

## はじめに

2001(平成13)年2月28日の朝でした。車で出勤途中の私は、ラジオのニュースで、“ぎんさんが亡くなった”ことを知りました。

ぎんさんは、私の勤める南生協病院のご近所に住んでおられ、時々、当院やデイケアを利用なさっていたことを私は知っていましたし、なによりも、愛すべきアイドルおばあちゃんでしたので、自分のおばあちゃんをなくしたような悲しい気持ちになったことを、今でも覚えています。

しかし、職場に着くと、そんなしんみりとした気持ちに浸ってられないような話が待っていました。なんと、ぎんさんのご遺体を私が解剖することになったのです。

ぎんさんは、当院の名誉院長、室生昇医師が往診を担当していた患者さんでした。自宅でのご逝去でしたが、室生医師が「医学の向上のために、お身体を解剖させていただけないか」とご家族にお願いしたところ、快く承諾してくださったのです。

私は、当院ではただひとりの解剖資格を持っている医師です。わたしはいつも、執刀を始めるとき、ご遺体を前にして、その方の生前の人生やご家族のみなさんの気持ちに想いをはせます。そして、ご遺体を解剖する、という行為に対する畏怖の念と、解剖させていただくことへの感謝の念をともに思い起こし、“このお身体を粗末に扱ってはならない”と身をひきしめます。しかしこの日は、「日本人みんなのおばあちゃん、ぎんさんのお身体を解剖させていただく」と、いつにもまして、自分の使命の重大さに緊張感が高まったのを覚えています。

その半年後の8月、顕微鏡による検査も終了し、ぎんさんの解剖結果を公表いたしました。その後、およそ7年間にわたって、この解剖結果を地域のみなさんの健康活動に役立てようと「ぎんさんから健康長寿を学ぶ」と題した講演を積極的におこなってきました。もちろん、講演にあたっては、ぎんさんの娘さんのお許しもいただきました。

私の勤める南生協病院は医療生協として成り立っています。医療生協のことをここでは詳しくは説明しませんが、地域のみなさんからは、資金のみでなく、知恵も力もお借りして、職員と地域が協力してつくりあげてきた病院です。とりわけ、地域のみなさんの健康に対する意識は高く、この「ぎんさんから健康長寿を学ぶ」講演会は、2001年に最初の講演をおこなってから徐々に口コミでひろがり、これまで50回以上の講演をし、のべ1500人以上の方が聞いてくださっています。

本書は、その講演会で私がお話してきた内容をもとに、まとめたものですが、これを読んでもくださるみなさんに、お願いしたいことが三つあります。

ひとつめのお願いは、この本の原点になっている「解剖」についての理解を深めていただくことです。私たちは、ぎんさんのお体を興味本位で解剖したわけではありません。講演の中でも必ずお話ししているのですが、本書を執筆するにあたって、「解剖」という行為にどんな意義があるのか、医学の世界でどんなに貴重なことなのか、社会にどのように役立つのか、それをみなさんにもぜひ知っていただきたいのです。

そういうわけで、ぎんさんの健康長寿の秘訣を語るとともに、医学的で専門的で、ちょっと近寄りがたい雰囲気のある「解剖」についても説明させていただいています。できるだけ、みなさんにわかりやすく書いたつもりです。ですから、「長生きの話じゃないところは、とばして読もう！」なんて思わず、ほんの少し、お付き合いして読んでいただけたらと思っています。

ふたつめのお願いは、本書をお読みになったみなさんが、ぎんさんのお身体の状態を知り、健康長寿には何が大切かを学び、それを生活に活かしていただきたい、ということです。「あしたから」といわずに、やれそうなことならば、今日から、実行していただきたいと思っています。

そして最後のお願いは、健康長寿に関する知識や営みを、自分だけのものとせず、ご家族をはじめ、周りのみなさんにも広げてほしいということ、そしてそれを通して、この世知辛い世の中を、みなさんのパワーと絆で、少しでも、長生きが楽しくなるような温かみのある社会へと変えていってほしい、ということです。そんなすてきな社会の中で、ひとりでも多くの方に元気で長生きをしていただきたいのです。

本書は、公表についてお許しをくださったきんさんぎんさんのご家族のみなさんをはじめ、多くの方々のご協力で出版することができました。ご協力くださったみなさんに、心から感謝いたします。