



心のビタミン No.194



先日は奄美諸島にある徳之島へ。飛行場に到着し目に飛び込んだのが「長寿・子宝、トライアスロンの島」との歓迎。島民と役場の方へ音楽と運動で健やかになるコツを伝授した。

以前から当地を訪問したかった理由が。徳島県出身の古川誠二医師が離島医療の貢献により日本医師会赤ひげ大賞を受賞。氏は徳之島徳洲会病院の初代院長だった。今回現院長の藤田安彦先生からプライマリ・ケア医療の現状などを拝聴できた。

なお元院長・大久保明氏は現在伊仙町長として活躍中だ。同島の3町とも出生率は全国でトップクラス。健康長寿・癒しの町づくりを目指し地域再生計画が展開中である。

また野球選手の氏はトライアスロンにも挑戦し、

「ん」と健やかな年に

来年は同島で全国大会も開催されるという。

徳之島で長寿の有名人には女性の本郷かまとさんと長寿世界一の泉重千代翁がいる。両者の生家をつなぐ「長寿の道」を通った私も100歳超まで生きたいものだ。

翁の直筆「ん」は素晴らしい。意味合いは「ん」と強く、大きく、明るく、楽しく、若々しく、豊かに、健康に、長寿ということ。今年は「ん」と心身ともに健やかに過ごしたいものである。

(医師・音楽家板東浩)

