

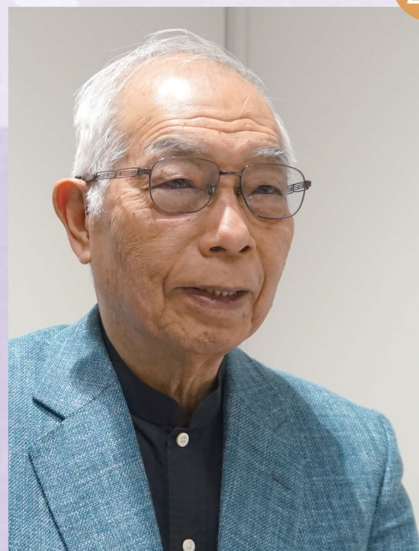
ゆうゆう

NO. 224

インタビュー

かきぞえ ただお
垣添 忠生さん

(日本対がん協会会長・
国立がんセンター名誉議長)



プロフィール

泌尿器科医として四十年あまり、がん医療や研究の最前線に立ってきた垣添忠生先生。大腸がんと腎臓がんを経験し、十八年前には奥様を小細胞肺がんで亡くした経験も活かし、現在はがん患者やサバイバー(経験者)、家族や遺族を支援する日本対がん協会で尽力。がんへの理解の呼びかけと、東日本大震災の津波被災者を支援するために「みちのく潮風トレイル」10kmを歩いたドキュメンタリー映画がもうすぐ公開されます。この旅での出会いで感じたことは? 思い描くがん医療の未来は?...日本対がん協会では伺いました。

一九四一年大阪府生まれ。一九六七年東京大学医学部卒業。都立豊島病院、東大医学部泌尿器科助手などを経て、一九七五年より国立がんセンター病院に勤務。同センター手術部長、病院長、中央病院長などを務め、二〇〇二年総長就任。二〇〇七年退職後名誉総長、財団法人日本対がん協会会長就任。がん対策推進協議会会長、財団法人がん研究振興財団会長を歴任。『前立腺がんで死なないために』『妻を看取る日』『悲しみの中にいる、あなたへの処方箋』『がんと人生』『Dr.カキゾエ歩く処方箋』など著書多数。

かすかな希望があれば

人間は生きていける

「Dr.カキゾエ歩く処方箋」みちのく潮風トレイルを往く」がこの夏公開。出演のきっかけは?

垣添 私は歩くことが好きで四国巡礼などの経験も。徒歩とシーカヤックだけで百名山を踏破した冒険家の田中陽希氏に憧れて、二〇一八年には全国がんセンター協議会に加盟する三十二施設を一筆書きのごとく歩き、患者さんや家族、医療従事者と交流しました。

今度歩くとしたら東日本大震災で被災した沿岸を南北に歩く「みちのく潮風トレイル」かなと、ぼんやりと考えていたときに、野澤和之監督から連絡が入りました。「先生の著書を読んで感動した。映画を撮らせてほしい。できれば歩いてほしい」と。八十四歳の俳優デビューです。人生何が起こるかわかりませんね(笑)。

どんな出会いがありましたか?

垣添 「がんサバイバーを支援しよう」に、「3・11を忘れない」を添

えた幟を持って歩いていたので、「被災地を支援してくださいってあるんですか?」と声を掛けられることがありました。津波の被災者、がんサバイバー、両方を経験した人にも出会いました。

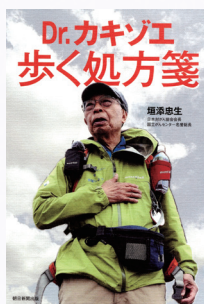
家族を一度に亡くした方、商売道具をすべて失った方、自分だけ生き延びた負い目を背負って生きている方...千話を聞けば千の悲しみがありました。人生の途上でがんで足をすくわれる人も、津波で足をすくわれる人も基本的には同じだと感じ、旅の途中から、その人たちがどう立ち直っていったかを勉強させていただくことが目標になりました。深い悲しみこそが本当の生きる力になること、壊滅的な打撃を受けても人間はかすかな希望があると生きていけるのだというのが私の結論です。

生き物好きが医師の原点

臨床と研究に邁進

幼少期に疎開を経験した世代です。

垣添 父親が銀行マンで転勤族。



『Dr.カキゾエ 歩く処方箋』(朝日新聞出版)は、映画「Dr.カキゾエ 歩く処方箋〜みちのく潮風トレイルを往く〜」の公開に先駆けて昨年出版。映画封切は本年8月8日新宿武蔵野館。全国で上映予定



1954年、桐朋中学校生物部で奥多摩の川苔山へ。右から4番目が垣添先生

私は、父が大阪支店勤務の頃に生まれました。両親の出身地・飛騨に疎開したときの最も強烈な記憶は「飢え」です。親戚の家では同年代の子どもが、山盛りの白米をもりもり食べていた。子どもながらもに不条理を感じました。

父が無事帰還し、戦後は八尾市のはずれの銀行の社宅に住みました。自然にあふれた環境で昆虫採集に夢中。それが生物に対する関心の出発点です。東京転勤で小学校三年生から新宿区、五年生からは杉並区の小学校に転校しましたが、どっちでもよそ者扱いされ、先生からも仲間からもうじめにあつて嫌な感じだったなあ。杉並のときは生まれて初めて殴り合いのケンカ

ンカもしました。貧乏人の子を金持ちの子がいじめていて、許せないと思ってね。圧勝でした。

正義感が強い。ご両親の教育は？

垣添 勉強しろとは言われず、のびのび育ててくれました。父は大阪支店時代、休日に、京都大学の美学の准教授について美術好きの同僚と奈良のお寺巡りも。俳句もたしなみ句集も出していました。これはいい、と言って父が唱えていた句をいまだに覚えています。

中学高校は国立市の桐朋学園へ。

垣添 自由な校風で、暗黒の小学時代の嫌な思いが全部ふっとびました。特に数学の宮本大典先生は、数学好きの子どもに対してハイレベルな勉強の機会を与えてくれ、きれいな解を出す数学の面白さを知りました。部活は生物部で蝶々を追う日々。生物への関心が医学の道につながっていききました。

高二まではほかの兄弟たちのように法文系を志望していたんですが、進路を変えたのは母親が病弱でよく寝込んでいたのと、当時家で飼っていたシェパードがジステ

ンパーウィルス感染症で死んだことも関わっています。特有の症状が見られたのに、それとわからず死なせてしまった。かわいそうなことをしたと思って、無知であることは罪悪だと思っただんです。

東大時代は空手に熱中したとか。

垣添 高校の隣にあった一橋大学で空手部の演武会を目にして、集団の型の美しさに感激し、大学に入ったら空手をやろうと決めていました。東大空手部の練習は厳しかったけれど軍隊式の上下関係は一切なく、のめり込みました。

泌尿器科に進んだのは？

垣添 医学部の勉強では、患者さんの訴えや症状、所見にもとづいて検査し、診断を確定する「内科診断学」が断然面白かったけれど、外科のような治療手段はない。泌尿器科は内科的な思考と外科的な治療が両方できるからです。でも人気がなく、同級生で志望したのは私だけ。教授を狙っているんだらうなどと揶揄もされました。

卒業後は東大病院の医局へ？

垣添 すぐには医局に入らなかつたんです。卒業の前年に全日本医学学生連合(青医連)の学生たちが、インターン制度廃止を求めて医師国家試験のボイコットを呼びかけた。全国の医学部生が運動に参加し、私もその一人。こういう時代に闘いに参加しなければ人間が問われるとエネルギーにあふれていました。国家試験に受かって

も東大医局には入らず、自主的に都立豊島病院に就職することに。泌尿器科医は不足していたので、ストライキへの関わりも特に問題にされず歓迎されました。豊島病院に二年間勤務して東大医局に戻ったとき、腹部外科で一年間修行したいと申し出ました。これからの泌尿器科は、腹膜内の臓器も自在に扱えなくてはいいなと思ったんです。前例がないので、言って医局は許してくれないので、「それなら医局を辞めます」と迫ったらしぶしぶ認めてくれました。

気骨を感じます。修行はどこで？

垣添 東大出身の兄弟が熊谷市で開業していた藤間病院で。子宮がんの治療に日本で初めてコバルト

治療機器を導入した先進的な個人病院で、腕を磨きたいという医者が全国から集まっていた。死ぬほど働きましたが、自分の意志で来たので全く苦になりませんでした。外科医の弟、副院長から吻合時の運針をはじめ、一年間で手術技量のすべてを習得しました。

東大病院に戻って、二年で国立がんセンターに移ったのです。

垣添「膀胱がんはなぜ再発するか」を研究したいと思い、国立がんセンター研究所の杉村隆先生のもと、東大病院の頃から、昼間は病院で患者さんを診て、夜は十一時まで研究所で基礎研究に没頭する日々が十五年間続きました。

基礎研究は、自分の目で見るからこそ毎日発見の連続で、本当に面白かった。杉村先生には、実験の基本、薬の分子構造や性質はすべて分かって患者さんに投与することなど、厳しく教えていただきました。論文の指導も。「原稿が黒い」（漢字が多い。難しい）と即書き直し。修正校を持参すると、内容的には文句はないが「バラの香りがねーなー」これ

は文章に花がないということですねーと指摘。改行や文章のつながり、文章構成など徹底的に鍛えられたことにも感謝しています。

四十代には前立腺がんの安全な手術法を勉強するために、アメリカのメイヨークリニックへ。

垣添 一九八四年、杉村先生が国立がんセンターの総長のときに、中曽根内閣が「対がん十か年総合戦略」をスタートし、がんの基礎研究に弾みが。そのプロジェクトの一つ、海外研修に応募し、前立腺がんを五千例手術した全米屈指の名医・マイヤー博士に、手術のあらゆるバリエーションを実地で教えてもらいました。「これで日本で前立腺がんが増えても大丈夫」と自信がつき、その後PSA（前立腺がんの腫瘍マーカー）が導入されて早期発見が可能になってからは、どんどん自分で手術をするように。総長時代の二〇〇二年に、東大との合同チームで現・上皇陛下の前立腺がんの手術に取り組めたのも、そのときのアメリカでの体験があつてこそだと思えます。

がんセンター院長時代は新棟を開設。総長退任後は医療の現場をさっぱりと後にされた。

垣添 総長を退任する頃、読売新聞グループの渡辺恒雄主筆の前立腺がんの手術を担当しました。当時ナベツネさんは七十二歳。ほかの病院でホルモン療法中にセカンドオペニオンで訪ねられた。高齢ながらまだ要職についていることから手術をおすすめし、手術のメリットを説明すると十分納得され、即入院の予約をされた。非常に感謝していただき、退任後は院長職などとは別な仕事がしたいという私に、読売新聞と日本テレビの顧問を提示してくださった。経済的に支えられ、人脈も広がりよって全く別の人生が展開していくのです。

妻を亡くした悲しみを

乗り越えて

研修医時代に出会った奥様との結婚も大きな転機でした。結婚は簡単でなかったそう。

垣添 妻はSLEという難病をかかえていて、私のアルバイト先の病院に手指の関節炎で入院しているときに出会いました。十二歳年上で夫と離婚調停中でしたから無理もなかったのでしょうか。私の両親が結婚を受け入れてくれるまでに三年かかりました。

妻は津田塾大学で英語を学び、三十代のとき東京外国語大学でドイツ語を勉強し、私と交際を始めた頃は東大独文学科に学士入学。やりたいことを見極めてやりぬく人でした。とにかく対話が面白く、ピンポン玉を打ち合うように語り合える。家に帰ると病院でその日あったことを話すんですけど、「まるで句読点を打つみたいに話すわね」なんて言っていました。食後も書物や論文に向かう私に、机をたたいて「私はここにいますよ。お話しなさい」とアピールしてきたりも。臨床に研究に、思う存分仕事ができただけは妻のおかげです。

七十年代にカナダに留学したときは、初日に近くのスーパーでお皿いっぱいサクランボを買い、私の帰りを待っていてくれた。甘い酸っぱいサクランボを食べながら、



2005年奥日光の中禅寺湖で、奥様の昭子さん。トロント留学時に始めたカヌーが夫婦の趣味で、中禅寺湖には毎年訪れてた

この人はここで生きていけると思い、ホツとしたのを覚えています。そのうちにトロント大学の無料聴講コースに参加して、友達をたくさんつくって楽しんでいました。

知的で社交的な奥様が、まさかがんの闘病をされるとは。

垣添六十代で甲状腺がんと肺腺がんを患いましたが手術で完治。数々の病気に見舞われても驚くほどほがらかに、勇気を持って病気をやり過ごしていました。しかし三つめの肺の小細胞がんは、わずか4mmの大きさで発見したのですが、あらゆる手を尽くしてもだめでした。「家で死にたい」という妻の希望に沿い、がんセンターから一時帰宅した自宅で息を引き取りました。

最初の三か月は「死ねないから生きていようなもの」とご著書に立ち直りに大事だったのは？

垣添すっかり悲しむことです。雪の重みで垂れ下がった竹が、あるところまでくるとバーンと立ち上がるように、悲しめば悲しむほど人間のレジリエンス（困難を乗り越え回復する力）が働きます。喪失や悲嘆の心のケア「グリーフケア」の知識はありましたが、私はそれを受けようとは思えませんでした。一年くらいの間に、自分を鼓舞してカヌーや山登りを再開。縁あって新しく居合道も始めました。こうしてグリーフワークを実践して自ら立ち直ったのです。

『妻を看取る日』を書いたことも大きかった。妻の病歴や闘病の様子、妻亡きあとの苦悩を書くことは、私の中の深い苦しみや悲しみを表出する行為でした。まるでベテランのカウンセラーに傾聴してもらっているかのよう。「これはものになるか？」と中高の同級生、嵐山光三郎に相談したら「社会性もある」と。本が売れない時代に五万部以上売れ、新聞、雑誌のインタビューや講演と、私の生活が一変しました。

ちょうど一周忌の頃、銀座の画廊

で一週間、妻の絵画作品に私の絵を一点加えて遺作展を開いたこともよかったです。葬儀は彼女の希望で行わなかったで、違った葬儀の形を喜んでくれたのではないかと思います。妻の死をきっかけに、がん遺族のグリーフケアも私の仕事の課題に加わりました。現在対がん協会では「がん相談ホットライン」を開設し、看護師や社会福祉士などががんの不安や悩み、近親者を亡くした悲しみを傾聴し、よく生きる方法を一緒に考えています。

垣添先生が目指すがん医療の未来は？

垣添がんで苦しむ人や悲しむ人をなくすこと、がんを特別視しない社会を目指しています。がん検診の受診率アップ、がんサバイバー、在宅死を希望する人の支援、グリーフケアの充実を実現すべく会長として努力しています。

私は四十年あまりがん診療に関わり、基礎研究も十五年。がんの経験者で、がん患者の家族であり遺族です。がんのあらゆる局面に立ち合ってきた体験を今後のがん対策に生かしていくことは、残り

の人生の課題だと思っています。

「ウォーク」の計画はありますか？

垣添みちのく潮風トレイルで右膝を痛め、トレーナーのお世話になるように。長距離はおしまいと思っていたんですけど、去年北海道で四百kmのロングトレイルができました。暖かくなるまでに長く歩ける身体に仕上げたいとトレーナーをお願いしているんです。

素晴らしいです！ 読者へ健康づくりのアドバイス。

垣添爪先を立てて踵の上げ下ろし、踵をついて爪先の上げ下ろしを少しずつでも毎日続けてください。転びにくくなります。自立歩行できる期間が長くなれば健康寿命が延び、ずいぶん人生が変わります。それから、とにかく歩くこと。外に出かけて人に会い、外界の雰囲気を感じてみましょう。面白いと思うことがいくつもあるといいですね。私は大リーグにワクワクし、大相撲は力士の身体の動かし方に注目して観戦しています。見方によってたくさん楽しめるものですね。