



私の3冊

渡辺 長

後輩に薦める 2 冊

増田寛也 (編著)

地方消滅 東京一極集中が招く人口急減 中央公論新社, 2014 年発行

近年、人口減少が社会問題となっているが、その火付け役となった書。数値で裏打ちされたデータを基にその経緯や原因を説明しているのでわかりやすい。企業や若者の東京一極集中が続いており、このままいくと 896 の市町村が消滅するという。これに対し著者は東京と地方が協力し、財政の「選択と集中」により東京一地方間で新たに圏域単位の拠点都市を整備することで若者の雇用の場を開拓し、親の近くで育児や介護も選択できるモデルを提言する。

イチロー・カワチ (著)

命の格差は止められるか ハーバード日本人教授の世界が目にする授業 小学館, 2013 年発行

人間が病気になるということがどういうことなのか。とかく私たち医療者はその原因を個人に還元しがちだが、本書で紹介される疫学的視点から、実は人間の健康というものが、その人を取り巻く環境、文化、地域、血縁、人間関係、差別、階層、学歴等といった社会に根差すものであるということが、データを基に語られる。これに対し著者は、個別対応ではなく、ポピュレーションアプローチの観点が重要であると述べており、地域の介護予防のあり方にも示唆を与えてくれる。

自分の 1 冊

藤野英人 (著)

さらば、GG 資本主義 投資家が日本の未来を信じている理由 光文社新書, 2018 年発行

日本における高齢化社会の問題は財政や介護にとどまらない。最大の問題は高齢世代が社会や経済の中心を牛耳っていることである。日本企業の社長の平均年齢は 60 歳、国内の金融や土地といった資産も大部分が 60 歳以上に保有され、実質的に高齢世代が社会の消費活動の中心を担う構造になっている。著者は若者たちに縦社会の権威や権力に忖度することなく、一人ひとりが自分の人生のオーナーシップ（当事者意識）をもち、自分の心に従い、人生を切り開く決意をもつ重要性を掲げている。

■わたなべ・おさむ 理学療法士 13 年目 帝京科学大学医療科学部理学療法学科

日本の医療介護を取り巻く状況は厳しくなる一方、多様性が広がる現代は誰でも気持ち一つで希望を叶えられるチャンスで溢れています。そのチャンスをつかむためには専門性だけでなく、将来の人口動態から人々のライフスタイルの変化を予測したり、健康を生活環境や社会モデルという上位概念から俯瞰的に捉えなおすことも必要です。上記 2 冊はこうした虫の目から鳥の目へ「社会と健康」を捉えなおすきっかけを与えてくれます。