

健康とその戦略

■ 東の間の平安と、秋… ■

～ 6 ～



石井 正三氏

有効な“5S運動”

3回目のワクチン現実的に

今年はずで夏が過ぎても暑さが残って、時々寒さが混じった。さすがに蟬は静かになり、秋の虫の音が盛んになった。長袖にはしたが、夏服のままが良いのか寒さに備えるのか、日替わり対応、暑さ寒さも彼岸まで、と言ったのは昔の話。

今年の暑さは彼岸過ぎまでしつかり続いた。続いてグツと冷え込むと、お付き合っているご老人たちの中で弱った方が出てくる。気象変動は単なる温暖化だけではなく、むしろ「気象の極端化」という様相を見せるから、全くややこしい。そんな今年の秋で、人々の暮らしにダメージを与える大きな台風被害が起こっていないのはありがたい。

コロナ禍第五波が漸く落ち着きをみせ、十月から全国の

緊急事態宣言や蔓延防止対策が終了した。街では、しっかりとコロナ対応策を守りながら、人出の方は随分と増えて見える。

いまだ特効的な治療薬ができていないから、イスラエルや英国で二回目のワクチンが行き渡っても更なる流行の波が押し寄せて、三回目のワクチンが現実的になっている様子だ。日本でも医療関係者などからスケジュールが始まるだろう。

基本姿勢しつかり

それでも、日本の第五波からの流行の低下の勢いは、海外からも注目されているほど目覚ましい。そこで思い当たるのは、元来、握手やキスなどの接触を控えながら親しみを表現するマナーが日本では定着していることだ。

更に、「5S活動」というものがあって、整理 (Seiri)・整顿 (Seiton)・清掃 (Seiso)・清潔 (Seiketsu)・しつけ (Shitsuke) の頭文字からつけられ、製造業現場の改善活動から始まった。

極めて日本的な運動に由来するが、これが海外医療協力などの場面で、先進的な医療機器や技術の協力だけでなく、医療や健康支援の実践面でも有効だといわれている。

つまり、日本の社会には地域や社会貢献という姿勢と、生活の上での大切な基本姿勢が、しつかりと植え付けられている。諸外国での緊急事態宣言には罰則規定まで含まれていることが多いのだが、日本ではあくまで注意喚起などの法体系によって、同等かそれ以上の成果が出ている理由の一つと考えられる。

昨今の荒れた気持ちを落ち着かせてくれるのは、芸術の秋である。お誘いいただき十月には二回、ベートーベン／ピアノソナタ第十番の演奏を披露する。ピアノリスト赤松林太郎さんのグループと亡き近

藤洋子先生の教え子たちの定例会で、後者はサントロイホール小ホールで毎年開かれる。

「苦惱通じ喜びへ」

時代を映すポップスならビートルズ、竹内まりや。ジャズならマイルス・デイビス、津軽三味線なら高橋竹山をそれぞれ敬愛しているが、この精神的にキツイ時代を生き抜く支えになるのは、バッハとベートーベンだ。

どちらも、基礎は民衆の歌や民族的踊りのリズムにあり、バッハの何気ないメロディーやリズムには非凡さがあり、作曲技法の限りを尽くして、音のレンジアップを一つずつ積み上げて大きな伽藍のような構造が目前にそびえ立ったりする。

ベートーベンの若い時の作品には、世間で聞き取った様々な音楽の反映が堅固な形式感の中に散りばめられている。更にはもつと文学的なアプローチも可能で、聴力を失い演奏家として立ちいかなく

