

みのる法律事務所
弁護士 千田 實
〒021-0853
岩手県一関市字相去57番地5
TEL: 0191-23-8960
FAX: 0191-23-8950
<http://www.minoru-law.com/>
✉ minoru@minoru-law.com



兄・満穂の幼年時代 — 戦争の悲惨さと愚かさ —



この議事堂の窓から眺めて見ましても、我々の眼に映るものは何であるか。
まんもくしょうじょう
満目 蕭条たる（見渡す限り物寂しい）焼け野原であります。そこに横たわって
かいじん いとま かふ
った数十万の死体、灰燼（燃えさし）の中のバラックに朝晩乾く暇なき孤児と寡婦
（未亡人）の涙、その中から新しき日本の憲章は生まれ出ずべき必然の運命にあった
と内閣はお考えにならないか。

独り日本ばかりではありませぬ。戦いに勝ったイギリスでも、ウクライナの平野に
やなぎ
も、楊子江の楊の陰にも、同じような悲嘆の叫びが聞かれているのであります。

この人類の悲嘆と社会の荒廃とを静かに見つめて、我々はそこに人類共通の根本問
題が横たわっていることを知り得ると思います。

この人類共通の熱望たる戦争の放棄と、より高き文化を求める欲求と、より良き生
活への願望とが、敗戦を契機として一大変革への途を余儀なくさせたものであること
は疑いを入れないと思う。

注：（ ）書きは、私が書き入れました。

この演説の内容を読み聞かせて下さったのは、中央大学法学部教授、憲法学者・橋
きみのぶ
本公旦先生（1919 - 1998）でした。45年も前の話ですが、感動したことが昨日のこ

どのように甦ってきます。名文だとは思いませんか？

これは、第二次世界大戦終了後の昭和21年（1946年）7月9日の衆議院にお
ける憲法改正案委員会で、委員長・芦田均先生（1887 - 1959、政治家・外交官・法学
博士）の憲法改正の動機を説明したものです。

芦田均先生は外交官出身者で、欧州から孤立する日本の将来を憂い、政治家に転
身、衆議院議員当選後も熱心な反戦活動を行っていたとのこと。戦後内閣で厚生
大臣、外務大臣等を歴任し、昭和23年（1948年）3月10日、第47代内閣総
理大臣となりました。

第二次世界大戦前からの反戦活動、日本国憲法制定など、自由と平和と正義を掲げ
て民主国家実現のために大きな足跡を残された方です。その名前を覚えておられる方
も大勢いらっしゃると思います。この演説は、どれほどの人が覚えておられるで
しょうか。年齢的に言っても、ほとんどの人は知らないのではないのでしょうか。

今の政治家で、このような格調の高い演説ができる方はいるのでしょうか。互いに
相手の揚げ足を拾い、引きずり下ろすことばかり考えている政治家の皆さんに是非読
んでもらいたく、冒頭に芦田先生の名文句を紹介しました。

戦争がどれほど悲惨で愚かなものかは、今さら申し上げるまでもありません。

ただ、今のように新幹線が日本国中を走り、誰でも気楽に空の旅を楽しむことが
でき、外国にも自由に行くことができ、家にいながらテレビやインターネットで世界中
の出来事をその日のうちに知ることができる現代においては、ややもすると戦争の悲
惨さや愚かさを忘れてしまうことがあります。「平和ボケ」、「幸せボケ」状態となっ
ています。

戦争は、見渡す限り焼け野原にしてしまうのです。第二次世界大戦では、世界で
6,000万人もの死者を出したのです。6,000万人もの死者を出すような災害
はあるのでしょうか。地球に巨大隕石でもぶつかったらそういうこともあるかもしれま
せんが、大きな地震でも台風でも、数万人ないし数十万人の死者です。戦争がいかに
恐ろしいものか、6,000万人の死者が出たという事実が全てを物語っています。



そのような戦争は二度と繰り返してはならないのです。「何を今さら」と思われるかもしれませんが、何度繰り返し叫んでも、叫び足りないことです。

「古希」とは70歳のことですが、中国の詩人・杜甫（712 - 770）の詩の「人生七十古来稀なり」から出た言葉だそうです。その古希が近くなりました。短すぎるようにも思われますが、昔は稀なほどの長生きだったのです。

いい人生かどうかは、いい人に巡り会えたかどうかで決まるものだと思います。私は、多くのいい人に巡り会えています。中でも、兄・満穂はいい人です。私の70年の人生は、この兄なくしては語れません。

兄・満穂の生き様を通じて、戦中・戦後の庶民の歴史を書いてみたいと考えていました。兄・満穂の半生の軌跡を追いかけて、戦中・戦後の庶民の生活を振り返っておきたいのです。

この本は、3部構成にするつもりです。第1部は、満穂の幼年時代です。この時代は戦争の真っ只中でした。戦争の悲惨さ、愚かさを書いてみたいのです。

戦争の悲惨さ、愚かさを端的に言い表しているのが、冒頭に掲げた芦田先生の憲法改正の動機を説明した演説です。

国会議事堂の窓から眺めた、焼け野原となった東京の様子やそこで泣いている親を亡くした子や夫を亡くした妻の様子が生々しく伝わってきます。また、見える範囲に限らず、イギリス、ウクライナ、揚子江という世界にも同時に目を向けています。推敲に推敲を重ねた名文だと思います。名文であると同時に、その訴えている内容も素晴らしいと思います。人類共通の根本問題は戦争の放棄であり、より高い文化とよりよい生活が実現されなければならないことを訴えているのです。

私如きが芦田先生のような内容の濃い名文を書けるなどということは考えられませんが、兄・満穂の幼年時代を本の上に再現し、戦争の悲惨さと愚かさを訴えることができると考えています。

間もなく入院生活に入りそうですので、その間に、幼年時代だけはまとめ上げたいと思います。



透析を決意する — 心は、ワクワク —

燃えに燃え 燃やし尽くして 悔いはなし
今 手を振りて 晴れやかに行く



これは、私の友人が亡くなったときに私が葬儀委員長を務めさせてもらい、葬儀委員長として詠んだ拙い歌です。その友人は、これ以上は頑張れないだろうと思われるほど、頑張って生きてきた方でした。1人で何人分も働いた方でした。この世に悔いを残すことのないほど、燃焼し尽くした方でした。本人も「やるだけやった」という満足感でこの世を去ったのではないかと、思えたのです。

そんな故人の気持ちを勝手に推察して詠んだ歌ですが、送る立場でも「あの方はやるだけやったのだから、悔いはなからう」という思いがありました。送られる人も送る人も、悔いのない、晴れやかな葬儀だったと思います。

今、この歌を思い出したのは、食事療法に対する私の現在の心境がほぼそのような気持ちになっているからです。というのは、5年半前に2つの大病院で「もう透析しかない」と言われてから透析を延ばすための食事療法に入りましたが、腎機能はだんだん悪化し、いずれ透析をしなければならない段階にきました。今のまま食事療法だけで対応しては、生活に支障が出てきそうです。つまり、「無理が利かない」ということです。一定の無理をしなければ、QOL（生活の質）は低下します。QOLを下げることは、私にとっては死ぬほどつらいことです。

透析をすれば、一時は透析に時間を取られたりしてQOLが下がることになりましたが、妻が「腎臓を一つ提供する」と言ってくれているので、腎移植を受けさせてもらおうかと考えています。

透析に入っても、腎移植をしても、食事療法は続けるつもりです。しかし、食事療法だけでは対応しきれない段階に入っていると思いますので、自らの意思で、まず透析をしようと決心しました。この決心は、「食事療法をやるだけやった」という納得の上ですから、晴れやかな気分です。その晴れやかな気分が、冒頭で紹介した歌を口から出させてくれました。

5年半にわたり、^{いでうらてるくに}出浦照國先生とそのスタッフの懸命な指導と、家内の日に三度の調理と子供たちや事務局に支えられ、QOLを全く下げることなく、食事療法で対応することができました。この間、仕事の合間を縫って17冊の本を発刊できました。多くの講演もさせてもらいました。

私の実感としては、食事療法に入る前と比べ、何倍も充実した5年半でした。これまでの人生の中で、一番面白い期間でした。ですから、食事療法に対しては心から感謝しております。

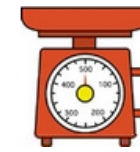
「もっと完璧な食事療法をやっていたら、まだまだ透析に入らずに済んだのではないか」という思いもわずかにありますが、腎移植を受けるためには、もう透析に入った方がいいのではないかという気もします。自分の思いはともかく、腎機能の低下という厳然たる事実が、「そうした方がよい」と言っているような気がします。

もし、透析を体験し、腎移植を体験できれば、腎臓病患者としてはフルコースを体験することになります。それらを全部体験したら、『腎臓病体験記』を書いてみたいと思います。極めて希望的観測ですが、腎移植をし、正常な腎機能に戻ったら、ここで私の腎臓病体験談は一区切りつくのではないかと思います。そうなれて初めて、**腎臓病患者の希望の星**になれるような気がします。

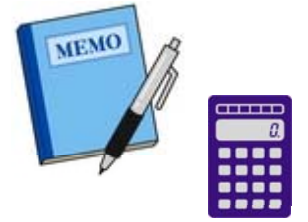
私には誇大妄想癖があるようです。『腎臓病体験記』は、腎臓病患者はもちろんのこと、腎臓病に関わる医師や管理栄養士の先生方にとっても必読書となるようなものを書いてみたいのです。腎臓を妻から提供してもらおうということに象徴されているように、「人は1人では生きて行けない」、「人の力が必要だ」ということを縦糸に、薬物療法、食事療法、透析療法、移植療法の各治療方法を横糸にした本を書きたいのです。そんな夢を見ていると、透析に入ることも腎移植を受けることも、**ワクワク**してくるから不思議です。

透析を延ばしたいと思い、兄弟や子供たちから「可哀相だ」と言われながらもやり通してきた食事療法から、透析療法、移植療法に入ろうと決意した瞬間にワクワクしてくるのですから、**心**というものは本当に面白いものですね。

心一つで、3畳の部屋にいながら世界中に、宇宙の果てまで行けるのです。今に生きながら、江戸時代にも10年後にも万年前にも後にも行けるのです。心が決まったら、あれほど入りたくないと思った透析を心待ちにしている自分に驚いています。それもこれも、食事療法を納得するまでやらせてもらったからです。**人生もまたかくありたいものです。**



「食事療法」ってなあに？



私は、腎不全が進行してから、透析に入るのを延ばすために^{いでうらてるくに}出浦照國先生の指導する食事療法を5年半にわたって実践してきました。お陰様で、2つの大学病院で「もう透析しかない」と言われてから5年半もの間、透析を延ばすことができました。

出浦先生の指導する食事療法に入る前から食事療法には取り組んでいたのですが、目に見えた効果は感じられませんでした。これは、私自身が医師や栄養士の先生の指示を厳守しなかったというところに、最大の原因があります。だが、**それまでの治療は飲み薬と注射のいわゆる薬物療法が主で、食事療法は薬物療法の効果を高めるための補助的な立場に過ぎなかったということも否定できない**と思います。**薬物療法が「刺身」で、食事療法は「刺身のツマ」という関係です。**

『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』は、初版のまえがきにおいて、いの一番に「**糖尿病治療の根本となるものは食事療法です**」と言い切っているのです。45年も前から、**日本糖尿病学会**は「糖尿病治療の根本療法は食事療法である」ことを公言しているのです。食事療法は、決して「刺身のツマ」的存在ではないのです。むしろ、「**刺身そのもの**」なのです。

前回の『**的外**』（第248号）において、「『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』は使わない方がよい」との誤解を生みかねない表現があったかもしれませんが、それは本意ではありません。『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』は、「**糖尿病治療の根本となるものは食事療法です**」と言い切っているほど、**食事療法を重視している**のです。

この本によって、多くの糖尿病患者が糖尿病の進行を抑えることができてきたものと思います。この本で、エネルギーの過剰摂取を抑え、栄養のバランスを取り、太り



過ぎや痩せ過ぎを回避し、生活習慣病の進行を防止してきた患者は数限りなくいると思います。

特にも、生活習慣病の進行があまり進んでいない段階においては、『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』は簡単にでき、効果もあり、非常に優れものだと思います。

前回私が述べたかったことは、『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』は駄目だ』などというものではありません。「生活習慣病が進行し、腎不全等まで進んでしまった場合には、より正確な食事療法が必要である」ということを、一患者の体験談として述べたかったのです。

より正確な食事療法をするためには、①食品成分表、②計量秤、③計算機を使った**正確な計算が必要になってくる**ということを書いたかったのです。

正確な食事療法は、私の体験では「**効果がある**」ことは間違いありません。**薬物療法以上の効果**があります。私は1年間、正確な食事療法を実行したところ、19年間にわたり飲み続けた血糖降下薬も、4年間続けたインスリン注射も全くいらなくなった状態になりました。あれからさらに4年半が経過しましたが、糖尿病に関しては飲み薬も注射も全くいらなくなった状態を保っています。「**糖尿病治療の根本となるものは食事療法です**」という、『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』の初版のまえがきでいっただけの一番に書かれていることは、本当なのです。食事療法は、薬物療法の「**刺身のツマ**」ではないのです。

このように、日本糖尿病学会というその筋の最高権威が認めている食事療法に対する世間の評価は、いったいどうなっているのでしょうか。

現時点においては、その評価は極めて低い気がします。医師の中にも、食事療法は「**刺身のツマ**」程度であると考えている先生が多い気がして仕方がありません。厚生労働省も、食事療法に対しては評価していないと思います。世間も、飲み薬や注射に頼って、食事療法は「**刺身のツマ**」程度にしか考えていない気がします。

厚生労働省が食事療法を評価していないと思われる**具体的現象**を2つだけ指摘して

おきたいと思います。その1つは、「**食事療法に対する診療報酬が目を見張るほど低い**」ということです。もう1つは、「**治療用食品に健康保険が使えない**」ということです。

食事療法の診療報酬は、「外来栄養食事指導料」という名目で1,300円が支払われることになっていますが、初回の指導を行った月は1か月に2回を限度とし、その他の月は1か月に1回を限度としてカウントされるという仕組みです。

出浦先生の指導する食事療法を受けるようになってから知ったことですが、食事療法の指導というのは、非常に時間がかかります。教える医師や管理栄養士の先生方は、あの手この手を尽くして患者に理解させようと努力しています。このように、医療機関にとっては時間的にも労力的にも負担の大きい食事療法の指導に対し、診療報酬が1,300円というのは、いかなるものなのでしょうか。厚生労働省は、「食事療法など治療のうちに入らない」と考えているのでしょうか。

糖尿病に留まっている間は、『**糖尿病食事療法のための食品交換表**』を使ってエネルギーと栄養のバランスを保つことが可能かもしれませんが、生活習慣病が進行し、腎不全になった場合には、腎不全用の低たんぱく質の治療用食品を使わなければ食事療法はできません。それにもかかわらず、厚生労働省は治療用食品に対する健康保険の適用を認めていないのです。厚生労働省は、ここでも「食事療法など治療のうちに入らない」と考えていることがわかります。

食事療法は、薬物療法の「**刺身のツマ**」ではないのです。この機会に、**食事療法を見直してもらいたい**のです。食事療法を見直してもらうためには、「**食事療法は、効果のある治療方法である**」ということを書き、世間に知ってもらわなければならないのです。そのためには、**正確な食事療法**を採り入れなければなりません。

私は一患者に過ぎませんが、自ら体験した食事療法を知ってもらうための努力を、これからも生きていく限り続けて参りたいと思います。

ご助言、ご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

