

高齢化社会への対応はいかにすべきか？

勇気と希望とわずかな資産：しかし、基本は教育

後藤 真

桐蔭横浜大学医工学部

2005年9月15日 受理

1. 現状認識と個人的な経験から

60年前の第二次世界大戦終了時点でも、われわれ日本人の平均寿命は、わずかに50歳にすぎませんでした。大部分の日本人が老齢と呼ぶ年代まで生を享受できるようになったのは、ごく最近のことにすぎません。70歳が古稀の時代は、子育てを終わり、還暦を迎えれば隠居として、穏やかに世代交代し、辛い老いをほとんど経験することなく生を全うできました。こうした時代では、老いは貴重な存在で、地上も天国も若者で埋め尽くされていたにちがいません。老いの暗い影など、どこにも見出すことはできなかったはずです。日大人口研究所の発表では、2025年には、100歳以上が、17万人となるそうです。また、厚生労働省の予測では、日本人の平均寿命の延びには衰えが見られず、2060年生まれの日本人の平均寿命が、世界で最初に100歳を越える可能性を示しています。

私事で恐縮ですが、明治39年生まれであった私の父は、卒寿の祝いの席で、自らの過去を振りかえながら心境を述懐しました。当時の平均的な日本人の例に倣って、幼児に肺

浸潤のため休学を余儀なくされ、ひどい赤痢や肺炎で死の淵を何度も彷徨った経験と、同級生の多くが戦場の露と消えた事実から、長生きなどとても望むべくもないと考え、そのときそのときを生きたのが精一杯で、人生観から老後という観念は完全に欠如していたそうです。こんなにも長生きできると思っていたら、あれもしておけば、これもやっておけば、もっと満足のいく人生だったろうし、今こんなにも困ることはなかったのにと残念がっていました。94歳で永眠する直前まで、家族に助けられながらも、食事排泄入浴などの身の回りのことは自分でこなし、医大の学長を務めながら、日本を代表する耳鼻咽喉科の開拓者として、余生を老人のためにと補聴器改良と普及に関する論文や、老いに関するエッセーを医事新報などに書き続け、一見充実していたように見えた父ですら、老いは大変厳しいものであったようです。歩行と座位の保持ができなくなったら、人間らしさが失われる。食事と排泄に他人の世話を必要とするようなら、最早人間とはいえない。人間として生を全うするには、辛いけれども筋力と知力を鍛えるために毎日の努力の積み重ねしかない、人間、最後は一人なんだよ。高度

成長期と同調して成長したお前たちとは、まるで別の人生観なんだよ、とのことでした。言わんとしていたことは、物質的な問題ではなく、自らの生きるための基本的動作を保つ努力、老いの孤独と不安を克服する肝っ玉を養う必要性ということのようでした。われわれの周囲に90歳100歳は、珍しくありませんし、古稀前に亡くなれば、お若いのにとまで惜まれる時代です。

2. では、どのような対策が必要か？

驚くべき経済発展をしてはいますが、中南米、東南アジア、アフリカの貧しさや衛生状態を考えれば、問題は山積しているにもかかわらず、日本程度の豊かさ、利便性、安全であれば、今後の老いの問題は、個人の心構えの問題と社会の老いに対する考え方に尽きると思います。つまり、豊かな老いの文化の構築ですが、まずは、そのためには、具体的には希望と勇気と言う言葉に集約できると思います。それからわずかな資産でしょうか。

希望とは、人間は、交際、学習、趣味、信仰などによって、心も身体も自分の力で何ともできなくなって死ぬまでは、着実に成長し続け、人間力を高めることができる、例えば他人のためになにかができるということではないとしても、せめて他人へ迷惑をかけないように自分の身の回りのことは、自分で対処する、それがヒトとして生きる意味なのだ、という希望を捨てないことです。勇気とは、ヒトは、自分を含めて誰がいつどこで死ぬかわからない。一見、理不尽に思われるかもしれませんが、いかに清廉潔白、精進潔斎、刻苦勉勵の生涯を貫こうと、悪逆非道の限りを尽くそうとも、老いや老後の健康には大きな違いのあることはあまりありません。そのためには、恐れず捕らわれずに自らの死を直視する勇気を鍛えることです。また、ひょっとして思いがけない長寿に恵まれても慌てることなく、また、嘆くこともなく、その生の恩恵を十二分に味わい尽くす覚悟も必要です。資

産とは、子孫に残す美田ではなく、老後をつつましく暮らすためのわずかなお金ということです。年金制度が、破綻する可能性のある時代では、生涯働く必要もあるでしょうし、事実、生涯働く、あるいは社会での役割を得ていたヒトは、終末期まで元気で明るく、いわゆる健康寿命も長く、サクセスフル・エイジングを達成することが知られています。少子化により、労働力が減少傾向にある時代です。定年後にも、個人のそれまでの経験、趣味を活用した、フルタイムではなく、通常の50%程度の労働時間と賃金により、老人の職場を創成する必要があります。老人は、それまでに蓄積した資産がある程度ありますし、大量の消費に対する渴望も減少しますので、ある程度の収入が定期的に得られることは、大いなる自己満足感を満たすことになり、頗るよい健康状態ももたします。健康であれば、時間のたっぷりある老人は、外にでて消費に励みますし、趣味から思いもかけない有用なモノや文化を生み出す可能性も高いと思われます。老化に伴って、増大する能力として、創造性（知恵）と精神性（宗教性）が知られています。健康な老人が増えることによって、なによりも増大する老人医療費の削減と労働力の創出が可能になりますし、社会が明るく、活動的になります。こうした社会からの要請があり、自分は自律した存在であり、社会のお荷物ではない、と老人の自尊心をおおいに擲ります。

3. いつの時代も教育が人間社会の基本

こうした心構えは、社会人になってから慌てて学ぶことではなく、またできることではなく、若く老いの兆候にまだ気づくことの無い、大学に入学するまでの教育で養われるべきモノだと考えられます。老いとは、いわゆる老人になってから急速に集中的に現れるモノではなく、成長期の終盤、つまり思春期の最中に始まります。成長と衰弱は常に同居しています。注意深い少女少女は、老いの始ま

りに気づき慌てます。また、追い打ちをかけるように、マスコミ報道や家族の会話から、自分たちの明るいはずの将来に、増大する老人人口という暗雲が立ちこめているのを知って、苛立ちます。思春期の不安定な少女の目の前に、当の老人がいれば、消したくなる衝動に駆られてもおかしくありません。15歳の少年たちによる主に家族に対する犯罪の多発の原因も一つにはこのあたりにあるのではないかと考えられます。

老化の特徴は、複雑系の最たるモノで、個人によってバラツキが大変大きいことです。子供の頃にはほぼ同じような体格や健康状態であったにもかかわらず、還暦を迎えても、真っ黒な豊かな頭髮と、しわやシミのほとんどない同級生を見るたびに、老化度の著しい違いを痛感します。老人になった時の健康状態が、思春期までの栄養と運動によって大きく左右されるように、心構え、胆力も大学に入るまでに決定されると思います。教育とは、知識の詰め込みではなく、生きるための基本的な知恵、倫理、考え方、論理性のみならず、知力と体力をバランスよく養うことだと思います。具体的には、来るべき老いの現状とそのための対策につき、繰り返し情報を提供し、自覚させることが必要です。

4. 他人事などではない

老いたときに役立つインセンティブを教える必要があります。長島茂雄氏が見事に克服された脳卒中後のリハビリが、ひとえに自分の自覚とやる気にかかっていたように、老いの対策は、ひとえに自らの自覚にかかっています。大部分の若者は、2世代以上前、つまり祖父母の人生60年の人生観を遺伝子に組み込まれています。つまり、大部分のヒトは、老いという概念がほとんど欠如した人生観しかもっていません。

そのため、長生きしたってろくなことはないだろうし、興味もないというそぶく子供が大部分でしょうが、現状では、自殺や事故にで

も遭わなければ、いいかげんな生き方をしたとしても、大部分の青少年少女は老人になるはずですので、他人事などではないのです。今や、人生は、80年以上の時代です。つまり、人生観そのものを根本的に見直す必要があります。書家としても名高い、妙心寺管長、古川大航師の言葉に、『ヒトはいつ死んでもよいという覚悟よりも、いつまで生きていてもよい、という覚悟のほうがだいじだ』、というものがあります。たいした努力も無しに、ひょっとして、120歳の人類最長寿命を越えるヒトが今後は続出するとおもわれます。そのとき慌てないようにするためには、やはり若いときからの気力と知力を養う心構えが重要ですし、こうした教育の成果は、必ずや老いを迎える時期にはっきりと現れ、実りある老いを味わい、充実した人生のうちに終焉を迎えることができると思います。いかに再生医学が進歩しても、老いを延期させることは可能でしょうが、不死の実現はまだまだ困難だと思われます。しかし、心すべきは、老いは、蜚蜚楼のように遠方にあるのではなく、振り返れば、すぐ背後に寄り添ってくる自分の影なのです。