

健康とは？

石垣 武男

職業柄知り合いからの「医療相談」は以前からあった。東京の知り合いから相談されれば相応の病院を紹介したり、名古屋まで来ることができれば直接診たりしたものである。知り合いの人を直接診察する場合（何か病気が、それも重大なものが、見つかったらどうやって説明しよう？）と密かに悩んだものである。自分の年齢が若いころには知り合いも「若い」のでそういう悩みも取り越し苦労であった。しかし、当方が歳取るとともに知り合いも歳をとるので直接診ると重大な疾患が発見されるようになってくる。こういう場合は何とも言いがたい気分になるのはいたし方が無いものであろう。

学生時代に母が「お前の生命保険に加入したから独立したら自分で保険料を払いなさいよ」といわれた。（生命保険なんてあまり実感がわかないな）と思ったものである。生命保険でも疾病保険でもそうであるが、自らの健康を守るという意識は若いころにはあまりないのが一般的なようである。今では、母がかけてくれた生命保険も年齢上の問題で打ち止めとなってしまった。自分の健康に不安が生じる年齢に達すると生命保険や疾病保険が気になりだす。しかし、その時点ではもう年齢的に保証が切れてしまうとなると困ったものである。最近ではがん保険をはじめとして様々なタイプの保険が商品として売り出されている。入院しても入院費などの負担がある程度なされるのでいざという時に大変ありがたいものである。

いざという時の用意には事前からそれなりの自己努力が要求される。健康管理もしかりである。暴飲暴食する人は「そんなこと言っても仕事のための活力だ」などとうそぶくものの、いざそういう境遇に陥ると自らの過ちを悔いるのであろう。しかも取り返しのつかない過ちである場合も多い。

水と空気は「タダ」ということを聞いたことがある。水をペットボトルで販売していることを昔の人が見たら驚くであろう。健康もタダという人はいないであろうが健康管理に関してもっと個人的な投資をすることは必要なことであるし、そういう教育・啓蒙もまたこれからの時代では必要なことであろう。

（名古屋大学医学部教授・放射線医学教室）