



日野原重明記念

# 「新老人の会」東京 会報

Keep on going!

Vol.4/No.4

2022.10

## 寄り添う人 中村哲氏

「元氣100倶楽部」(元「新老人の会」福岡支部) 会長 原 寛



中村哲医師は福岡県立福岡高校を卒業し、一九七三年に九州大学医学部を卒業の後、精神科医局に進まれた。高校、大学から医局に至るまで私の後輩にあたる。また彼はキリスト教系の西南学院中学でクリスチャンとなっている。医師になってから日本キリスト教海外医療協力会からペシヤワールにあるキリスト教系病院に派遣されハンセン病の治療に取り組んでいた。

ペシヤワール会とは一九八三年に中村医師のパキスタンでの医療活動の支援を目的として作られた団体である。現地での事業体はPMS (Peace)(Japan)(Medical Service)であり、今は医療活動・灌漑事業・農業活動などを主な事業としている。二〇〇〇年のパキスタン・アフガニスタンでの大干ばつに際し、緑の大地計画を開始。日本国内から多くの寄付が寄せられ、水を確保

する井戸掘削事業が始まった。現地の病気の多くは食料不足と慢性的な栄養失調が原因で、清潔な水が必要であった。その後、クナル川を起点とした多くの水路を造っていく。

彼の手腕の一端を紹介したい。水路を手早く造るには、先進国の技術や設備を使うのが常識である。しかし、ひとたび内乱が起きれば技術者は自国に帰ってしまう。経年劣化や戦争被害で壊れても先進技術による設備は現地で修理できず利用できなくなってしまう。事実、世界には、壊れたまま修理されず、放置された先進国によるインフラが山ほどある。中村医師は現地の人たちでも管理し、修理が続けられるような簡便な工法を選んだ。例えば針金で編んだ「蛇籠」に石を入れ、それをブロックとして、水路側面を補強した。水量を調節するための水流口はコンピュータやモーターなどは使用せず、人力を用いている。こうした取り組みで砂漠化した土地に緑が戻り、耕作が可能となり、約三十万人が帰農した。アフガニスタン人は元々農民が多く、耕作地があれば、ゲリラや雇い兵に

ならずとも生活していくことができず。こうした現地人が自立し、水路を維持管理していく方式は、アフガニスタン政府にも認められた。二〇二二年八月からガニ政権から代わったタリバン政権もこの工法の踏襲を認めている。彼は現地に糧と平和をもたらし、人々も感謝を惜しまなかった。

彼は二〇一九年十二月銃弾に倒れた。理不尽な気持ちは拭えない。しかしそれでも彼の心は彼の地に寄り添っているだろう。現在、PMS事業は彼を長年支えた現地の人々が事業継続に協力してくれていると聞く。この写真は二〇一九年十一月に日本医師会最高優功賞受賞の際の盾を持つ中村医師である。



二〇二〇年一月から新型コロナウイルスが流行し、世界は一変した。二〇二二年二月にはロシア・ウクライナ戦争が起き、世界は核戦争、第三次世界大戦の危機に直面している。このような世界を彼はどのように感じ、論評するのであろうか。

クリスチャンである彼はその信条

を拠所として多数の書籍を残し、世界各地で平和のための講演活動も行っていた。その中の一つの言葉をご紹介したい。

「我々ができることは余りに小さい。しかし、大切なことは、あらゆる人々の中に潜んでいる良心を糾合し、この灯を絶やさぬよう地道に仕事を続けることだと信じている。」

(中村哲、『ペシヤワール会報』十二号、一九八七年)

彼もまた私の師である日野原重明先生の生き方、世界観と相通じていると感じられる。共に私の心に指針を示し、遺してくれた恩人である。

追記 ペシヤワール会は随時、会員と寄付を募集しています。ご興味がある方はホームページをご覧ください。

原 寛

1932年5月福岡市天神で生まれる

九州大学医学部卒業 医学博士

医療法人原土井病院理事長、学校法人原学園理事長、能古博物館理事長、九州大学白菊会顧問、福岡県慢性期医療協会名誉会長、日本慢性期医療協会常任理事、「元氣100倶楽部」会長

2001年より日野原重明先生と共に「新老人の会」の活動を福岡支部世話人代表・九州連合代表として行ってきた。2017年7月に亡くなられた日野原先生の教えを受け継ぎ、2018年4月に「元氣100倶楽部」と名称変更し、会長に就任。多くの方々に生活習慣や予防医療の大切さを伝えるために全国で講演活動を行っている。90歳の現在も「現代養生学」を実証中。 &lt;会のHPは「元氣100倶楽部」で検索&gt;

# 「日野原先生の精神(こころ)を継ぐ」10

## 変わらない生き方を貫く



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

『生きていくあなたへ』(幻冬舎)の

上梓に関わった輪嶋さんによると、「肺炎を克服しご自宅に戻られた重明先生は、まるで子供のようにわがままを始め、ご自宅でこれまで見たこともない穏やかで安らかな空気に包まれていた」とのことでした。何気ないその文章に心を打たれ、私は喜びをもって、先生とご一家のことに思いを巡らしていました。

老いや死において自分を主張し自分の希望を実現するためには、周囲の理解と支援は不可欠です。その意味からご家族、特に常日頃先生の身の回りの世話をしていた真紀さん(ご次男の妻)の存在を忘れることはできません。彼女の働きの根底には、重明先生に対する心底からの愛と尊敬、先生の生き方に対する深い理解があったと私は考えています。そのような愛に包まれた環境の中に身を置き、先生のこれまでの生き方を大切にすると人の世話を受けることができただからこそ、先生は穏やかかつ、安らかな時を過ごされたのだと思います。

変わらない生き方

先生の決断を知って涙を流して悲しんだ輪嶋さんは、家に帰ってそれまで通りの生活をなさる先生を見て驚いたようです。「私はあのとき、まだ日野原重明という人を、全然理解できていませんでした」と、正直な思いを告白しています。そして、ご自宅で最後の時を過ごされた先生に関し、興味深い話がいくつか残っています。

先生が「冷たい水をコップに入れて持ってきてほしい」と、真紀さんに注文した時のこと。真紀さんは医師から水分摂取を制限されていたことを思い出し、どうすればよいか困ったようです。彼女は医師の指示を先生に伝え、少量の水が入ったコップを差し出しました。すると先生は「私が医者だ!」とおっしゃって、コップになみなみと水を注ぐように真紀さんへ指示し、おいしそうにそれを飲まれたとのことでした。

医師の指示を意に介すことなく、自分が飲みたい量の水を平然と口にされる重明先生。私は先生が今まで通りの変わらない生き方をされている姿に喜び、思わずまた拍手しました。しかしそのようにして過ごされる先生を見て、在宅の主

治医は眉をひそめたに違いありません。先生はよく焼いたパンが好きだったそう、焦げが付いたトーストをおいしそうに召し上がったとのこと。焦げたパン粉が気道に入るとむせるだけではなく肺炎を起こすおそれがあるので、「管理する医療」から見ればとんでもない話です。しかし先生はそのような医療を超越した生き方を貫き、主治医も結果的にそれを認めたわけですので、最後の時を家で自由に過ごさせて本当によかったと思います。

死に逝く人を支える医療

死を前にした患者さんの在宅ケアで私が常日頃心がけていることは、病院的な評価や管理、介入を極力しないことです。在宅で提供する医療は、そもそも患者さんの日常生活を支えることが目的ですから、本人の希望を最優先すべきだと私は考えています。先生が一〇五歳になり、ちょっとしたことで肺炎を繰り返すのは致し方ないこと。医が無力となり絶対ではなくなつたこのような状況では、そもそも死を回避することは難しく、「Scienceをベースにした医療は脇に置くべきだ。それがアートを大切にする医療だ」と私は考えています。

患者さんやご家族には十分な説明を行い、その上での決断であれば、特別な理由がない限りケアに関わる者はそれを最大限尊重しなければなりません。それゆえ、医療者はその人のそれまでの生き方に関心を持ち、それを尊重した上

で、そこで下した決定が実現するように最大限の支援をすべきだと私は考えています。

「死を考えることが生をより豊かにする」というのは、イエズス会のアルフォンス・デーケン神父(一九三二年八月―二〇二〇年九月)の有名な言葉ですが、死を忌み嫌う傾向の強い現代にあつて、この言葉は非常に重く私たちの心に迫ってきます。平均寿命が延びただけではなく、健康寿命も延びてきた現在の日本。その中で老い、死を語ることは難しくなってきました。それでも、やはり人は老い、死を避けることはできないのですが、老いを受け入れず、死を考えていない人が多いのも事実です。そのような方が死を前にして医師に助けを求めてきた時、医師は何ができるのでしょうか。患者だけの問題ではなく、医療者にとっても大きな難問です。

重明先生の最後の生きざまを知ると、先生は医師と患者の立場で、老いと死の生き方のお手本を具体的に私たちに示してくださつたように思います。



アルフォンス・デーケン神父  
(2009年墨田区民公開講演会にて)

# コロナ禍を生きる

\*\*\*\*\*

国枝 園子（八十一歳 東京都）

私はNPO法人でボランティア精神を基本とし、認知症の方が自分らしく暮らせることを支援する会で成年後見人をしております。

全くの他人が家庭裁判所の審判により被後見人（ご本人）と関わります。会う日々を重ね、私覚えてる？と聞いた時ぴよこんと頷く、帰り際に握手や手を振ってくれたり、そんな時やっと続けられると感じます。

ご本人は親族関係が薄く経済的にも厳しいです。そのような状況の中で昔話などを聞き、暮らしの希望を尋ねて支援をしていきます。関わる月日を重ねて、いい関係になっても最後の別れが来ます。肉親ではありませんが、それは辛く気持ちが萎えます。法的には後見人行為は終了ですが、親族が不明の場合、長い人生を生きてこられたご本人の冥福を願って看送ります。

\*\*\*\*\*

草野 章次（七十六歳 静岡県）

日野原先生と初めてお会いしたのは、二〇〇七年七月十四日の浜松市での講演会でした。その時の講演内容は、戦

争を二度と起こしてはならないというものでした。

『新しい憲法・明るい生活』という冊子が昭和二十二年五月三日に発行され全世帯に配布されました。また中学一年生用の教材として『新しい憲法のはなし』が昭和二十二年八月二日に文部省から発行されました。

日野原先生の『十代のきみたちへ』ぜひ読んでほしい憲法の本』を「新老人の会」静岡支部での読書会のテキストとして勉強させていただきました。

戦前を知らない若い世代の人たちが再び同じ過ちを繰り返さないように、日野原先生にもう一度語ってもらいたい気持ちです。

\*\*\*\*\*

原田 晶子（七十歳 静岡県）

「子どもたちに平和と愛の大切さを伝える」日野原先生から託された使命を念頭に置いての私の活動のひとつに「親子対象の絵本の読み聞かせ」があります。絵本は、多様な生き方や人権、命の大切さをさりげなく伝えてくれます。絵本を通して育まれる「想像力」（目に見えないものを見る力や、他者を思いやる力）は、子どもたちが希望を描き一歩を踏み出すための大きな力になると、私は信じています。彼らはやがて未来を変えられる大人となり、

日野原先生の望まれる平和への懸け橋になってくれると期待しています。

コロナ禍や戦争…大変な時代を生きている子どもたち。絵本をきっかけに親子の会話が弾み、明るい希望が膨らむ幸せな時間を増やせるように。私も更に活動の幅を広げ、絵本の魅力を伝えていきたいと思えます。

\*\*\*\*\*

須賀谷 富久恵（六十七歳 東京都）

娘の交際相手のお母様と話している時「新老人の会」に入っていることがわかり、私も敬愛する日野原先生の会に入りました。朝日新聞のイラスト入り連載エッセイは欠かさずに読んでいました。

今、コロナ禍になり、免疫力を高めるために三行日記を書いています。食事、活動、メモ程度です。もう一つはヨガプラス柔軟体操です。朝目覚めた時に、今日も頑張ろうと思えるのです。LINEを使って英会話学習も友達と始めました。テキストはラジオ英会話（中学生程度）、お互いに聞いておさらいする形で、三十分をめどに。肩肘張らず分らない時は勉強不足を素直に告白し、相手がスラスラ言えたり、感情がこもっていたらパチパチパチすごい！と誉めます。日課的にラジオとテキストに向かい合うことになりました。時々横道に逸れておしゃべりに発展することも。コロナ終息後も、英会話は続けていきたいです。

## 会報誌上句会「トキメキ句会」

選句と解説 飛鳥 蘭

色なき風めくる窓辺の文庫本 康一  
※ダイニングかりビングか、窓辺からの風が気持ちいい読書の秋、爽やかな時間が生まれました。

向日葵やこゑ無き叫び戦死者に 弘幸  
※群生して立ち並ぶ向日葵には、整列したウクライナ兵士のイメージが重なります。明るい向日葵畑の下から、戦死者の声が作者に届いたのでしょう。

めげぬやう己励ます炎暑かな とくいち  
※近年は、真夏より初秋の方が暑い傾向にあります。暑さは夏の季語です。秋には、秋暑し、残暑を使います。厳しい暑さには、極暑、猛暑などを使って、十七音の節約を計ります。

幼手を合はせて盆の大花火 夢里  
※揚花火、大花火は以前は盂蘭盆の風物でしたが、今は納涼として、夏に分類されています。この句は盆の花火なので、秋です。幼いながら盆の心構えを身に付けて育った様子が分かります。

紫陽花忌明日は日野原忌を修す 緑  
※紫陽花忌は水原秋桜子の忌日七月十七日。日野原先生の命日と一日違いです。

忙しなき胡座の祖父の洪団扇 コッコ  
海猫の群ビル街の空覆ふ 夢子  
※異常気象のせい、自然界の変化が詠まれました。

白団扇友の遺せし一行詩 明子  
隧道へ螢火消ゆるもう追はず 寛子

## 開催報告

# くすのきしげのりさんオンライン講演会

## — 作者が語る「あなたの一日が世界を変える」 —



古山先生(左)の東京個展会場にて

■7月9日(土) 13:30~16:00

■参加者数 総数122人 (オンライン 95人 / 会場 27人)

今回はじめて、くすのきしげのり先生は徳島、古山拓先生は仙台からオンラインで講演を

の交渉、通信技術をもつ方々と協力しながら準備を進めてきました。

参加者募集は、会報4月号に案内チラシを同封して呼びかけ、会員以外にも絵本セラピスト協会のメンバー、東海大学の学生に呼びかけました。

自宅にインターネット環境をもたない方のために、会場に集まって視聴できるように、神保町駅に近い出版会館の1室を借用しましたが、通信環境がよく大きなスクリーンで、とても快適に視聴することができました。

今後は、このような開催にも取り組んでいきたいと考えております。



出版会館の会場

宅または会場で視聴するという方法で開催しました。

先生方が映像を多用して絵本の物語を解説され、制作の意図や背景などをお話しくださるうちに、その豊かな世界に引き込まれていきました。会場では、27人の皆さんとともに感動を分かち合えたのはよかったです。

これには、絵本セラピストで「絵本の会」サークルを主宰する福井みどりさんが中心になって、講師

### オンラインで参加して

前川 佐喜子

今朝は、笑顔があっただろうか。

「否。朝から蒸し暑い、初めてのオンライン参加の講習会。「操作は上手くいくだろうか」と緊張しましたが、先生方の笑顔に迎えられ、ほっとしました。

くすのき先生は徳島・鳴門ご在住。偶然、同じ郷里と知り、眉山、小鳴門海峡、大麻さん(大麻比古神社)の境内奥のドイツ橋(第一次世界大戦のドイツ人俘虜が村人たちへの感謝を込めて造った石造アーチ橋)、「ドイツ軒」のパンの美味しかったこと等。そして古山先生には、仙台在住時、マンションから眺めた煌めく広瀬川や河原での芋煮会が思い出され、お二方の笑顔、作品は、温もりのある故郷に育まれた要素が多いのでは、と拝察しました。

くすのき先生の『ともだち』等を図書館に問い合わせると「貸出中で、予約も次々に入っております」とのこと。

夏休みには小学四年生の孫娘とベートーヴェンの「第九」を聴きながら、『交響曲「第九」歓迎よ未来へ! 坂東俘虜収容所奇跡の物語』を読もうと思えます。一口の笑顔、世界の人々の平和を願い、信じて。貴重な講演、ありがとうございました。

### 「俳句のすすめ」(二)

飛鳥 蘭

季語は俳句の大黒柱のようなものです。和歌の時代から引き継がれた言葉は、人々の生活の中で、季節の言葉として篩にかけられ、認知され、もって日本人ならではの季節感を共有することになりました。

俳句で「花」と言えば、桜を指します。花吹雪、花便り、花びらなどは全て桜のことで、春の代表的な季語です。日本人は満開の花を愛で、あっさり散ってしまう桜に儂さや潔さを感じてきました。そのイメージが、先の戦時下で戦意高揚に利用された歴史もあります。楽しかった花見や、卒業・入学を思い出す人もいます。そのものと、その言葉の纏う日本語になったりするのが、俳句になったりするのは、思いの全てを言葉にするのは難しい。そこで、季語の抱える共通のイメージに頼って、句の趣きを補うのです。

花(または桜)と書くだけで、満開の桜の華やかさ、散ってゆく花の哀しさ、などを一気に浮かび上がらせる事ができる訳です。

### 編集後記

ロシアによるウクライナ侵攻から半年、そこに暮らす人々の苦しみを思うとき、この戦争を止めることができない無力感に苛まれます。そのようなとき、アフガニスタンで凶弾に倒れ、間もなく3回目の命日を迎える中村哲先生の活動に思いを致したいと、九州大学医学部の先輩にあたる原寛先生に巻頭言をお願いしました。日野原先生は、「新老人の会」のモットーに「愛すること」を掲げ、戦争のない平和な世界を築くために「ひとり一人が平和への思いを深くすること」とおっしゃいました。中村哲先生にも通じるものを感じます。

世話人の関谷真一さんが、8月5日に膀胱がんでお亡くなりになりました。65歳の若さで、これからというときに誠に残念でなりません。心よりご冥福をお祈りいたします。

### 「新老人の会」東京

2022年 会員数268人(223件)  
2021年 会員数310人(256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