

## 武士の健康管理

文部科学副大臣  
名譽顧問 藤井基之



この頃「2025年問題」という言葉がよく聞きます。二〇二五年に、いわゆる団塊の世代が、全て七十五歳以上、後期高齢者に達し、高齢化がピークを迎えるというので、生まれた言葉です。しかし、「高齢化」とは「長寿化」です。みんなが願っていたことであり、「高齢時代」を「幸齢時代」にするために、年金や医療保険、介護保険等の制度をこれからも守っていかうと国はいろいろな政策を検討し、実施しています。

がらりと話が変わりますが、徳川家康が江戸幕府を開いて約一〇〇年が経った正徳二年（一七二二年）、こんな「腹切り事件」があったという記録が残っているそうです。陸奥二本松藩の丹羽又八という藩士の息子で十四歳の六之介という少年が、岡田長兵衛という武士の屋敷の門前で切腹して死んでしまったというのです。その切腹の原因ですが、六之助が岡田長兵衛の息子の

翁介と遊んでいるうちに、蟬の抜け殻の取り合いになりました。翁介は蟬の殻を奪い取り、屋敷の中に逃げ込んでしまいました。六之介、門まで追いかけていきましたが、家来が門を閉めてしまい、中に入ることができない。そこで、六之介、「大いに憤り、扉に打ち掛り、自ら腹を切り死してけり」という結果になってしまったというのです。武士としての心得をまとめた有名な「葉隠」では、「武士道と云ふは死ぬ事と見つけたり」と教えています。主君や自分の面目を守るために命を投げ出すことを惜しむな、と幼い時から教えられていたのでしょうか。

そんな時代に、天野弥五右衛門長重という旗本が残した「思忠志集」という本に、「忠といわば死なざる事を第一にし、命捨るを安んずる、これを第二とすべきこと」と、「葉隠」の教えとは真逆のことが書いてあるそうです。主

君に忠義を尽くすというなら、まず死なないことだ、命を惜しまない、などということとは第二のことだ、ということですね。

この天野長重、三代將軍家光の時代の人。將軍様にもズケズケ文句を言ったという天下のご意見番大久保彦左衛門と同時代の人ですが、彼も負けず劣らずの頑固ものだったそうです。

長重は、「忠孝慈愛の道をたしなみ努めんとならば、息災なるべし」という家訓を残しているそうです。以下、「主君に忠義、親に孝を尽くそうとするなら、息災、つまり健康が第一だ」ということです。「患うのは不心がけの武士なり」（病気になるような武士は、心がけが悪い）、「煩事（病気のこと）、死する事悪しき事なり（寝にも起にもよくよく心の底へ浸み込ませ、時に触れ思ひ出すを人性の要に候こと）（病気になるったり、それで死んだりする

のは悪いことだ、寝ても覚めてもそのことを心にしみこませ、いつもそのことを思い出すことが人生で大切だ。）、武芸で最も重要なものは「頑丈」であることである。「武士のたしなみ、無病に成るべきは、これに増したることあるべきか」（武士が病気にからならないこと、これ以上のことはない）、等々。

そして、「若いころから養生に努めなければならぬ」、「二十歳より内に崩れれば、一生の弱りと見え候」、「上戸も二十より内から飲みだし候わば、酒にしかれ候もの多く、二十より外にて酒飲みだし候ものは、急に酒にいたみ候もの少なし」。お酒を二十にならない前から飲むと身体を痛める。「若い頃

から眼、耳、歯の健康に配慮し、能を見物するにも三番とは続けずに眼を休め、強い音は頻りに聞かないよう。夜更けまでサッカー中継に夢中になっている身としては、耳が痛いですね。また、電車でヘッドフォンからじゃらじゃらと音を漏らしている現代の若者に聞かせなくては。井伊家のお殿様は、料理をおいしく味わうため、食前に城の周りを歩いてきた、というような逸話も記されています。

平均寿命についての厚労省の最も古い記録では明治二十四年—三十一年のもので、男性四十二・八歳、女性四十四・三歳となっています。それよりさらに二五〇年前の平均寿命もそんな

ところだったでしょう。しかし、天野長重は八十五歳の長寿を全うしたそうです。

国は、「健康日本21」という、国民の健康増進キャンペーンを実施しています。例えば、ガンによる死亡率を下げるとか、そのためのがん検診率の向上、高血圧の改善、脂質異常症の減少、メタボの改善、血糖値の改善などについて目標値を掲げ、そのためにはもっと歩こう、たばこやお酒の量を減らそう、そして平均寿命だけでなく、人に頼らないで日常生活を送ることができる「健康寿命」を伸ばそう、と訴えています。皆様、自分の健康は、まず自分で守りましょう。

### 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 2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)社会創りです。

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 岡山大学教育学部付属中学校卒業
- 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(1期目)
- 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
- 平成22年 参議院議員(2期目)
- 平成23年 参議院政府開発援助等に関する特別委員会 委員長
- 平成24年 自由民主党広報本部 副本部長  
広報本部新聞 出版局長
- 平成25年 自由民主党党紀委員会 委員  
裁判官弾劾裁判所 裁判員
- 平成26年 原子力問題特別委員会 委員長
- 現在 文部科学副大臣