


 続

 徒然
つれづれ

人間ドック

桑野 巍

20数年前から毎年1回人間ドックに入ることになっている。わが身の体調が気に懸かるからだ。体調が常に100点満点とは限らないことを知りつつ、医師の注意事項に耳を傾けるのだが、今回は視力低下、体重2kg増、胴回り4cm増でメタボだった。自己採点では70点ぐらいか。肉体は誰しも年々老化するが「退化はダメ」と自分に言い聞かせているけれども、成績が同年齢に比べて少し良いからといって自慢は禁物、思い上がってはいけない。

医師の診察のあと、担当の看護師は「お歳の割には良い成績」とおほめの言葉。そのあと「野菜中心と青背魚の食事、適量の果物を食べて」と念入りの忠告をもらった。そして、スポーツジムに週4回以上通っているってすごい、と言ったあと「お酒は?」と聞いてきた。「何かの会合があれば少し」と答えたら「たばこは?」と聞く。1日10本以下と答えると即座に「もうおやめなさい」がハネ返って「あれは猛毒なのよ」と強い調子で説教された。

人間ドックという健康チェック機関はいまや乱立気味らしいが、私が毎年訪れる健康管理センターは歴史がかなり古い。大手都銀とそのグループ企業が経営主体でお客も多い。就職・海外渡航などのための検査で固定客をつかんでおり業績も悪くないと聞いたが、病院を併設していないという欠点があり、この先の同業の競争社会ではやや不利とセンターの職員は言う。

因みにこのセンターを訪れる客で最高齢は95歳とか、驚きであるが目標にしたい。遠距離からの客は鳥根県から1人、鳥取県から1人というから自分の健康状態に熱心な人が多いと思った。私は現役のころ、大阪府立成人病センターの人間ドック（2泊3日）にお世話になったが、この時医師から「年に1度がよい」と言われたのがきっかけで毎年人間ドック入りを励行している熱心な人のうちの1人だ。

中年が何歳であるか知らないが、中年過ぎから一番気になるのは自分の健康であることは間違いない。特に成人病、生活習慣病といわれるがん、心臓病、脳卒中、その原因となる高血圧や糖尿病、肝臓病などは危険で、早期発見、早期治療が必要なことは健

康管理の上で要諦だ。中学時代からの友人（医学博士）が時折合うと、体力づくり、心も含めた健康づくりの話をしつこく話してくれるがこれには耳を傾ける。彼はバランスの取れた食事を腹八分、適度の運動、十分な休養をと教えてくれ、最後にはいつも「分ったか」と念を押す。そして、おいしそうだけの流行の食べ物に飛びつかず贅沢はよせ、と親切に忠告してくれる。

それでは自治体という超大物団体は病気にかからないのだろうか。抽象的だが“大企業病”やマンネリズム病にかかっていないかが気懸かりだ。前例主義、縄張り根性、縦割り、組織肥満や訳のわからないストレス病を退治しなくてはならないのだが、超大物団体は内部のことになかなか気付かないし、気付いても改善できないのが心配だ。重量のある物体を人間ドックに入れるわけにはいかないかも知れないが、せめて半期に1度、年に1度は各分野でレントゲン検査やエコー検査、血液・尿検査といった点検を試みるべきだろう。

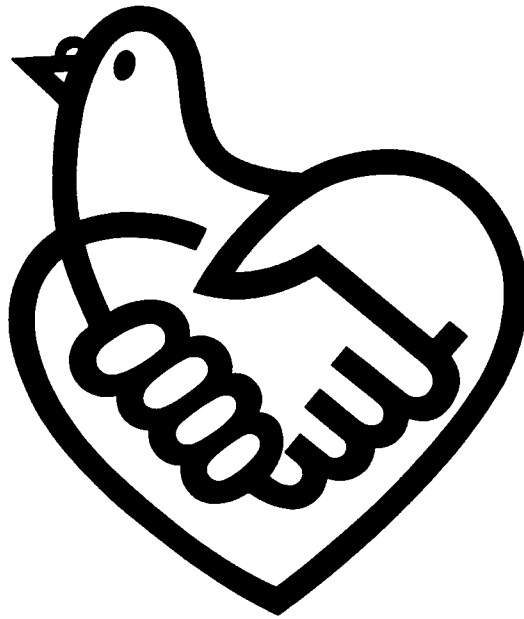
団体扱いの人間ドックは残念ながら存在しないが、地方議会も体制、制度、仕組み、議員数、報酬などがマンネリとメタボ現象になっていないか。地方議会は行政と車の両輪といわれるが車を支え、推進するエンジン・タイヤが損傷していると地方行政は停滞するだろう。議会の会期日数や審議時間などの運営、調整などを工夫する智恵が必要だろう。団体人間ドックのドクターはすべての有権者で、これを忘れてはならない。自治体も地方議会もどんな方策を講じれば活性化するかを探りたい。

いつまでも若々しく健康でありたい…は人々の願いだが、年齢を重ねるごとに体の不調、精神面の不調が気になってくる。個人的には生活スタイルを見直すことによって老化を遅らせたり改善したりしながら生活の質を高め、自分で自分をチェックし、自分をいたわりつつ喜びや楽しみを感じたい。人間ドックを終えてセンターの玄関に立ち「来秋もお世話になりますから」と誓って家路に着いた。

（自治大阪編集委員会顧問
時事通信社元大阪支社長）

なくそう部落差別調査

私たちがみんなの力で



結婚、就職などは人生の重要な転機です。

その、就職に関わる調査で、府内の調査業者が、個人の居住地が同和地区かどうかについて調査していたことが、判明しました。

部落差別は、憲法が保障する基本的人権を侵害する深刻かつ重大な問題です。

条例では、部落差別事象の発生を防止し、基本的人権の擁護を目指しています。

- 結婚、就職等の際の部落差別調査をなくすために、府民一人ひとりの理解と協力が必要です。
- 興信所・探偵社業界は、(社)大阪府調査業協会を中心に自主規制に取り組んでいます。

大阪府部落差別調査等規制等条例