

# 産経 health

› メタボリックシンドローム・ネット

› メタボリックシンドロームPRO

› 小児肥満ネット

› ニッポンの食、がんばれ!

産経健康倶楽部

Sankei Health Club

›› 会員専用ページトップ

## 「産経健康倶楽部」会員専用ページ

毎日の生活に役立つ情報をお届けする「産経健康倶楽部」へようこそ！  
このページでは、登録された会員さまだけの注目情報を定期的に掲載します。



食がカラダを変える! *Special* 対談

いのちに向き合う医療とは

### vol.03 未病を治す「医食農同源」 自然との共生を (下)

#### 薬茶、薬湯で正気を補う

天野

黒岩さんが言われる「いのちが輝く」という言葉は、東洋医学では“正気を補うこと”と同義です。正気とは体力、精神力、回復力、食欲など人間の生きる力のことを指し、その力を補う療法を「補法」と呼びます。

補法の一つとして、私はおいしく食べるための食の指導を大切にしています。例えば、冬虫夏草(とうちゅうかそう)や高麗人参など、生薬原材料の成分の入ったお茶などを服用することで、気・血・水のバランスが整うようにします。また、そうした原材料の入った薬湯は直接皮膚に作用して体を温めるため、古くから家庭での温熱療法として重宝されています。皮膚には内臓の80倍の面積があるため、外からの補いも大切なのです。さらに鍼灸(しんきゅう)なども含めて、信頼できる方法で心を補い支えます。さらに、心のケアも補法の一つです。

体にやさしい補法を生活の中に取り入れることによって、心と体の良いバランスが生まれ、そこではじめて「いのち」は輝きはじめるのではないのでしょうか。こういう考え方をベースにした医食農同源の力を発揮できるスペースを、神奈川県のだこかに作り、ぜひ実践してもらいたいと思います。



黒岩

地域おこしや町おこしと絡めて、食と健康を実践するモデルの村を作りたいですね。高齢者の医療費を減らすためのカギを握るのは食です。どんなに優秀なドクターよりも、未病をチェックする人たちが必要なのですから。最期は病院で静かにお世話になるにしても、食の指導によって体質改善のサポートをし、それぞれのレベルでいきいきと「いのち」を輝かせることのできる場所があるといいですね。

天野

医食農は欠かせません。特に作る人、農業は必要です。医者だけでなく常に新しい挑戦、研究をする人たちが必要です。そこで生まれるのは、博愛、人間愛、哲学と科学、アートなどとの融合ですね。中西結合、統合医療はたくさんの医者が取り組み始めていますが、なかなか進めないのはなぜか。東洋医学と西洋医学を融合する条件は哲学であり、そのきっかけは食だと思

います。

**佐藤** 専門家だけが集まっても融合はできません、みんな各々の専門分野にこだわってしまいますから。大きな目で見てもめていくには、政治の力が必要でしょう。

**黒岩** 最初に戻りますが、医学教育を見直す必要がありますね。もちろん専門性は大事ですが、例えば「いのち学」のような学問があってもいいのです。

**佐藤** そういう新しい動きは、少しずつ始まっていますよ。私は現在、文部科学省の事業で、医療サービスを科学する“医療サービスサイエンス”を考える会の責任者をしています。医療は科学技術だけではない、サービスです。個々のマインドや「いのち」への考え方をどこに置いた上で科学技術を施すか、統合医療を取り入れた教材づくりも始まっています。

**天野** 今、私が研究に関わっている東大の理事長からは、食と健康づくりに関しては全力で応援しますと言われていています。例えば、神奈川県と医食農のチームを作ることも考えられますよ。楽しみですですね。

**黒岩** ぜひ、実現に向かって一つ一つ進んでいきたいと思います。本日はどうもありがとうございました。

対談(上)はこちら

## プロフィール

### 黒岩 祐治 くろいわ・ゆうじ

神奈川県知事。元キャスター、前国際医療福祉大学大学院教授。早稲田大学卒。フジテレビジョン在職中に、自ら企画・取材・編集まで手がけた救急医療キャンペーンが救急救命士誕生に結びついた。

### 佐藤 信紘 さとう・のぶひろ

順天堂大学名誉教授。日本神経消化器学会理事長。大阪大学医学部卒。順天堂大学医学部消化器内科学主任教授、同附属順天堂練馬病院院長、大阪警察病院長などを歴任。著書に『ここまできた胃の科学』(中外医学社)ほか。

### 天野 暁 あまの・しょう

東京大学食の安全研究センター特任教授、医学博士。未病医学研究センター(東京・世田谷)所長。中国国立中医薬大学卒。世界保健機関(WHO)試験合格後、来日し順天堂大学で医学博士を取得。未病医学の先駆者として日本人の「証」(漢方で体質の意)と食事に関する研究を20年以上続けている。東洋医学と西洋医学の融合による、未病およびアンチエイジングに力を注ぐ。

[未病医学研究センター](#)

◀ 前のページ

1

2

3

[📌 インデックスへ戻る](#)



- [お問い合わせ](#)
- [サイトマップ](#)
- [プライバシーポリシー](#)

Go