

|   |   |
|---|---|
| 総 | 説 |
|---|---|

## 超高齢社会を乗り切る漢方の知恵

渡辺賢治\*

**要旨：**わが国は4人に1人が65歳以上となった。今後高齢化は加速度的に進み、少子化と相まって、社会全体が大きく変わらざるを得ない。それに伴って医療のあり方も大きく変わると予想される。

その中で漢方の果たす役割は大きいと考える。まず漢方は医療のみならず、予防・介護に至るまで、すべてカバーできることである。特に介護現場での漢方のニーズが大きくなることが予想される。また、医療費の高騰が急速に進む中、従来の医療システムの中では軽視されてきた予防医療に対して力を入れざるを得ない。「漢方」の知恵は薬物療法のみならず、「鍼灸」「養生」も含む。食、睡眠、運動といった養生すらも漢方の場合には個別に行うのである。

人類未曾有の超高齢社会を乗り切るためには、多面的角度から漢方の知恵を駆使する必要がある。

**索引用語：**超高齢社会, 漢方, 多世代, 未病, 養生

## PAIN AND KAMPO MEDICINE Vol.25 (2015)

Kampo wisdom to go through super aging society in Japan

Kenji WATANABE\*

**Abstract:** Now in Japan, one fourth of the population is over 65 years old. Hereafter, aging is boosted and Japanese society will be forced to be changed together with declining birthrate.

In this circumstance, the role of Kampo medicine is huge. First of all, Kampo covers not only medicine, but also preventive medicine (me-byo) and nursing. Especially, Kampo will be demanded in nursing. Because medical expenditure is increasing rapidly, we must focus on preventive medicine more and more.

Kampo includes herbal therapy, acupuncture and moxabustion, and nourishing life. Nourishing life including diet, exercise and sleep, is also individualized in Kampo.

We should maximize the use of Kampo wisdom from all the aspects, to overcome unprecedented aging society.

**Key words:** super aging society, Kampo medicine, intergeneration, Me-byo, life nourishing

---

\* Faculty of Environment and Information Studies, School of Medicine, Keio University

*Offprint requests to:* Kenji WATANABE, Keio University, Faculty of Environment and Information Studies, School of Medicine, Keio University.

5322 Endo, Fujisawa, Kanagawa 252-0882, Japan