



日野原重明記念

# 「新老人の会」東京 会報

Keep on going!

Vol.3/No.4

2021.10

## コロナ禍が与えてくれたこと

日野原重明記念「新老人の会」東京 顧問 香山リカ



を叶えるために、自分を奮い立たせてコロナに立ち向かいたい」とワクチンを受けに来た方たち。私は「よく感染なさらずに今日の日を迎えましたね。どうぞ受けてください」と心からの言葉をかけました。

私が日ごろ仕事をしている精神科の診察室では、むしろ若い人たちの方が「この先、社会はどうなるのだろう。仕事も無くなるのでは」と心配や不安を抱えています。人生経験の少ない人ほど初めての体験に恐怖を感じるのでしょうか。私は「先は見えませんが、自分と世の中を信じて毎日を大切にしましょう」と伝えていきます。

高齢の方もそれは同じ。例えば室内でのストレッチ、近所への散歩、庭木やプランター野菜の手入れ、読書や音楽鑑賞、語学学習など、これまでやってきたことはぜひ続けてください。やっていることの意味や理由を突き詰める必要はないのです。前からやっていたからやる、楽しいからやる、それで十分です。

そして、誤解を恐れずに言うと、今回の感染症の流行という現象は、私たちに大切なことを気付かせたり、時には思わぬ出会いを与えてくれます。かつて私は精神科医として緩和ケアを学びたいと思いき、短期間ですが日野原重明先生に教えを受け、それが「新老人の会」との出会いになりました。そして昨年コロナ禍が始まり、まっ先に「お話を伺いたい」と思ったのが、今は沖繩を拠点として研修医育成に尽力する総合診療医の徳田安春先生です。徳田先生は臨床医また研究者として今や日本の第一人者であり、「新老人の会」へのリサーチ・ボランティア研究のメンバーだったのです。

先生が日野原先生のもとで働いていた聖路加国際病院を去るとき「師匠」はこう言ったそうです。「大切なのは『戦争をしない』不戦ではなく、『させない』非戦が重要です」その言葉を聞いて徳田

先生は「『非戦』こそ『命を守る究極の予防医学』だ」と気づき、以来、医学や医療と共に平和活動にも力を入れていきます。

私と徳田先生は昨年『医療現場からみた新型コロナウィルス』（新日本出版社）という本を出しましたが、これはまさに日野原先生がこのコロナ禍に与えてくれた大きなプレゼントだと思っています。

みなさんも「必ずまたできる」と信じて、「コロナが収まったら、最初にやりたいのは何かな」などと大いに想像してはどうでしょう。そして私のように「コロナ禍が与えてくれたこと」にもぜひ目を向けてみてください。これまでいろいろな困難や悲しみを乗り越えてきたのだから、今回もきっと大丈夫。自分を信じ、仲間と励まし合ってこれからも一緒に進んでいきましょう。



香山リカ  
1960年札幌市生まれ。  
東京医科大学卒業後、医師となり、現在も精神科、総合診療科で診療を続ける。また大学教員として教育、研究活動も行い、2010年より立教大学現代心理学部教授を務める。主な著書に『しがみつかない生き方』（幻冬舎新書）、『大丈夫。人間だからいろいろあって』（新日本出版社）など。

# 「日野原先生の精神(こころ)を継ぐ」6

## 変わらないもの、変えるべきもの



在宅ホスピス研究所パリアン 代表  
森の診療所 医師 川越 厚

### 平静の祈り

物事には、変えられないものと変えられるものがある。変えなければならぬものがあります。変えられないものを受け入れるためには平静さ(Serenity)、変えるべきものを変えるには勇氣(Courage)、両者を見極めるためには知恵(Wisdom)が必要です。平静さ、勇氣、知恵を求め祈ったのが、重明先生がしばしば引用されるNiebuhr(二八九二〜一九七二)の祈りです。重明先生は五十八歳の時、自分自身の死に遭遇して、それまでの生き方を変えたと自伝に記されていますが、このような告白を先生が包み隠さずなさっているのは、私にとって大きな驚きでした。しかし、それは先生の全てが変わったということではありません。変わったのは医師としての生き方であり、これからは「心このために生きる」という生き方を貫くことでした。



Reinhold Niebuhr (1892-1971)

それはさておき、Niebuhrのこの祈りを聞きながら私が興味を持ったのは、「それでも変わらなかつたものが先生にはあつたはずだ」ということです。見方を変えれば、それは「重明先生の一生を貫いた生き方」ということになります。この視点に基づいて重明先生の一生を私なりに理解するとき、私は三つの点(医師としての基本姿勢、何事にも前向きな生き方、キリスト者としての生き方)に着目しています。今回は先生の一生を貫いた「医師としての基本姿勢」について触れたいと思います。

### 重明先生の医師、W Osler



Sir William Osler (1849-1919)

重明先生は自伝や講演などで、医師としての基本姿勢を先生がオスラーから多く教えられたと述べていらつしやいます。オスラーは「近代医学の父」と呼ばれ、Johns Hopkins Hospitalの四人の

創始者の一人。幅広い業績の持ち主、特に医学教育に熱心に取り組み、Bed Side Teachingを初めて医学教育に取り入れた人として知られています。彼は我々臨床医へ珠玉の名言をたくさん遺しましたが、これから紹介する言葉を重明先生は著書の中でしばしば引用し、私はそれが先生の変わらない医師としての基本骨格を形成していると考え、紹介したいと思っています。それは、「医学はサイエンス(科学)の上に成り立つアートである」(The practice of medicine is an art, based on science.)という有名な言葉です(『生きていくあなたへ』幻冬舎二〇一七)。

この短い文章に初めて触れた時、私はアートの意味がよく分からず、この言葉の示す内容を正確に理解できませんでした。ところが先生の自叙伝(日野原重明『僕は頑固な子どもだった』ハルメク社二〇一六)にその答えが見事に書かれていることをあとになって知り、自らの浅学を恥じるとともに霧が晴れたような気がして大変うれしく思いました。

「医学とは「サイエンス」つまり科学とともにあり、注意深く観察して事実を集め、例証や実験を積み重ねて、冷静に分析していくものである。しかし、医学が他の自然科学と違うのは、病気を患う人間の心と向き合う感性が求められるということ。」「アート」とは技、つまり患者への接し方や会話の仕方、患者の人間性に深く触れること。この両者が相まって、患者の問題は解決されるのである。」

「Artを「芸術」と訳すと意味が分からなくなりますが、ここで先生が使われている「技」という訳語を用いれば、オスラーの言っている「医学とは」の意味が正しく理解できます。重明先生の医師としての基本姿勢を最後まで支えてきたこの言葉は、Science onlyで突き進んでいる現代医療の在り方にいまも警鐘を鳴らしています。「科学は確かに重要で医はその上に成り立つべきだが、臨床医が医を実践するときには、心この業」として患者さんに接することがもつとも大切だ。」

現代医療に身を置く私たちに自らの足を根源的に見直すきっかけを与えていただいたように思いつつ、先生がいらつしやなくなつた今こそ、改めてこの言葉に耳を傾け、これからの医を担う医師に伝えていかなければならないと思っています。

### 初めての俳句

七月メール句会 兼題「夕立」「近」  
銀巴里に通ひし昔巴里祭 コッコ  
黒雲に追はれて下る登山道 夢子  
梔子の花相愛の一生涯 明子  
初蟬の耳を劈く雨間かな 寛子  
蓮見むと辨天堂へ足伸ばす 緑  
曖昧な口伝が頼り梅漬くる 蘭  
ほほづき市雷門に待ちぼうけ 七厘  
蟬声やお鷹の道の石仏群 まり  
翡翠の瑠璃をこぼして翻る まえの  
(飛鳥蘭選)

## コロナ禍を生きる

\*\*\*\*\*

青柳 芳郎（九十六歳 新潟県）

令和三年（二〇二二年）は「丑年」、私は八回目の「年男」になりました。「新老人の会」に入会後、日野原先生の教え、会のモットーの「愛し愛されること」「創めること」「耐えること」を心に刻み、健康で元気に過ごしてきました。

まず「愛し愛されること」には、多くの人たちとの出会い、触れ合い、語り合い、の三愛を大切に多くの知人、友人と交流し元気と健康をいただきました。

「創めること」は、自分史のサークルに入会し、森先生のご指導、学友のパワーをいただいで、私の自分史『ありがとう―大正・昭和・平成・令和を翔ける』を出版できました。

「耐えること」は、一月の日経新聞に「丑つまずくか二〇二一年」と題して、経済危機を振り返り、オイルショック、プラザ合意、金融危機など丑年の出来事が報じられていました。私も、それらの危機を「時代の変わり目」と思い、苦勞に耐えてきました。今年も「新型コロナウイルス」に負けないよう頑張ります。

\*\*\*\*\*

八木 ゆり（七十四歳 東京都）

私はなんと幸運なのかと、原稿を書き始めて改めて自覚しました。

幼い頃から私は日曜日教会で日野原先生ご夫妻の背中を見て、沢山の大切なモノを頂いてきました。お二人の穏やかな言葉の中には真の愛があり、ユーモアも織り込まれ感激でした。静子夫人は、私の女性としての範として最も尊敬した方です。彼女とお話をすると、「あーよかった」と肩の力が抜けて安心できたものです。今、考えると、まだ若かった私にまるで呼吸法で心も身体もほぐしてくださっていたみたいです。

コロナ禍の中でも、私は太極拳と呼吸法を高齢の方々と学んでいます。吐く息を大切に、マスクを外してみんなで「あーよかった」と言える日が来るように祈って、先生のおことば通り「苦惱を乗り越えキープオンゴーイング」。

\*\*\*\*\*

小林 貴子（七十歳 神奈川県）

日野原先生との出会いは、夫の実家が先生のお宅の近くで、母が玉川平安教会の信者でしたので、そこで先生と

お知り合いになりました。

その後、両親、兄妹が先生に診ていただくようになり、親しくさせていただきました。私たちもぜひ先生に診ていただきたいとライフ・プランニング・クリニクに通院することに決めました。ある時、看護師さんから「新老人の会」を勧められて入会しました。私は、子育ての手が離れた頃から体操クラブに所属し趣味として続けておりましたので、皆様のお役に立てればと、「いきいき健康体操」サークルを立ち上げ現在に至っています。参加してくださいる方々はお元気で若々しく、年下の私は学ぶところがたくさんあります。今はコロナ禍で活動は休止状態ですが、早く終息して、音楽に合わせ全身を動かし、楽しいおしゃべりをしたいと願っています。

\*\*\*\*\*

三上 純治（六十九歳 秋田県）

『浜辺の歌』を作曲した成田為三は北秋田市で生まれた同郷の偉人だ。先生は終戦の年、五十二歳で亡くなった。早すぎる。だが、名曲とともにその名は永遠だ。

列島は東京五輪日本代表選手の活躍に歓喜雀躍した。一方で、不眠不休でコロナに立ち向かっている医療従事者がいる。自らの命も、家族をも犠牲にして他者のために治療されている。だが、感染拡大している。おもてなし、〴〵ありがとう、で大会は閉幕した。

\*\*\*\*\*

山本 太郎（五十三歳 神奈川県）

他者を思いやる心で、さらなる感染拡大を防げると思っている。妻は五十歳代にステージⅣのがん手術を受けた。今は、はつらつと暮らしている。日照雨のごとき出来事であった。側にいてくれるのはありがたい。古希の私は心の中でそう思っている。

自他ともに認める日野原ファンですが、そのせいか今も先生のご縁で新しい人との交流が始まることがあります。その中にひとりの僧侶がいました。「肉体が滅んでも人は死なない、その人のことを記憶している人がいなくなったとき、人ははじめて死ぬのだ」と話されました。私はハッとしました。『死をどう生きたか』に似た言葉があったからです。「誰にでも死は必ずきます。しかし、死によってその人がいなくなってしまうのではない。時間を共有した人々とともに生き続けているのです」。キリスト教徒の日野原先生が仏教徒と同じ考えを持っている、宗教は繋がっていると感じました。

今後、日野原先生のことを記憶している人がいなくなることはないでしょう。だから日野原先生は生き続けているし、死ぬことはないのだと思います。同時代を生き、時間を共有でき、記憶を持っていることに、改めて幸せを感じる出来事でした。

# 読売新聞「Webコラム」掲載について

石清水 由紀子

去る七月二十七日、読売新聞オンライン版の「Webコラム編集委員の目」に阿部文彦編集委員が「戦争体験を次世代に 秘話、日野原重明さんの思い継ぐ同志」と題したコラムを掲載されました。

七月十八日の日野原先生のご命日と八月十五日の終戦の日に合わせて、日野原先生が生前を力を注いだ「新老人の会」と、その会の目指した「平和を願う」足跡を追うというものです。私は、これに先立ち阿部さんの取材を受けました。皆様ぜひお読みいただきたく、Webコラムを要約した別刷りを同封させていただきます。

二〇〇〇年六月六日の読売新聞に、日野原先生が提唱する「新老人運動」が大きく報じられました。「新老人の会」はこの記事が発端となって生まれました。

阿部さんは、二〇〇一年から日野原先生を審査委員長に仰ぎ、社会に貢献する元気な高齢者を顕彰するために設けられた「ニューエルダー・シティズン大賞」の事務局長を務められ、二〇一六年まで続けられました。折に触れて日野原先生取材してこられた関わりから、日野原先生亡き後も「新老人の会」を

心にかけられ、「二度は書かなければと思っていました」と話しておられました。

発足当初の「新老人の会」の大きな使命の一つは、先の戦争の体験者である七十五歳以上の人たちが、世代交代によってその数を減じていく前に、その人たちの戦争体験を記録し、後世代に語り継いでいく責務があるということでした。それが今から二十余年も前のことですから、改めて日野原先生の先見性には驚かされます。



この本は書店を通じて  
今も購入できます

発足一周年記念として二〇〇一年に、会員から寄せられた戦争体験をまとめて『私たちの遺書』語り遺す戦争体験』を出版しました。それ以後二〇〇五年までに四冊発行しましたが、そこで紹介された体験記は併せて一五五編に及んでいます。そして、二〇一〇年に十周年記念としてその中から四十二編を選び、『歌われたのは軍歌ではなく心の

歌』と題して新日本出版社から刊行されました。

阿部さんは、この本の畑中九州男さんと大濱有子さんの手記に注目して感動的なコラムを書かれました。

畑中さんは、兵庫支部で戦争を知らないⅢ次世代に伝えるために「戦争体験を語り継ぐ会」を立ち上げ、大濱さんはじめ多くの賛同者と共に活動されました。毎年七、八か所の小学校で総勢六五〇〇人を超える子どもたちに体験を語り伝えてこられました。兵庫支部は、現在「新老人の会」兵庫としてメンバーは減少しつつも活動を継続し、コロナ禍前まで小学校の要請に応じていました。

畑中さんは数年前にお亡くなりになり、大濱さんは転居された後、連絡が取れないというところです。

今回、このように「新老人の会」を取り上げていただいたことは、今の私たちにはたいへんありがたい励みになります。当初の会員が日野原先生の強い思いに呼応して、「新老人の会」の遺産ともいえる戦争体験の手記を残されたことに敬意を持って深く感謝いたします。

## 「ご案内」 語りつづ あの日 あの日



戦争体験世代である小泉靖子さんが次世代へ伝えたいとの思いで二〇〇一年から毎年ボランティアで続けている朗読会が、十一月二十八日に開かれます。昨年は初めてコロナ禍で中止、今年は無観客での開催です。

「戦後七十六年経った今、もはや忘れないでというよりも、戦争があったことを知ってください。特に若者たちに知らせたい。」と語る小泉さん。この日に合わせ、二〇一六年から二〇二一年までの朗読作品を掲載した三冊目の本を出版。朗読会後はCDも作成の予定です。

※本に関するお問い合わせは、「新老人の会 東京世話人・端千枝様」まで。



2001～2009年  
までの朗読作品  
を掲載

## 俳句募集のお知らせ

「新老人の会」東京のサークル活動として、武蔵野市を拠点に、一昨年「初めての俳句」が発足致しました。私、飛鳥 蘭が、主宰を務めて、このコロナ禍もメールによる会を月1回のペースで続けております。

この度、編集委員会において、会員の有志の方々の俳句作品を募集して、会報誌に掲載する企画がまとまり、その取りまとめ役をお受け致しました。

俳句の募集要項ほか、別紙を添付致しますので、ご参照の上、ぜひご参加ください。

## 「新老人の会」東京

2021年 会員数303人(241件)  
2020年 会員数363人(307件)

**会員募集中!**  
年会費

個人・家族会員 5,000円  
賛助会員 (一口) 10,000円