



## 人の命は我にあり、天にあらざる

客員 相談役 **藤井 基之**

日本には今、百歳以上の長寿者が三万人以上いるそうです。内訳は女性が二万七六八二人、男性が四六一三人で、女性の方が六倍も長生きしている人が多いことになります。女性はたくましいですね。

厚生労働省が発表している平成十九年簡易生命表によれば、十万人の出生児のうち百歳まで生きる人の数は、男性が一六四五人、女性が七〇三七人となっています。つまり男性百人のうち一二人が、また女性は百人のうち七人が百歳以上まで長生きすることになります。平均寿命でいえば男性は七十九歳、女性は八十六歳まで生きるのですが、一体どういう人が百歳の長寿を楽しむことができるのでしょうか。

江戸時代の儒学者 貝原益軒は「短命なるは生まれつき短きにあらざる」、つまり人は生まれつき短命ということはないとし、さらに「十人に九人は皆みずからそこ

なえるなり」、つまりほとんどの人が自分で自分の体をこわしていると言っています。そして「昔の人も『人の命は我にあり、天にあらざる』と言っているではないか」と書いています。もちろん天命とか天寿という言葉のように、益軒先生は「人の命は天のみたまもの」とまず言った上で、その天寿を長いものとするか短いものとするか、それは人それぞれの責任だと言っているわけです。そこで「人皆養生の術なくんばあるべからざる」、つまり長生きをしたかったら若い時から健康に気を配ることが大切だと戒めています。

ところで今年の四月から四十歳から七十四歳の被保険者を対象に、健保組合が特定健診・保健指導を実施するよう義務付けるという「特定健診・保健指導」制度が実施されました。目的は近年、中高年の男性を中心に肥満者の割合が増加傾向にあり、その肥満者の多くが糖尿病・

ふじい もとゆき  
藤井 基之

- 生年月日 昭和22年3月16日
- 選挙区 参議院比例区
- 当選回数 1回
- 出生地 岡山県岡山市
- 趣味 音楽・読書
- 個人ホームページ  
<http://www.mfujii.gr.jp/>
- その他 薬学博士・薬剤師
- 私の政治信条  
私の政策の柱はA(エイジフリー)B(バリアフリー)D(ドラッグフリー:薬物乱用のない社会)社会造りです。  
高齢者も、障害を持つ方も、国民誰もが安心して暮らし、元気で生活を送ることのできる長寿社会を創るために何が必要か、を政治活動の根底においています。  
好きな言葉「昨日の夢は、今日の希望、そして明日の現実」
- 活動報告  
参院議員厚生労働委員会理事として、食品安全確保のための食品衛生法改正、健康増進法改正、薬事法改正、薬剤師法改正、クリーニング業法改正、国民年金法改正等に関与。
- 経歴  
昭和37年 岡山大学教育学部附属中学校卒業  
昭和40年 岡山県立岡山操山高等学校卒業  
昭和44年 東京大学薬学部薬学科卒業  
昭和44年 厚生省入省  
平成9年 厚生省退官  
平成9年 財団法人 ヒューマンサイエンス 振興財団専務理事  
平成12年 日本薬剤師連盟副会長  
社団法人 日本薬剤師会常務理事  
平成13年 参議院議員  
平成16年 厚生労働大臣政務官  
(平成16年9月~平成17年11月)  
平成19年 日本薬剤師連盟顧問
- その他  
昭和大学薬学部 客員教授  
共立薬科大学 客員教授  
東邦大学薬学部 客員教授  
新潟薬科大学 客員教授  
千葉大学薬学部 非常勤講師  
京都薬科大学 客員教授

高血圧症・高脂血症等を持っている。肥満は心疾患や脳血管疾患を発症する危険を増大させるため「内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)」の概念を導入し、糖尿病等生活習慣病の減少を図ることとしています。そして厚生労働省は、国民には「一に運動、二に食事、三つかり禁煙、最後にクスリ」という考え方で生活習慣病の予防の重要性を理解してもらおうとしています。

そこで益軒先生の養生訓をみると、「身体は日々少しずつ労働すべし」、「珍美の食に対すとも八、九分にてやむべし」、「食するとき十分と思えば、必ずあきみちて分

に過ぎて病となる」、「たばこは性毒あり(中略)病をなすことあり」、そして「故なくんば薬を食らうべからず」、「みだりに早く薬を用いることなかれ」と。あれ?厚生労働省は養生訓を参考にしたのでしょいか?

要するに元気に長生きしたければ自分で自分の身体を守りなさいということは昔からいわれていたわけですよ。私の掲げる政策の柱は「健康・安心・長寿国づくり」。益軒先生の「花は半開に見、酒は微酔に飲む」が一番という戒めを胸に、今夜も美味しい食事を腹八分目に楽しみましょいか。