



長尾和宏 (ながお・かずひろ) 医学博士。東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。1995年、兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る」総合診療を目指す。この連載が『平成臨終図巻』として単行本化され、好評発売中。関西国際大学客員教授。

勘違いをしていました。久米宏さんのお父上だと。知的で流暢な話術がよく似ておられると思っていたのですが、血が繋がっていなかったと知り、今さら驚いています。しかし当の久米宏さんとは深い親交があったようで、「お父さん」と呼ばれていたとか。

俳優で声優、そして数々の人気番組のナレーターとして知られた久米明さんが、4月23日に未明に都内の高齢者施設で容体が急変し、緊急搬送先の病院で亡くなりました。享年96。

死因は心不全との発表ですが、年齢から考えると見事な老衰、大往生だったとお見受けします。

私も大好きな番組『鶴瓶の家族に乾杯』のナレーションを長年担当しておられましたが、昨

158 久米明



しかし、90代半ばになっても尚、ナレーションのお仕事を堂々こなされていたなんて、奇跡のような人です。若々しく闊達なあの声が、今も私の耳にリフレインしています。

皆さん、「老化」と聞くと外見のことばかりを気にしてしま

いがちですが、声や活舌も年齢と大いに関係しているのです。人間は、首の真ん中あたり、喉仏の内側に位置している(女性も目立たないだけで喉仏はあります)声帯を振るわせることで声を出しています。

「昔と声が変わってきた」話しているうちに掠れてくる「カラオケで以前のキーで歌えなくなった」。残念ながらこれらは、老化現象。声帯筋が衰えてきた証拠です。

ゆっくり息を吸った後、「あー」と歌うように声を出してみてください。15秒続かなければ、声の老化が進んでいると考

えましょう。足腰と同じで声帯も使い続けなければど

今、車中や寝る前にひとりごっこ歌っています。

ぜひ皆さんも、「ひとりカラオケ」で老化予防をしてみてください。声の漏れないマイクも発売されたようです。久米さんは、声の仕事を続けていたから、90歳を過ぎても脳も身体もお元気で、長寿を全うされたのだと思います。

大正13年生まれの久米さんの青春は戦争一色でした。その体験を時折語ってもおられました。敗戦濃厚となった昭和18年10月の「出陣学徒壮行会」にも参加していたそうです。7万人が学徒出陣したこの会が行われたのは、明治神宮外苑競技場。そう、現・オリンピックスタジアムです。

天国から今、競技場を見下ろして久米さんはどんな想いでいるでしょうか。戦争を知っている人がまた一人、逝きました。

今もリフレインする素敵なナレーション