

# 健康交差点

企画: 日本医師会  
No. 39

健康交差点では、皆さんからのご意見・ご要望をお待ちしています。医療に関する川柳も募集しています。

日本医師会  
「健康交差点」

〒113-8621 東京都文京区  
本駒込 2-28-16  
FAX: 03-3946-6295  
Eメール: kousaten@po.med.or.jp

## 50年も前から七色の食事

藤田弓子 (女優)

私 はあきれるほど健康だと思う。「どうして、そんなに元気なの？」ときかれると、「親が心をこめてしつかりした体に製作してくれたお陰です」としか答えようがない。

しかし、日本中が貧しくてロクな食べ物もなかった戦後の育ちである。しかも、父を早くに亡くした母子家庭。ところが、二人だけの小さな食卓が、それはそれは豊かさに満ちていたのだ。季節のもの、旬のもの、珍しいもの、とにかくおいしいものが卓袱台狭しと並んでいた。未亡人という響きとは正反対のたくましい母はいい切る。「私は生きるために食べるんじゃない。食べるために生きるの」。そして、私には、「食欲は知識欲に通じる」と教え込んだ。

現在七つの色（白・赤・緑・黄・茶・紫・黒）の食べ物をバランスよく食べるという風潮。わが家では五十年前前から、そのように食べていた。さらに、好きなことを仕事にしているのだから、毎日、「おもしろい、楽しい」といつて暮らせている。生涯現役の女優であるためには健康あってこそだ。



### 混合診療ってなに？



現在の日本の医療保険制度で、一部負担金以外に、患者さんから費用徴収を行うことが認められているのは、高度先進医療など特定療養費として定められている、ごく一部のものだけです。自由に「保険外」の診療をして、そ

の費用を患者さんから徴収する、いわゆる混合診療を認めれば、お金のあなしで、受けられる医療の内容が変わってくる恐れがあります。すべての人が平等に適正な医療が受けられる、現在の国民皆保険制度を守らなければいけません。