

## Broaden your horizons ～さあ、視野を広げて！～

### 健康寿命の伸ばし方

受験シーズン真っただ中。第110回薬剤師国家試験は2月22～23日に実施、合格発表は3月25日に行われる予定です。

さて先日、滋賀ダイハツ販売の代表取締役会長・後藤敬一氏のお話を聞きました。その中で、長生きの秘訣は「教養」と「教育」だとおっしゃっていました。よく話を聞いてみると、「今日、用事がある」（教養）と「今日、行くところがある」（教育）の略語であると分かり、「なるほど！うまい！」と思いました。健康的に生活できる期間を「健康寿命」と言いますが、老後も積極的に趣味や仕事に勤しむことがポイントかもしれません。

また、後藤氏は“近江聖人”と称される江戸時代の陽明学者・中江藤樹のお話もしてくれました。人は誰でも「良知」という美しい心を持って生まれ、誰とでも仲良く親しみ合い、尊敬し合い認め合う心を持っているそうです。ところがさまざまな欲望によって良知を曇らせてしまうため、醜い欲望に打ち勝ち、良知を磨き、行いを正くするようにと諭したとしています。

この言葉はとても大切なことだと思います。「今だけ・金だけ・自分だけ」という人が増えてきています。人は鏡であり、自分がそのように行動すれば、周囲の人もそのように行動するため、幸せが感じにくくなると思います。「ギブ&テイク」ではなく、「ギブ&ギブ」の精神が幸せを運んでくれることでしょう。

しゃっちょうは行く！



メディセレスクール  
ファウンダー

児島 恵美子