米国の捕鯨船船長ウィリアム・ホイットフィールドとが運命的な出会いをいたしました。

その年1月、足摺岬沖で漁に出ていた万次郎を含む土佐の漁師5名が嵐に遭遇して漂流、143日間を無人の鳥島で飢餓状態になって生き延びていたところを、米国の捕鯨船ジョン・ハウランド号に救助され、ホノルルに上陸、ホイットフィールド船長は保護の手続きをとってくれました。その上、ホイットフィールド船長は、5カ月足らずの航海中に、利発で機敏な万次郎を見込み、マサチューセッツ州フェアヘーブンの自宅に伴い、この地で小学校に通わせます。この時滞在した家が、今回、記念館として保存したいと考えます「ホイットフィールド・万次郎友好記念館」です。

さて、万次郎は、小学校からバートレット・アカデミーへと進み、高等数学、航海術、測量術、捕鯨などを学びます。日本人の米国留学生第一号です。

それから10年後、万次郎は捕鯨船に乗り組み知見を広めて日本に帰国し、薩摩藩の島津斉彬、土佐藩の山内容堂公に重用されますが、開国を迫られた嘉永6（1853）年には幕府より召され、江戸に向かいます。そして、同年のペリー艦隊の来航以後、日米和親条約締結、勝海舟を艦長とする初の遣米使節団随行艦「咸臨丸」に通訳

として同行、嵐の中を実質的な航海士として活躍し、船が無事に太平洋を横断するのを助けました。この咸臨丸には福沢諭吉も同船しておりました。万次郎は文明開化を図る日本に欠くことのできない人材として大活躍をつづけます。

万次郎、そしてホイットフィールド船長に深くかかわるホイットフィールド邸が荒れ果てた状態で、今、売りに出されています。

豊かではくも簡素で堅実な米国市民の暮らしの様子をいち早く日本に伝え、日本の近代化に献身的な働きをされた中濱万次郎の働きを覚え、そして、万次郎にこのような機会を提供して下さったホイットフィールド船長の好意に感謝するため、国内外の皆様募金をお願いし、その資金で同邸を購入、修繕を行なった上で、「ホイットフィールド・万次郎友好記念館」を開設し、末永く日米友好の証として保存・活用したいと思っております。この開設募金の発起人には、小澤征爾さん、橋本大二郎さん、大河原良雄さん、緒方貞子さん、黒柳徹子さん、瀬戸内寂聴さん、相馬雪香さんなど30名以上の方々をお願いし、了承をいただきました。

この計画にぜひ大勢のみなさまのご賛同と、暖かいご支援を心からお願いいたします。ご賛同いただける方に趣意書を送らせていただきます。（お申し込み等は10頁参照）

# 教育 医療

■ セミナー報告	
新老人のための健康講座 .....	2
■ セミナーご案内 .....	4・5
■ 訪問看護 ST 千代田から .....	6
■ ホスピスニュース .....	8
■ ホームヘルパー2級講座を受講して .....	10
■ 歴史と医療 .....	11

vol. 34

3

## 健康国家を宣言しよう

財団法人ライフ・プランニング・センター理事長  
日野原重明

今、日本の地方都市、とくに農村地域では小児科医や麻酔科医、産科医が足りないことが根深い問題となっています。それを改善するには、人的活用を積極的に図っていくような組織や仕組みをダイナミックに変革していく哲学と行動力を持たなければならないと思います。すなわち「地域のためにどうしたらよいか」ということを基本に据えて考え、よいと思ったことを勇気を持って実行していくことです。

日本看護協会は「特定の専門看護分野の知識・技術を深めた」ナースを、専門看護師として認定しています。これは日本の保健師、助産師、看護師の免許を持ち、修士課程を修了した人で、5年以上の実務経験をもち、そのうち専門の分野を3年間以上学んで、専門看護師の試験に合格した人という高レベルのもので、専門分野は「がん看護」など9分野が設定されています。この制度をもっと活用していくべきでしょう。

たとえば小児科の分野であれば、子育ての経験がある小児看護専門看護師などは、実践ですでに経験をしていますから、未経験の研修医などよりはずっと的確に対応できるはずです。看護師がもっと経験を生かして、専門性を発揮できるように側面的に援助していけば、医師不足もある程度解消されるのではないかと思うのです。

アメリカなどでは、麻酔の8割は専門のナースアナesthesiストがやっています。小児科でも看護師は病院の外に出ています。プライマリ・ケアの対象となる6割から7割は看護師が充分対応できるのですから、日本も法律を守ることが大切なのではなくて、現状にあわせて法律を

改定していくことが必要なのだと思います。

かつては救急救命の現場でも、気管内挿管は医師でなければやってはならないという法律がありました。ところが、救命救急士が医師のいないところで挿管し、そのことで患者の命が救われたということがありました。裁判にはなりましたが、このことが契機となって法律が改正されました。今の日本の法律は、制定されてからあまりにも長い年月が経ちすぎているから、現状に合わないことも少なくありません。何をしても法律が立ちふさがるので、世の中の要請から大きくかけ離れてしまいます。

地域医療で大切なことはチーム医療です。医師だけでなく、看護師も助産婦も地域の人も「できることをする、やれる人がやる」という取り組みをしていけば、その地域に合った質のよい医療を提供していくことができるはずです。

医師と看護師に上下関係があったり、仕事の専門性を狭く限定したりせず、何でも話し合える雰囲気の中で、地域住民の健康意識を高め、住民を巻き込んで健康運動を高めていくこと。そういうことが全国的に展開され、それを行政が側面的に援助していけば、日本は健康国家として世界にアピールしていくことができるのではないのでしょうか。

小さな地域で実験し、成功したことを他の地域にも伝えていく。そして互いに刺激しあいながら、よりよいものを作り上げていく。そういう柔軟でダイナミックな変革を繰り返し、磨き上げていく努力こそが今の日本社会のあらゆる面で求められているのだと思います。