

✦ ご挨拶



令和元年までもう少し、これほど「新」という言葉が似合う時もないですよ。本院も 30 周年を迎える記念の年、そして自由診療専門医院になってから、はや 10 年が経過しました。新しい時代に向け、何かが始まる予感に満ちてワクワクしていますが、季節の変わり目思いがけず肌寒いときもあります。くれぐれもお身体を大切にお過ごしください。ますようお祈り申し上げます。

✦ まだまだ未来がある！

当院にお越しになる患者さんのほとんどが、(私を含め)昭和に生まれた人達です。平成から令和へ移行の時を迎え、「よくここまで生かされてきたものだ」というお話をするようになりました。大きな感謝の中に一抹の寂しさ、ちらりとのぞく不安、様々な感情が複雑に絡み合っているような印象を受けます。

加齢に伴い、確かに私達は色々な機能が衰えていきます。身体的な機能低下にとどまらず、精神機能や知的な能力までも・・・「最近新しいことが覚えられなくなった・過去のことを思い出すのに時間が掛かる・注意力や集中力を保つことが難しい・計算するのが遅くなった・感情のコントロールがしづらくなった・最近の社会情勢もあって、疑り深くなった」など。

一般的に「脳の委縮」は 30 歳代から始まるとされていますが、その一方で【経験や知識に結び付けて、判断する能力】は、高齢になっても維持できると言われています。つまり、記憶力が衰えるのを、「理解力」がカバーしているというわけです。老年期にあっても、新しいことに取り組んで優れた業績を残し、創造性を発揮した偉人達が、それを証明してくれているといえるでしょう。(右表 1 参照)

精神科医の和田秀樹先生によると、やはり体力の衰えより、【感情の老化】の方が先に来るのだとか・・・。感情老化は、人から意欲を奪い、気持ちを切り替え

にくい状態にするとのこと。しかも、そのままの状態であらうと、老化はますます進行して体を動かさなくなり、身体的な衰えも加速していくのだそうです。

人生において、マイナス要素となる意識の「あいうえお」(あ=あきらめ・い=言いわけ・う=後ろ向き・え=遠慮・お=思い込み)を取り払った偉人達の存在。 私にも「希望の光」を見させてくれています。(=^・^=)

表 1 : 老年期において業績を残した偉人

人 名	偉 業
ミケランジェロ	サン＝ピエトロ大聖堂の改築を手掛けたのは、70 歳を過ぎてから。88 歳で亡くなるまで、大理石の彫刻を続けた。
ゲーテ	長編戯曲：「ファウスト」第 2 部を完成させたのは、81 歳のとき。
モネ	視力が衰えていたにも関わらず、自宅庭の「水連池」をモチーフにした連作壁画を完成させた。86 歳で亡くなるまで制作を続ける。
チャーチル	66 歳から 71 歳までイギリスの首相を務め、77 歳で再選。80 歳で首相引退後も執筆活動を続けた。
ピカソ	91 歳で亡くなるまで、独創的で若々しいタッチの絵画や、彫刻の制作活動を続けた。
杉田 玄白	江戸時代の医者。83 歳のときに、回想記：「蘭学事始」を完成。
滝沢 馬琴	江戸時代の作家。74 歳のときに、「南総里見八犬伝」を完成。

*公益財団法人長寿科学振興財団 HP より転載

✦ お知らせ



当院では、以下の期間が休診となっております。
ご迷惑をお掛け致しますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

◆ゴールデンウィーク：4月27日(土)～5月6日(月)

◆院長出張：5月7日(火)

*5月8日(水)より通常通り診療いたします。

(このニュースレターに関する皆様からのご意見・ご感想などをお寄せいただければ幸いです。)