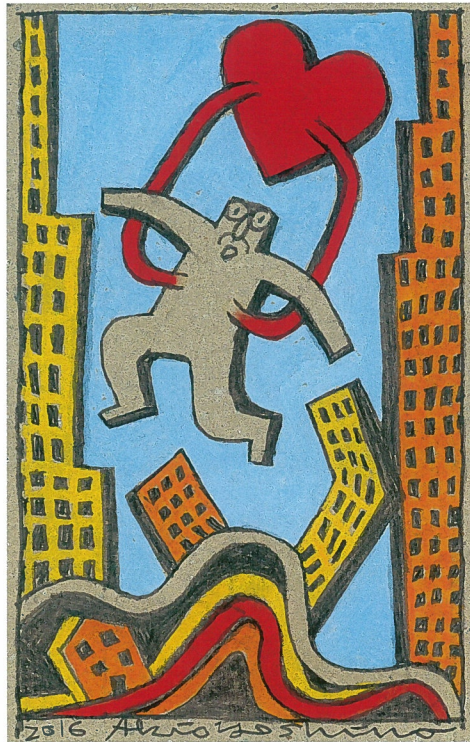


連載リレーエッセイ こころにひかる物語・二四七

健康で二〇三八年まで 尾池和夫

おひげ、おすお、地球科学者、単人京
都造形芸術大学学長、著書に『新版 活
動型入浴の健康法』、『030年生活
向上の健康法』、『030年生活
京都大学卒業、京都大学、東京生
活



画・吉野晃希男

「来年で二〇年、立派なものです。」京都大学病院循環器内科の主治医から私への最近の言葉である。一九九七年五月末に急性心筋梗塞で緊急入院して以来、定期的に診察を受けている。心筋梗塞で治療した方が再発して亡くなった例をたくさん知っているから、心筋の一部が壊死している割には、よく生きのびていると言えるのだろうか。

關病の記録は私のウェブサイトに詳しく記録してある。フィールドワークで活動している者の癖で何でも記録しておくという人間が治療を受けるのだから、周囲はたいへんだったと思う。集中治療室では妻がメモ用紙と筆記用具を持参して私の口から出てくるキーワードを時間順に書き留めた。それを入力してもらって後日、一般病室に移ってから記録になり、また俳句にもなって残った。一か月ほどの入院期間とその後が『急性心筋梗塞からの生還』という著書になった。心筋梗塞にならないためにという趣旨で医学を専門にする人たちが書いた本はたくさんある。そのようなウェブサイトの情報も多い。しかし、軽くない状態で実際に入院し、生還した人の記録はほとんどない。だから治療を受ける人の役に立つたようである。

私の記録を載せたウェブサイトを見たニューヨーク在住の方からメールがあった。アメリカ合衆国の習慣で短期間の入院で帰宅したが、医師の英語がよく理解できないままの帰宅であった。そこで日本語のサイトを探して私の記録を見つけ、それを読んでよく自分の心臓の状態がわかったという内容のメールである。

もう一つの例は日本の方で、父上が急性心筋梗塞で入院して初期治療に付き添った方である。帰宅して私の記録を見つけて理解を深め、未来へ向かって灯りが点ったようだというメールがあった。さらに別の日本人の患者ご本人からのメールもあった。簡単な返事をして忘れていたが、数年後に「生きていますか?」というメールがその方から来た。退院後もしばらく書き込ん

ていたが、仕事が忙しくて私はそのままにしてあった。更新していない状態が続いたので、生死を確かめるためにメールを送ってきたのである。それからまた数年たつが、その方からはその後メールが来ない。今度は私の方が気になっているが、こちらから「生きていますか？」と聞くのもはばかられるので、そのままになっている。

少し落ち着いた頃になって、本人の意思とは無関係に、私は京都大学の第二四代総長に選ばれてしまった。京都大学の教員たちは優しくないと思ったが、私の注目している医学部の教授から

「身体障害者に希望の灯りとなり大きな励みになるから頑張ってください」と言われて困惑した。

最初に治療を受けた康生会武田病院の主治医にさまざまのことを教えてもらった。治療にあたって医師の目標を私が質問したとき、主治医は「平均余命を目標にして治療します」と答えた。そのときの平均余命は覚えていないが、平成二六年簡易生命表によると七十五歳の男性が一・一九四年、女性が一五・六〇年であるから、それを当てると、私の場合まだ一〇年以上ある。しかし、平均余命より健康寿命の方が九年ほど短いから、それだと後二年くらいは健康で過ごせるかもしれない。

老化の三現象を私は「忘れる、間違う、繰り返す」の三つだと思っている。「物忘れ外来」という診察窓口の歴史を話す講演会のときである。演者が、最初に無意味な言葉を三つスライドで見せておいて、最後に「覚えてますか？」と聴衆に確認する予定を、すっかり忘れて演壇から降りてきたことがある。その演者に、「忘れたでしょう」と言うのと、「あつ」とシヨックを受けていた。しかし、そのときのことを私が繰り返して話したことを人に指摘されたこともある。

ところで、私の本業は地震学者である。その本業の中で、次の南海トラフの大地震の発生時期を二〇三八年頃と予測した私の論文がある。そのことを市民に伝えるのが専門家の役目である

と私は思っている。

しかし、政治家の演説を聞いていて、二つのたいへん気になる表現がある。一つは「明日起こっても不思議ではないと言われる南海地震に備え……」という表現であり、もう一つは、「将来起こるかもしれないと言われる南海地震に……」という表現である。前者に対しては、「明日起こったら不思議ですよ」と言いたいし、後者には「必ず起こるのですよ」と言いたい。そのことがもとで、私は本を出して、その題名を『2038年南海トラフの巨大地震』とした。本を買った人は少ないが、これで少しは認識が変わる人が出るかもしれないと期待している。

このような予測を市民に伝える立場から、その予測を自ら確かめるために私は一一〇歳を目標に生きることにしている。そうすれば一〇歳くらいで南海トラフの巨大地震が起こるから、はっきり意識して確認できると思う。

さて、その目標はどうなるだろうか。極端に考えれば、このエッセイが印刷されるころには寿命が尽きているかもしれないし、一一〇歳の誕生日いができるかもしれない。いずれにしても健康な状況を保って生きていなければ意味がないので、スポーツの苦手な私はせつせと歩いて、生命の灯りを消さないようにつとめている毎日である。

かまくら春秋社
既刊本

こころにひかる物語

I・II・III

三木卓編 吉野見希男画

●各定価、八〇〇円十税

豪華執筆者が「あかり」にまつわる様々な思い、エピソードを綴った、本誌掲載のリレーエッセイ「こころにひかる物語」の作品集。それぞれ二十編ずつを収録。主な執筆者に

安西篤子、松村友晴、依方眞、小池真理子、石原慎太郎、

三浦哲郎、松谷みよ子、山田太一、児玉清、山崎洋子など。