

高齢者の健康と労働

日野原 重明

高齢者という場合、まず高齢者とは何歳以上であるかの定義が必要である。

国連が高齢者の定義を65歳以上に決めたのもう半半世紀前のことであったが、その頃の日本人の平均寿命約68歳であった。だからその後を余生として良かったが、今では65歳以上の平均寿命は男は79歳、女は86歳にもなっているのだから、これでは若すぎ、75歳以上を新しい定義での老人としてもよいので、私は約10年前に「新老人」という造語を作り、「新老人の会」を立ち上げた。その後75歳以上を「シニア会員」、60歳以上を「ジュニア会員」、20歳以上を「サポーター会員」とし、現在1万2000名近くの会員が登録されている。

上述のごとく、私流に高齢者を定義して論を進めたいと思う。なお半世紀前には100歳以上の日本人は125名であったのが、2009年度の統計では、今では4万399名と激増である。

高齢者は65歳を過ぎても、その大部分は身体的に自立できるが、日本に2000年に介護保険の制度ができてからは、些細の身体的故障があれば介護が受けられることから、社会的に自立するのに介護を受けている人があることは残念である。

現在は電動車いすや自動車運転が高齢者でもできるので、普通の社会的生活ができるのに、介助を求める人が少なくないことは遺憾である。

昔は労働者というと、カーキ色の作業着を着け、デスクワークの人と言えば、ホワイトカラー族と言われて来たが、現在昔多かった重労働者は陰をひそめている。

昔は重い石を運んだり、荒れた山野を真夏にも鍬を持って耕したが、今や労働者と言われる人もトラックに乗って、作業は皆機械が代行し、高層ビルを建てるのも作業員は運転台に乗ってギアを手握って作業するだけで、重い鉄骨やコンクリートで出来合いの箱を高層の階に自在に積み上げることができるのである。

重い石を運んだり、炎天下に重い鍬を持って荒れ地を耕すことの必要のない労働者や農民は、今や体力消耗の点からホワイトカラーとは余り違わ

ないし、昔は重労働者と言われた者でも、摂取カロリーは昔のように1日4000キロカロリーもの食品摂取など不要となったのである。

以上の理由から普通の高齢者や、またたとえ体に何らかの障害を持っている高齢者でも普通人の如く働くことができるのである。

現在は例えば80歳以上で心臓弁膜症をもつ老人が、外科医が開胸し心臓を切り開いて人工弁を縫いつけるような、昔では大手術と言われたような手術を受けても、術後5日後には退院して普通生活ができ、したがって心臓病の外科手術を受けた老人でも術後2週間後には自宅またはオフィスで仕事を再び行うことができるのである。

以上の如くであるので、75歳以上の高齢者でも、何かの仕事が行える体力や知力を持っている人が圧倒的に多いと言って良いのである。しかし、問題はそういう高齢者に仕事の間を提供する施設や会社、学校がないと言うことである。

そうならば高齢者自らがボランティアの仕事を探して、これを実行するほかないのである。

私は1911年、明治44年生まれで、あと4カ月で満99歳になるが、未だに聖路加国際病院の理事長をしながら、ボランティアとして研修医の臨床医学の現場での教育的回診を行い、夜間でも看護大学院生に2時間続きの講義や実習を立ったまま行っている。500人以上2000人まで収容する大講堂での1時間半の立ったままの講演を日本だけでなく、外国でも、過去1年間に約150回を行い、10歳の子供への「命の授業」を全国の小学校で年40回行っている。

癌の手術を行い、胃全摘や大腸癌や肺がんで摘出手術を受けた老人でも、ボランティアの種々の仕事を積極的に引き受けることが可能である。

癌を今持ちながらもピアノを演奏し、オーケストラの指揮をしている高齢者のいることを私は知っているのである。

要は、齢（よわい）に負けず、内なるスピリットを発揮して「生き甲斐」を持って行える仕事は沢山あることを申したい。

(ひのはら・しげあき 聖路加国際病院理事長)