

ニッポン ドクター和の 臨終図巻



僕は、自他ともに認める「よく触る医者」。変な意味ではありません。患者さんのことを触るのが好きなのです。医療もIT化が目覚ましいですが、身体に触れる「触診」でしかわからないことがたくさんあります。コロナ禍になってからは難しいですが、在宅患者さんと、別際に握手をすることもよくあります。「また来るからね」と言いながら、僕はその握力を確かめているのです。しっかり握り返してくれる人は、まだまだ生命力がある証拠。
だからこの人が80歳を過ぎても、八ヶ岳で木登りをされている

252 俳優 柳生博



野良仕事で自然と培われた握力

のをテレビで拝見し、「握力があって素晴らしいな」と感心していました。僕が最後に木登りをしたのは一体いつのことだろうか、と羨ましさも相まって。

俳優で、人気クイズ番組の司会者としても活躍した柳生博さんが、4月16日、山梨県北杜市の自宅で死去されました。享年85。死因は、老衰との発表です。4月に

入ってから体調を崩し、数日前から寝込んでいたとのこと。しかし、死の1カ月前まで雑木林や自宅の庭の手入れをされていたといえますから、ピンピンコロリと言えるのでは。

庭や樹木の手入れでは、シャベルやノコギリを使います。柳生さんは自然を楽しみながら、握力を鍛えていたのでしょう。

住民の健康状態を長期間にわたって調査している福岡県の「久山（ひさやま）研究」によれば、握力が平均より低いグループでは男性・女性ともに脳卒中・心筋梗塞をはじめ、様々な病気による死亡リスクが高くなることが分かっています。握力が、全身の筋力のバロメーターになるそうです。

握力は認知機能とも関係している。国立長寿医療研究センターによれば、握力が26キログラム未満の男性、18キログラム未満の女性では、認知症の発症リスクが2倍以上という調査結果もあります。

世の中が便利になり過ぎて、現代人の握力が低下しています。瓶の蓋を開けられない若い人も増えていて、先行きが心配です。

さて、柳生さんが、八ヶ岳に移住を決めたのは40年以上前のこと。芸能界で人気者になったと

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。

「自分のバランス、家族のバランスをとるためにノラ仕事をしたい」と決めたそうです。

「病院には入院せず、大好きな八ヶ岳の森に囲まれ、家族と倶楽部スタッフ、そして在宅医療の皆さまに見守られて、穏やかな最期でした」と息子さんはコメントを発表されています。

まさに、自然と握手し続けながらの最期だったご様子。ノラ仕事は、「野に良い」と書きますが、本当は「人間に良い」のだと気づかされました。