



日野原重明先生の思い出と 音楽療法による地域貢献

広島中央保健生活協同組合生協さえき病院内科
岡 田 浩 佑

日野原重明先生（105歳9か月）は2017年7月18日、東京のご自宅で静かにこの世を去られた。石飛幸三氏の「平穏死のすすめ」という本の解説に、日野原先生が平穏死を英語でいうならば、「Peaceful eternal life への旅立ち」としたら良いのではないかと書かれたが、医療機関での延命措置を断られて、その通り実行された。

日野原先生は2000年88歳の時に、75歳以上の高齢者のために「新老人の会」を立ちあげられた。私たち夫婦が「新老人の会」の会員になったのは、1999年から増設された呉大学看護学部 of 学生部長4年間、学長補佐4年間を終えて非常勤講師3年間務めた後、看護学部を去った2010年3月末以降であった。「新老人の会」広島県支部は2001年に立ち上がり、最初私たちの大先輩岩森 茂先生が代表世話人、梶川 博先生が事務局を務められ、私どもが会員に加入した時は広陵高等学校の二宮義人理事長（特攻隊の生き残り）が代表世話人であったが、そのご逝去の後再び代表世話人をされた岩森 茂先生（2018年12月16日ご逝去）に誘われて、広島県支部の世話人の一人に加わった。2012年4月から6年間、鎌田七男先生が理事長をされていた広島原爆被爆者援護事業団に属する特別養護ホーム神田山やすらぎ園の診療所に務めることになり、老年病、老年医学の世界にどっぷりと浸かる生活をしていたので、日野原先生の影響をそれまで以上に強く受けることになった。日野原先生は広島の地にはご縁があり幾度も講演会や、時に主治医であった小澤征爾氏らと共に、音楽会を開催したりされたが、私が長年教育に従事した呉市では一度も講演会が開催されていなかった。新老人の会広島県支部の呉ランチを立ちあげたので、是非一度呉市で講演会をと御願したら、先生が99歳の2010年11月3日文化の日に呉市のクレイトンベイホテルで地域住民や呉大学看護学部の学生・教職員の公開講座に来て下さった（写真1）。講演会の前のお昼の弁当を隣席でご一緒することになり、先生に「私の住んでいる団地の坂道が急で息切れするのですが」と直接おたずねしたところ、「君、それは呼吸法が下手だからだ。ハッハッハッと3回息を吐いて1回息を吸うようにしたら楽に登れるよ」と教えて下さった。2001年先生の「生きかた上手」は、200万部のベストセラーになり、呼吸法の大切さも書かれていたが、先生直伝の呼吸法を教えていただきありがたかった。

呉大学看護学部の公開講座の前に、軽音楽部の学生の演奏を聴かれた先生は、まだできてから間もない看護学部立派な音楽を奏でる部ができていくことにたいそう感心された。

広島駅前の古楽器店で管楽器を購入するのに、私はわずかな教官研究費をせっせとつぎ込んだ甲斐があったと内心喜んだ。2011年10月16日に三重県が当番で「新老人の会」の全国ジャンボリー大会が、伊勢神宮のある伊勢市で開催されたが、先生はご高齢なのに立ったままパワーポイントを使用して1時間近く講演をされ「夢」について語られた。自分の目の黒い内に会員数を3万人にしたいと言われていたが、約1万2千人の半数以上が集まった会員の合唱「ふるさと」の指揮をされた。2015年1月17日広島での新老人の会の講演会を最期に、先生は大動脈弁狭窄症があるので、周囲の者は車椅子で講演をされるように勧められて、広島の講演にも来て下さる機会がなくなった。

おかだ こうすけ

〒731-0235 広島市安佐北区可部町勝木1248-66

残念なことに先生がお亡くなりになり、各県の支部は解散するところが多くなり、わが広島県支部も2019年3月末をもって解散することになった。東京都は日野原重明記念「新老人の会」として存続することになっている。「新老人の会」の使命は、若い人たちに命と平和の尊さを伝えること」となっている。原爆養護ホーム神田山やすらぎ園には、1年に6校くらい中学生が約30人平和学習と称して、被爆者の体験談を聞きに来るが、体験談を語ることでできる高齢被爆者がしだいに少なくなってきた。広島記念病院で週に1回血液疾患のコンサルテーションを40年間継続する間に診療した患者さんの中に、爆心地から900メートルの地で被爆して長期間を経て白血病で死亡した母と娘がいた。3歳で被爆した娘さんが70歳で亡くなる4年前に、想い出したくもないというのを幾度も説得した結果、やっと25頁の被爆体験記「もみじの手」を書き遺し、国立広島原爆被爆者追悼平和祈念館の図書館に、顔写真と実名入りで寄贈された。パソコンで読めるようになっているが、ほとんど読まれることがないままになっているので、引率の教員に渡している。また、毎年夏に原爆2世の医師の会の檜山桂子先生や岡本太郎先生が、広島市医師会館で若い人たちに被爆体験を伝える会を開いている。約300人の若い人たちにも「もみじの手」を配布していただき読んでいただいている。日野原先生の遺志を継ぐことは、わずかしかなできない。

「新老人の会」にはキャッチフレーズかモットーというのが3つあり、それは「耐えること、愛し愛されること、創めること」である。75歳まで生きてきてしてこなかったことを、何でも良いから眠っている遺伝子をたたき起こしてすることという、先生の教えに沿って私は75歳からエレクトーンを習い始めた。また、先生は「音楽の癒しのちから」を出版され、日本音楽療法学会の会長をされた。今、私は「枕元でハーモニカを吹こう会」で、この指止まれの行動を起こしてもらいたい、ハーモニカを手にする若い人たちを増やしたいと努力している。1級先輩の小児科医の清水凡生先生（2009年3月12日ご逝去）と語らって、看護学部で年2回発行の機関誌「看護学統合研究」を作り、それに「音楽療法とハーモニカ」という小論を載せてもらったが、オンラインになっているので700件以上ダウンロードされている。これも一重に日野原先生の影響の賜物である。

日野原先生は、講演会で航空機の淀号ハイジャック事件に遭遇し、「平静の心」を保つことに努めたこと、オウム真理教のサリン事件の時に、聖路加国際病院の外来で病室と同様の救急医療ができる設備を整えていたために、多数の人命を救うことが可能であったことなど、多くのことを私たちに教えてくださった。

わが家には、先生にサインしていただいた、孫がその年になったらプレゼントするつもり「十歳のきみへ」という本を含め、先生の書かれた本が20数冊ある。先生が39歳の時に出会ったと言われたカナダ生まれで米国の医学の基礎づくりに尽くされたウィリアム・オスラー医師（1849～1919）のことを、講演会で幾度も話された。オスラー医師の講演集の先生の英語訳「平静の心」を読むと、確かに良いことがいっぱい書かれてあり、先生はオスラー先生がすでにこの世にいないが、良き臨床医のモデルであると力説されていた。私には生身の日野原先生が理想的な臨床医のモデルであった。熱心なクリスチャンホームに育ち、キリスト教精神によって運営されている聖路加国際病院に奉職され、若い頃からボランティア活動を組織され実践された。従来成人病と呼称していたのを生活習慣病と呼称するように提言され、医学・看護学の教育の改善に力を注がれ、高齢者は若い人たちに、「あのような歳のとり方をしたい」と思わせるように行動するようにと教えられた。生きていく姿勢が乱れたとき、暗闇を航行するようなとき、進むべき道を照らし出して下さる灯台のような先生であった。日野原先生のような長命で立派な慈愛に満ちあふれた医師は、わが国にもう二度と現れることはないと思うのは、私一人だけであろうか。

日野原先生のご逝去のあと、先生のラストメッセージの本が9月30日に出版された。「生きていくあなたへ」、幻冬舎、¥1,000である。

私が最初に目にしたのは先生の翻訳本「平静の心 オスラー博士講演集」¹⁾（1983年）であった。1993年には「医の道を求めて ウィリアム・オスラー博士の生涯に学ぶ」²⁾を出版された。全世界には先生が生涯の師と仰いだオスラーの信奉者「オスラリアン」が多いが、日本の3人のオスラリアンが分担して書き上げた本がある³⁾。最初の頁に、この本を故日野原重明先生に捧げるとある。改めてわが家にある先生の本を調べてみた。先生が70歳代に書かれた本が2冊、80歳代の本が2冊であり、あとは先生にサ

インしていただいた3冊の本を含め、90歳から105歳までに書かれた本であった⁴⁻²²⁾。

広島市安佐南区で小児科の開業医をされている桑原正彦先生の依頼で、広島大学病院内で開かれた「第92回医療の倫理を考える会・広島」で私が話題提供をした記録²³⁾を、私が在籍した広島文化学園大学看護学部の紀要の看護学統合研究に残した。看護学統合研究に記載した「医の心第3巻」(1984年)の中に、日野原先生が若い頃に講演された記録「人間の生命と系図 医学生・医師・看護学生・看護婦のために」²⁴⁾という一文が掲載されている。

日野原先生の本で有名になったのは、先生が90歳の時に出版された「生きかた上手」²⁵⁾であり、U-LEAGという小さな出版社の本でミリオンセラーになった。続いて「続生きかた上手」²⁶⁾、「新生生きかた上手」²⁷⁾を出された。その後、命と平和、今伝えたいことなどの本をたくさん書かれたが、亡くなられた後にも「生きていくあなたへ」²⁸⁾のほか、1990年に発行された「生と死に希望と支えを 全人的医療五十年に想う」の改訂版、「今日すべきことを精一杯」²⁹⁾という本が出版されている。

私が広島原爆被爆者援護事業団の理事長を16年間務めた鎌田七男先生に依頼されて、原爆被爆者特別養護ホーム神田山やすらぎ園の診療所の所長を前所長から引き継いだ。それ以降、診療所の所長時代に医療関係では広島医学会総会の一般演題(ポスターセッション)に老年医学・老年病関係の学術情報を発信し、広島医学にその都度原著論文の形で掲載されてきた。これらは、日野原先生の、老年者は後の人のために、自分たちの体について記録しておくことという教えに沿ったものである。

日野原先生の思い出は尽きないが、今回、神田山やすらぎ園に勤務するようになってから、特に意識して力を注いだ、音楽療法について記述することにした。

日本音楽療法学会の会長を務められた日野原先生が監修された標準音楽療法入門の理論編と実践編の上下巻2冊^{30) 31)}があるが、その中に楽器としてハーモニカは取り上げられていない。日野原先生は、「音楽の癒しのちから」³²⁾(1996年)という本を書いて、10歳自分と音楽との関わりの軌跡を詳細に記述された。また、「音楽力」³³⁾(2004年)という湯川れい子氏との対談集を出版された。また、戦争体験者としての本³⁴⁾も書かれた。

日本医師会が読売新聞社と共催で、毎年「心に残る医療」というドキュメント風の作品を、中高生、大学生、一般成人を対象に公募しているが、2017年の日本医師会賞を受賞したのは「聴診器とハーモニカ」³⁵⁾という、愛知県の70歳代女性の作品であった。末期のがん患者の夫がホスピスで過ごしている時に、主治医が白衣のポケットからハーモニカを取り出して「ふるさと」を吹いたところ、たいそう喜んだという話である。

特別養護ホームの高齢者は平均年齢が90歳近くで、定員100人の約半数が、4年半で死亡し、わずかな黄昏の時を過ごしている。認知機能の低下者が改訂長谷川式知能評価スケールで20点以下が4分の3を占めるため、医療面での貢献はわずかしかなできないという限界がある³⁶⁾。毎月の誕生日会にハーモニカを吹いて元気な入園者には歌を唄ってもらっていた(写真2)が、特別養護ホームのスタッフに、約5000円のピカピカのハーモニカをプレゼントするからと幾度も勧めたが、一緒に吹こうというスタッフが、なかなか現われなかった。しかし、5年目に8人吹く人ができて、夏のノンアルコールの納涼ビール大会で、サポーターの衣装をまとって「それ行けカープ」を吹き、合唱してもらった(写真3)。広間や食堂で歌を唄える高齢者は良いが、認知症が進行して言葉を発することの少なくなった高齢者や、あとわずかしかな生きられないような超高齢者でも、ベッドサイドで「赤とんぼ」や「夕焼小焼」を吹くと、目をきらきら輝かせて喜んでくださる。

広島原爆被爆者援護事業団に属する施設には、車椅子生活者のいない自立できている高齢者の一般養護ホーム舟入むつみ園(定員100人)と特別養護ホームの神田山やすらぎ園(100人)と倉掛のぞみ園(300人)の3カ所がある。これら被爆者の施設には各種ボランティアのグループが慰問に訪れるが、2017年3月3日のひな祭りには、アンサンブル・メロディアというグループの慰労訪問があった(写真4)。広島文化学園短期大学音楽学科でエレクトーンを教えている教師とその卒業した教え子たちである。いずれもエレクトーン、ピアノや声楽を学習したが、持ち運びのできる鍵盤ハーモニカ(ピアニカ)で毎年夏に広島市東区の区民文化センターで演奏会をしている。その中のお一人が私のエレクトーンの先生である。

倉掛のぞみ園の介護職者は音楽療法に関する研究を行い、福祉関係の広島大会を経て中国大会で優秀賞を受賞した。「記憶に残っている歌の魅力～個別音楽療法の効果～」³⁷⁾ という題名で認知症高齢者10人を対象にした、米国の「Personal Song」というDVDに触発された研究であった。介護関係者の記録する雑誌がないので、看護学統合研究に記録することを手伝っている。

広島文化学園短期大学の食物栄養学科の学生に対して「解剖生理学」の講義を依頼され、二つの条件をつけて引き受けた。一つ目は入園者が急変したら直ちに講義を中止すること、二つ目はハーモニカを吹こうという若い学生がいればという条件であった。講義の時間を少し残してハーモニカを吹いたところ、音色が良かったのか、60人の内20人にハーモニカをプレゼントすることができた。2018年12月のクリスマス会に、地域の高齢者を招いて6人の学生が帽子をそろえて、上手に「飲みの歌」や「遠き山に陽は落ちて一家路」を吹き、「ふるさと」の伴奏で合唱してもらうシーンを見ることができた(写真5)。同じキャンパス内にある4年制の学芸学部音楽学科の音楽療法を専門に講義される教員の指導によるものであった。「一粒の麦もし死なずば」の精神で種をまいた甲斐があった。杖を引きながらデイケアに通ってくる歩行困難の人がいる。その人は7年前に脳出血になり、リハビリテーションの医師に勧められて、独学でハーモニカの練習をはじめて探り吹きで童謡や唱歌をたくさん吹けるようになり、今はそれが生き甲斐となっている。

音楽療法の本には、楽器としてハーモニカのことを書いてあるのが見当たらなかったの、「音楽療法とハーモニカ」³⁸⁾ という小論を、看護学統合研究に掲載したところ、オンラインになっているため、多数ダウンロードされた。日野原先生の「音楽は癒しのちから」が確かにあるといえる。

ハーモニカを吹くことで有名な医師に、鳥取市の「野の花診療所」の徳永 進先生がいる。「野の花あったか話」³⁹⁾ という本を書かれている。徳永先生は広島市で講演された時、突然ポケットからハーモニカを取り出されて、救急車のサイレンを吹き、聴衆者をドキリとさせて話を続けられた。

同級生の傘寿のお祝いの会が広島市内で開かれたときにハーモニカを吹いたり、病院の認知症カフェの1周年記念にハーモニカを吹いたり、転倒骨折予防のために公民館で「命の水を大切に～元気で長生きするために～」の講演を依頼された時など、ハーモニカを吹く機会がしだいに増えてきた。

日野原先生は「いのちのはなし」⁴⁰⁾、「だいすきなおばあちゃん」⁴¹⁾ という幼児向けの絵本を作られた。これまで生きてきてしてこなかったことに挑戦するということで、私は会員になっている日本ハーモニカ芸術協会の機関誌「口琴芸術」に、「美しい日本の抒情歌とハーモニカ」⁴²⁾ という一文と「おねがい」という詩を書いた。その後その詩に曲をつけて掲載していただいた⁴³⁾。この作詩作曲した「おねがい」を、広島市内でピアノの弾きがたりをする歌の上手な女性が唄って録音したCDを、全国から年6回くらい被爆者の体験談を特別養護ホームに聴きに来る中学生に、帰りのバスの中で聴いてもらっている。

1962年4月に広島大学原爆放射能医学研究所の内科部門が発足し、被爆内科と称していた時期の急性白血病罹患者は、現在のような多数の抗白血病剤もなく、感染、出血、栄養対策も乏しく、1年以内に全例死亡するという悲惨な状況であった。10歳代後半の青年男性患者の死期が迫り、個室に移り、医療は万策尽きた状態の時に、看護婦が「何かしてほしいことはないか」聴いた。青年は「自分はクラシック音楽が好きなので、ベートーベンの運命を聴きながら死にたい」といった。看護師たち(当時の名称は看護婦)は、蓄音機を借りてきて、レコードを準備し、最期の時を迎えた時に「ダダダダーン」と音楽を聴かせてあげた。意識が低下して視覚を失っても聴覚は残っていると言うがほんとうかどうか。母親から「息子の望みを叶えてもらって」とたいへん感謝された。人生最終段階の医療において、本人と家族の満足というのが私たちの目標の一つであろう。ブリーフケアが論じられているが、亡くなったあとに残された家族の感謝の言葉ほど、私たち医療人にとり有り難いものは無い。このことが、自分の音楽療法を推進しようと思う原点になっている。

75歳から習い始めたエレクトーンも8年近くなると、高齢者に聴いてもらったり伴奏で唄ってもらったり、慰める程度に弾けるようになる(写真6)。趣味と実益を兼ねて、今後でもできる限り音楽の癒しのちからを信じて音楽を通じた活動が続けていこうと思っている。

謝辞：

広島原爆被爆者援護事業団特別養護ホームの入園者およびスタッフの皆様，広島文化学園大学看護学部の学生および教職員，学芸学部音楽学科の学生および教員，生涯学習センター音楽園の諸先生，短期大学食物栄養学科の学生および教員の皆様のご協力に感謝し，広島地域の音楽のイベントに参加し，発表の機会を与えてくださったことに感謝します。

文 献：

- 1) 日野原重明，仁木久恵 訳：平静の心 オスラー博士講演集．東京，医学書院，1983.
- 2) 日野原重明：医の道を求めて ウィリアム・オスラー博士の生涯に学ぶ．東京，医学書院，1993.
- 3) 平島 修，徳田安春，田中克郎：こんなときオスラー 「平成の心」を求めて．東京，医学書院，2019.
- 4) 日野原重明：死をどう生きたか 私の心に残る人びと．東京，中央公論新社，1983.
- 5) 日野原重明：十歳のきみへー九十五歳のわたしから．東京，富山房インターナショナル，2006
- 6) 日野原重明：いのちの授業．東京，ユーリーグ，2006.
- 7) 日野原重明：いま伝えたい大切なことーいのち，時，平和ー．東京，日本放送出版会，2008.
- 8) 日野原重明：いのちを育む．東京，中央法規出版，2011.
- 9) 日野原重明：日野原重明100歳．東京，NHK 出版，2011.
- 10) 日野原重明：十代のきみたちへーぜひ読んでほしい憲法の本．東京，富山房インターナショナル，2014.
- 11) 小林 凛，日野原重明：冬の薔薇 立ち向かうこと 恐れずに．東京，ブックマン社，2014.
- 12) 日野原重明：100歳の金言．東京，ダイヤモンド社，2012.
- 13) 日野原重明，川嶋みどり，石飛幸三：看護の時代 看護が変わる医療が変わる．東京，日本看護協会出版会，2012.
- 14) 日野原重明：死を越えて 「生きかた上手」の言葉150．東京，いきいき株式会社，2013.
- 15) 日野原重明，宝田 明，澤地久枝：平和と命こそ 憲法九条は世界の宝だ．東京，新日本出版会，2014.
- 16) 日野原重明：だから医学は面白い．東京，日本医事新報社，2014.
- 17) 日野原重明：日野原重明100歳記念句集．東京，ブックマン社，2015.
- 18) 日野原重明：いのちと平和の話をしよう．東京，朝日新聞出版，2015.
- 19) 日野原重明：長寿の道しるべ．東京，中央公論新社，2017.
- 20) アンドレア・バウマン，日野原重明（原不二子訳）：日野原重明のリーダーシップ論．東京，富山房インターナショナル，2017.
- 21) 日野原重明：いくつになっても、今日がいちばん 新しい日．東京，PHP エディターズ・グループ，2017.
- 22) 日野原重明：「輝く顔と輝く心」ソニーミュージックダイレクト
- 23) 岡田浩佑：広島原爆被爆者養護ホームにおける高齢者の医療と生命倫理．看護学統合研究，20(1)，1-17，2018.
- 24) 日野原重明：人間の生命と系図 医学生・医師・看護学生・看護婦のために．北里大学病院 医の哲学と倫理を考える部会編，医の心三，東京，丸善株式会社，1984. 1-28頁。
- 25) 日野原重明：生きかた上手．東京，ユーリーグ，2001
日野原重明：生きかた上手．新訂版．東京，ハルメク，2013.
- 26) 日野原重明：続生き方上手．東京，ユーリーグ，2003.
- 27) 日野原重明：新生生きかた上手．東京，ユーリーグ，2005.
- 28) 日野原重明：生きていくあなたへ．東京，幻冬舎，2017.
- 29) 日野原重明：今日すべきことを精一杯．東京，ポプラ社．2017.
日野原重明：生と死に希望と支えを 全人的医療五十年に想う，1990.

- 30) 日野原重明監修 篠田知璋, 加藤美知子編集: 標準音楽療法入門 上 理論編. 東京, 春秋社, 1998.
- 31) 日野原重明監修 篠田知璋, 加藤美知子編集: 標準音楽療法入門 下 実践編. 東京, 春秋社, 1998.
- 32) 日野原重明: 音楽の癒しのちから. 東京, 春秋社, 1996.
- 33) 日野原重明, 湯川れい子: 音楽力. 東京, 海竜社, 2004.
- 34) 日野原重明: 歌われたのは軍歌ではなく心の歌 語り残す戦争体験. 東京, 新日本出版, 2010.
- 35) 菱川町子: 聴診器とハーモニカ. 心に残る医療 第35回「心に残る医療」体験記コンクール入賞作品集, 読売新聞東京本社事業開発部, 2017.
- 36) 岡田浩佑, 村田真奈美, 石崎由美子, 鎌田七男, 山口弓子: 原爆養護ホーム
高齢者の認知症と音楽療法の現況. 看護学統合研究, 18(1): 35-41, 2016.
- 37) 松本勝也 山本隆志 桐生 拓: 記憶に残っている歌の魅力～個別音楽療法の効果～. 看護学統合研究, (投稿中)
- 38) 岡田浩佑: 音楽療法とハーモニカ. 看護学統合研究, 15(1): 55-62, 2013.
- 39) 徳永 進: 野の花あったか話. 東京, 岩波書店, 2015.
- 40) 日野原重明文 村上康成絵: いのちのおはなし. 東京, 講談社, 2007.
- 41) 日野原重明文 岡田千晶絵: だいすきなおばあちゃん. 東京, 朝日新聞出版, 2014.
- 42) 岡田浩佑: 日本の美しい抒情歌とハーモニカ. 口琴芸術, No. 194:22, 2013, 日本ハーモニカ芸術協会.
- 43) 岡田浩佑: 私の作った歌「おねがい」 口琴芸術. No.209: 30-31, 2018, 日本ハーモニカ芸術協会.



写真1



写真2



写真3



写真4



写真5



写真6