

今回のテーマ：“課題の特定力”と“介入力”を鍛えるための事例研究

課題の特定力”と“介入力”を鍛えるための事例研究①

宮本亜門「前立腺がんを克服。
嫌いだった父を許したきっかけは、
別れ際に渡されたメモだった」

6月25日 **婦人公論.jp**



2019年、テレビ番組の企画で前立腺がんが見つかり、経過を記者会見で発表、話題になった宮本亜門さん。がんサバイバーとして生きるにあたり、「亜門」から改名しました。

新型コロナウイルスで打撃を受けた演劇界からの発信も続けています。

生と死の分岐点を超え、老いた父からも生きることの壮絶さを教わって見えてきたものは――

◆がんになった人が必ず通る「魔の不安定期間」 前立腺がんを克服し、元気な日々を取り戻すことができました。自分は一度死んだのだと思ったら生きることへの執着が湧いてきて、周囲の人たちから「がんになる前よりパワフルなんじゃない？」なんて言われているほどです。

以前は仕事仕事で忙殺されていましたが、今は何もかもが輝いて見えるし、どんなこともありがたい。がんは憎いけれど、これから生きていくうえで大切なことを教えてくれたのも事実。意味のある経験をしたのだと前向きにとらえています。

すべては2019年の2月初旬に健康番組の企画で人間ドックを受けたことから始まりました。

クリニックから「MRI 検査の結果、前立腺に腫瘍の影があるので、泌尿器科で精密検査をする必要がある」と告げられ、紹介されたNTT 東日本関東病院で担当医から「前立腺がんです」と告知されたのは3月18日のことでした。

もしも番組からの出演オファーをお断りしていたら……。あれが生と死の分岐点だったのかと思うと、感慨深いものがあります。

でも当時はバタバタと事態が動き始め、まず告知を受けた同じ日に他の臓器への転移を調べるためにCT 検査を、その2日後には骨への転移を調べる骨シンチグラフィ検査を受けました。

検査結果を聞きに行った25日までのあいだが苦しかった。医師から「前立腺がんは転移していなければ完治可能。しかし転移していたら厄介です」と聞いていました。

人前では冷静を装っていたけれど、家に帰って一人になるとロクなことを考えない。「もしかしたら余命を宣告されるかもしれない」とか、「仕事を続けることはできなくなるかもしれない」とか。このナーバスな状態は、がんになった人が必ず通る「魔の不安定期間」と呼ばれるそうです。僕は「悪い妄想に翻弄されてはダメだ。すべて脳が作り出した虚の世界なのだから」と自分に言い聞かせ、好きな音楽を聴いたりしながら心のバランスを保つよう努めました。

《中略》

◆中学時代に自殺未遂、高校時代には1年間不登校… がんになったことに限らず、僕の人生には「命」について考える機会がたびたび訪れます。

ニューヨークに滞在していた01年9月11日、同時多発テロが起こりました。たくさんの人の命が瞬時にして奪われたという現実が受け入れられず、心を癒やそうとタイのバンコクへ。ところが滞在初日に交通事故に遭い、頭と顔を50針も縫う重傷を負ってしまったのです。

生死をさまよう白い世界のなかで、どこからともなく「まだ生きていますか?」という声が聞こえてきて、「生きています!」と答えたところで目が覚めました。

でも一番は、21歳のときに体験した母の死でしょう。ダンサーだった母は僕を出産したときに輸血したことが原因で肝炎を患い、どんどん弱っていきました。

僕は自分のせいだと罪悪感を抱えながら育ち、全体的に自己肯定感の低い子どもだったんです。

中学時代に自殺未遂をして、高校時代には1年間不登校になって……。そこからやっと立ち直って

出会ったのがミュージカルでした。

母は、役者として初めて僕が出演する舞台の初日に、僕の下宿の浴室で脳溢血により倒れ、帰らぬ人となってしまった。

◆「一瞬も無駄にしないで生きてほしい」僕はがんになって、「今日も生きてる」と言いながら太陽を拝んでいた母の姿を思い出すようになりました。

「同じように見える景色でも、毎日違うのよ」と。当時はそんなのあたりまえだと思っていたけれど、母は「一瞬も無駄にしないで生きてほしい」と伝えていたのだなと今は確信しています。

父からは別の形で命について教わっている最中です。

実は僕は、長い間父のことが嫌いでした。父は 12 歳年上の母と駆け落ちをして一緒になったと聞いています。

でも僕が物心ついた頃には、無類の女好きで、酒癖が悪く、母はいつも「困ったお父さんなの」と嘆いていました。

母があの日、僕の下宿に来ていたのも、諍い(いさかい)の末に父から逃げてきていたのでしょう。ところが病院で冷たくなった母と対面した父は、母の髪を撫でながらキスをした。

それを見たときに、夫婦にしかわからない絆があるのだなと。
同時に自分のなかで父に対するわだかまりがスーッと溶けていくのを感じました。

もっともその後も、父はいろいろとやらかしてくれましたけど。
母が僕に残してくれた遺産の管理を父に任せていたのですが、僕が沖縄に家を建てるから返してと伝えたら、使ってしまったと言うのです。
さすがにキレて、縁を切ろうと本気で考えていた時期もありました。

許そうと決めたのは 00 年。
ミュージカル『太平洋序曲』の打ち合わせで渡米するとき、成田空港まで見送りにきてくれた父に僕はついつい愚痴や弱音を吐いてしまったんです。

別れ際に渡されたメモを機内で見たら「人生悩んでいるには短すぎる」と書いてあって、あれは心に沁みました。今も大切にしている言葉です。

現在 94 歳の父は、睾丸がんなどさまざまな病で何度も手術をしてきました。認知症も少し進み、車いす生活ですが、まだまだ生きる気満々。僕は今、父から生きることの壮絶さを教わっています。生きることは綺麗ごとではないけれど、人が生き抜く姿は美しい。僕もそうありたいと思うのです。

◆本当に大切なものは目には見えない。

コロナ禍で同業者が苦しんでいることを知った僕が、名曲「上を向いて歩こう」をみんなで歌い、動画を配信するプロジェクトを立ち上げたのも、ミュージカルを通じて人々に勇気や希望を与える自分の役割を、今こそ活かすべきだという直感に突き動かされたからです。

SNS を通じて参加者を募ったら、たちまち 600 人の方が名乗りをあげてくださって。活動によって集まったお金を、コロナ対策に役立ててもらうため、国立国際医療研究センターへ寄付することができました。

現在は、生まれ育った街である「銀座 ひと繋ぎプロジェクト」に携わっています。

僕はがんによって人生をリセットし、コロナ禍によって本当に大切なものは目には見えないのだと悟りました。その結果、人に生きる喜びを伝えるための表現方法は舞台の演出だけではないと思い至ったのです。

たくさんの人と知り合い、自分も学びながら有意義に、そしてもっと自由に、幅広く活動していきたいと思っています。

.....

「がん体験は命の勲章」～ネクストリボン 2020

宮本亜門さんの講演から～

2020 年 3 月 13 日

《中略》

僕は 10 代のとき、本当にドーンと落ち込んで、人と話ができず、1 年間引きこもったことがあるのです。

演出家になってからも、何回辞めようか、生きるってなんてつらいんだろう、と思ったか。

周りからは、「CM でコーヒー飲んで『違いがわかる』なんて言って、うまいことやってんだろ」と見えるかもしれませんが、裏側はもう、大変なんです。今も本質的には、引きこもり体質は変わっていません。

また引きこもりたくないという恐怖感もあって、入院中もオペラの打ち合わせをしたり、みんなを病室に呼んだりしました。わざわざ風船を持ってきてくれるなど、みんな一生懸命励ましてくれました。明るく明るく、と持っていた状況なのです。

退院後はノンストップで、退院した日から飛行機に乗りました。おととい初めて、1 日休みまし

た。お医者さんに「さすがに動きすぎです」と注意されました。

昨日の朝、検査に行って、ドキドキしていましたが、腫瘍マーカーの数字が下がっていた。いつどういうふうに変動するかわからないから、気を付けないといけないのですが。

いろいろ悩んだり、気持ちが上がったたり下がったりしながら、ここまで来たんです。「こうやって動けるのも生きているからだなあ」と、思います。

生きているなら、何かやろうよ

おふくろは肝硬変で、僕が小学生のころから、寝たり起きたり、でした。それでも、実家の喫茶店に出ていました。よくこう言っていました。

「おまえ、舞台やりたいなら、人間のことを知らないといけないんだから、とにかく全部見なさい。私が死ぬときも、お葬式も全部見なさい」

そして、僕が21歳のとき、下宿に僕の下着を洗いに来て、突然、風呂場で死んだのです。それを僕は引きずり出しました。それが、僕の舞台の初日の朝です。

僕はそれから、「どんなにつらいことも苦しいことも、目の中に入れる」ということをやってきました。母のお葬式は涙一つ流さずに見ました。40代で交通事故に遭って頭と顔を50針縫ったときも、ニューヨークにいて9・11が起きたときも、「目をつぶるな」と言い聞かせてきました。

母は、「私は死ぬ瞬間まで、生きたい」と、そればかり口にしていました。「本当に生きたい」ということです。

人はいつだって死ぬ。僕もいつかは死ぬ。でも、まだ生きている。

生きているなら、何かやろうよ。大きなことじゃなくてもいいんです。花を活けるでも、ちょっと冗談を言う、でもいい。

がんサバイバーは大変で、つらいし、孤独です。でも、まだ感じられることがあるなら、最後の瞬間まで、最高の人生を送ってください。

Q1、宮本亞門さんの前立腺がんの原因は、何だったと思いますか？

Q2、あなたが担当カウンセラーであれば、宮本亞門さんに、どうアプローチをして、宮本亞門さんのがんをやめさせますか？

「生き地獄の道を歩んでる」
アントニオ猪木、
度重なる療養生活に自嘲
再起の誓いに「闘魂は衰えていない！」

6/21(月) **YAHOO!** ニュース
JAPAN



元プロレスラーで元参院議員のアントニオ猪木さんが6月19日、YouTubeチャンネル「最後の闘魂」を更新。

度重なる身体の不調で長期治療を余儀なくされている状況を「生き地獄」だとしています。

腰の治療で1月から入院している猪木さん。長期化するベッドでの生活に疲れ果て、「もういいだろう、楽にさせてくれよ」とこぼしたこともありましたが、大勢のファンから寄せられる応援に支えられ、治療がもう一步のところまで完了。

しかし、1週間前となる12日には、腸捻転を引き起こして再入院となってしまったことを告白しつつ、「1日も早く皆さんにまた『元気ですか』を送りたいと思います」と視聴者に約束していました。

猪木さんはこの日のYouTube動画で、軽い屈伸運動とストレッチをリハビリでこなしたと報告。「今回、手も来ちゃったのがちょっとショックだった」と、前回の病気が影響しているかは不明ながら、左手にも何らかの不具合が生じていることを明かしています。

本調子とはいえない弱った口調で、襲い来る病魔と闘い続ける毎日を「なんか1人で勝手に生き地獄の道を歩んでるような」と自嘲気味にコメント。

一通り心中を吐露した後は、気を取り直したように明るい表情に戻って「(病を)体験すればこうやって語ることもできる」「もう少し俺もリハビリをしながら、1日でも早く退院をできるように頑張っていきます」と再起の日まで闘魂を燃やし続けることを宣言していました。

動画を見たファンからは、猪木さんの復活を心から望む声の他、「燃える闘魂はまだまだ衰えていない!」「覇気が戻ってきててすごい嬉しい」と、病と闘い抜くとした決意に安堵(あんど)し心震えるという声も聞かれました。

アントニオ猪木 出典:『ウィキペディア (Wikipedia)』

アントニオ猪木（アントニオいのき、英: Antonio Inoki, 1943 年 2 月 20 日 - ）は、日本の元プロレスラー、実業家、政治家。本名：猪木 寛至（いのき かんじ）。神奈川県横浜市鶴見区出身。血液型 AB 型。新日本プロレス設立後のキャッチフレーズは「燃える闘魂」。日本プロレス所属時代のキャッチフレーズは「若獅子」。愛称は「アントン」。複数の結婚歴と離婚歴があり（4 回結婚している）、二番目の妻は女優の倍賞美津子である。倍賞との間に娘が一人いる。1991 年にイラクのシーア派聖地カルバラーにてイスラム教に改宗しており、ムスリム名は「モハメッド・フセイン・イノキ」である。ただし、ワシントン・ポストによると本人は仏教徒とも自認する。

プロレスラーとしては新日本プロレスの創業や異種格闘技戦で活躍。政治家としては参議院議員（2 期）、スポーツ平和党代表、次世代の党国民運動局長兼参議院政策調査会長、日本を元気にする会最高顧問、同代表などを歴任。

プロフィール 生い立ち

神奈川県横浜市鶴見区生麦町（現在の鶴見区岸谷）出身。父親は猪木佐次郎、母は文子（旧姓：相良）。父親は猪木が 5 歳の時に死去。前田日明は「猪木さんの弁によると父親は県会議員か何かだったって」と著書に書いている。実家は石炭問屋を営んでいたが第二次世界大戦後、世界のエネルギー資源の中心が石炭から石油に変わっていったこともあり倒産。

12 歳で横浜市立寺尾中学校に入学するも、生活は厳しかった。13 歳の時に貧困を抜け出せるかもしれないという希望から、母親、祖父、兄弟とともにブラジルへ渡り、サンパウロ市近郊の農場で少年時代を過ごす。ブラジル移住後最初の 1 年半は、農場で早朝 5 時から夕方 5 時までコーヒー豆の収穫などを中心に過酷な労働を強いられた。

幼少時代は運動神経が鈍く、友達からは「ドン寛（鈍感）」「運痴の寛ちゃん」などと呼ばれていたが、ブラジル移住後は陸上競技選手として現地の大会に出場し、砲丸投げで優勝するなど、その身体能力を発揮する。その際、ブラジル遠征中の力道山の目に留まる。

プロレスデビュー

1960 年（昭和 35 年）4 月 11 日、興行でサンパウロを訪れていた力道山から直接スカウトされて日本へ帰国し、日本プロレスに入団。力道山から掛けられた最初の言葉は、「オイ、裸になれ」であった。上半身だけ脱がされて背中筋肉を見て合格になったという。デビュー後は、猪木の素質に目をつけたサニー・マイヤースからもトレーニングのオファーを受けた。

ジャイアント馬場のデビューと同日の 1960 年（昭和 35 年）9 月 30 日、本名の猪木寛至として、東京都台東区の台東区体育館で大木金太郎を相手にデビュー（7 分 6 秒、逆腕固めで敗退）。1962 年（昭和 37 年）11 月 9 日、沖縄県那覇市での長沢秀幸との試合において、リングネームをアントニオ猪木に改名。このリングネームは、先輩レスラー豊登による命名である。当時の名レスラー、アントニオ・ロッカにあやかって名付けられたという説が一般的であるが[12]、「ブラジル帰りの日系ブラジル人」であることを強調するためなど諸説ある。なお、本名で活動中に出演したテレビドラマ『チャンピオン太』での役名「死神酋長」を気に入った力道山は、その名を猪木のリングネームにしようとしたという。

南米での興行を成功させるための布石として力道山は当初猪木を日系ブラジル人として売り出そうとしていた（猪木自身が「横浜生まれ」だということを公にしたのは力道山の没後であった）。デビューしてからまもなく、力道山の付き人となったものの、力道山は 1963 年（昭和 38 年）12 月 15 日に死去。

政界進出、参議院議員

「スポーツ平和党」を参照

1989 年（平成元年）、「スポーツを通じて国際平和」を合言葉にスポーツ平和党を結成。第 15 回参議院議員通常選挙に比例区から 99 万 3989 票を集めて初当選し、参議院議員となる（キャッチコピーは「国会に元締め、消費税に延髄斬り」）。史上初のレスラー出身の国会議員となった。

イラク在留邦人人質解放までの真相

1990 年（平成 2 年）湾岸戦争が危惧される中、イラクのサッダーム・フセイン大統領は、在留外国人を国外出国禁止（事実上の人質）とした。その中に多くの日本人が含まれており、安否が気遣われていたが、外務省主導による、人質解放交渉は遅々として進まなかった。

解決の糸口さえ見えない外務省の人質交渉に痺れを切らした猪木は、被害者家族等を率いてあえて緊張高まるイラクでのイベント“スポーツと平和の祭典”を行うため、バグダードに向かうということを決断する。

猪木に対して外務省はイラク行きを止めるよう説得するもこれを拒否。すると今度は人質被害者家族に対し圧力を掛け「いつ戦争が起こるか分からないし、日本政府としては責任を持ってない。そんな所に行くことはまかりならん、もしどうしても猪木議員とイラクに行く場合は、……それはあなた方も含めて命の保証が無いという意味です」と猛烈に反対した。イラク邦人人質被害者家族（あやめの会）は悩んだ末に、外務省が動かないために、猪木に全てを託すことにしたのである。

1990 年（平成 2 年）11 月、猪木は日本の各航空会社にイラクへの出航を要請したが、外務省の強い圧力もあり、他のいずれの航空会社も拒否してきたことでイラクへの直行便の計画は暗礁に乗り上げた。やむなく猪木は、園遊会の会場で当時の駐日トルコ特命全権大使に懇願したところチャーター機の費用を猪木個人が負担することが条件で、トルコ大使の仲介によりトルコ航空の協力でバグダード入りが可能となった。

1990 年（平成 2 年）12 月 1 日、平和の祭典関係者や人質被害者 41 家族 46 人と共にトルコ経由でバグダード入りを果たした。この時サッダーム・フセイン大統領は、一国会議員でしかない猪木を国賓級の扱いで迎えたという。

イラクでのスポーツと平和の祭典は邦人人質を中心に人質被害者家族とイラク人観衆が会場を中心に向き合う中で始まり、12 月 2 日、3 日の両日に渡り、ロックコンサートと、日本の大太鼓を初めとする伝統芸能や空手トーナメント、そして最後にプロレスが行われ無事終了し平和の祭典は成功を収める一方、イベント開催中に家族の面談は許されたものの解放までには至らなかった。

焦りと落胆の中、帰路に着くべく機中に着いた時、フライト直前の猪木にイラク政府から「大統領からお話があります」と告げられ急遽猪木だけ飛行機を降り、この結果まず 12 月 5 日在留邦人の解放が決まり、7 日には人質全員の解放が決定する。

猪木はかつて新日本プロレスのパキスタン遠征において、格闘技の英雄アクラム・ペールワン と対戦し腕を折るなどして勝利を収めると一躍国民的一大事になり、同行した妻の倍賞美津子と共に猪木が国王と並んで国民に挨拶をする姿が当地のマスメディアで大きく紹介された。その後パキスタン人ジャーナリスト、フマユン・A・ムガールの計らいにより 4 度パキスタン遠征を行い、パキスタンでは毎年 12 月 8 日は猪木の日として登録されている。

政界引退

2019 年 6 月 5 日、第 25 回参議院議員通常選挙に出馬せず引退する意向を表明した。不出馬の理由は高齢であることや選挙に向けた野党間協定に対する思い等があることを述べた。

2020 年 7 月 26 日、自身のツイッターで、難病の「心アミロイドーシス」という病におかされていることを告白。闘病生活を送っている。

政界引退に前後して「息苦しさをを感じるようになり、階段の上り下りに息切れするよう」になったため、2019 年秋に診察を受けたところ「100 万人に数人」の特定疾患とされる心アミロイドーシスに罹患していることが判明している。

《心アミロイドーシス》

心アミロイドーシスは全身性アミロイドーシスが部分的に現れた症状であり、沈着するアミロイドの種類によって臨床所見や予後が異なる。

原因となるアミロイド蛋白により分類され、骨髓腫や M 蛋白血症で免疫グロブリン由来のアミロイドが沈着する AL 型と、甲状腺ホルモン結合蛋白であるトランスサイレチン由来のアミロイドが沈着する ATTR 型の 2 タイプが代表的な病型となる。

AATR 型は、トランスサイレチン遺伝子変異による変異型 (ATTRv) と遺伝子変異を認めない野生型 (ATTRwt) とに分類される。一般的に AL 型アミロイドーシスの方が病気の進行が速い。予後は診断時の病気の進み具合によって異なる。

心臓の組織にアミロイドが沈着することで、その結果、心室の壁が厚くなり広がる能力が低下し、さらに病状が進行すると収縮する力も落ち、治療が困難な心不全となる。また、刺激伝導系にアミロイドがたまることもあり、さまざまな不整脈も起こる。

《エピソード》

プロレス

日プロ入門当初、ジャイアント馬場は付き人を経験せずにすぐにアメリカ遠征に出され、デビュー前から給料も出ていたという完全に特別扱いだったが、猪木はその全く正反対で、力道山からはまるで目の仇のように厳しく育てられた。例えば、力道山にリングシューズを履かせる際、紐の掛け違いでも殴られたり蹴飛ばされたりしたほどであった。しばしば公衆の面前で殴られて恥をかかされた経験や日常的に「あご」「こじき野郎」と罵られた事実も後年に伝わっている。それでも力道山が死去する前日に参加していた宴席に呼び出された際、元横綱・前田山（当時既に引退して年寄・高砂となっていた）が猪木の飲みっぷりを見て器の大きさを評したその横で力道山が嬉しそうな顔で頷いた姿を見て「自分への期待が初めて分かった。あの顔を思い出すと、それまでの恨みがすべて晴れた」と感じたといい、「オレは勝手に、あの時の師匠の顔は『今後のプロレス界を頼んだぞ』という遺言というか、メッセージだったと受け止めている」とまで受け止めるようになった。

自身が力道山から理不尽な扱いを受けていたことから、東京プロレスを旗揚げした時にはレスラーが目下の人間をいじめるようなことは絶対にさせないと誓った。東京プロレス時代、給料の少なさを人のせいにして新聞寿をリング上で袋叩きにしてやろうと企てた若手一派を諷めたこともある。

アゴ

その特徴的な尖ったアゴは猪木を猪木たらしめており、コンプレックスでしかなかったそのアゴをやがては武器にまで昇華させた。藤原喜明は「スリーパーをされると尖ったアゴが肩に食い込み非常に痛かった」と語っている。モハメド・アリとの対戦前の記者会見で、アリから「ペリカン野郎」とそのアゴをバカにされるが、猪木は「オレのアゴは尖っているからそれだけ強い」と、自分のアゴをアピールした。金的と並び鍛えようのない急所である喉元をガードしている、という意味でも武器であることは、本人も認めている。

また、アメリカでタッグを組んだことがあるヒロ・マツダは、「猪木のアゴはジャーマン・スープレックスの際に相手の背中に引っ掛かって邪魔になるから、綺麗なジャーマン・スープレックスにはならない」と語ったことがある。

かつて前妻の倍賞美津子がテレビ朝日「徹子の部屋」に出演した際に、猪木の顎の深さを図ろうと、寝ている間に口を開けて、中指と薬指の2本を入れてみたら全部入ってしまった、と語っている。

その他

新日本プロレスの社長を務めていたある頃まで、藤原喜明に「社長は自閉症」と陰で揶揄されるほど寡黙で何を考えているか分からない暗い性格であったが、自己啓発セミナーに通ったのをきっかけに明るく社交的になった。

・ホームレスの人たちに食べ物を配るなどしてボランティア活動も積極的に行っている。

自身も「俺はアメリカにしか家がないから日本ではホテル住まいだ。実質、日本ではホームレスだな」と語っている。年末になると炊き出しを自ら行い、9回目となる2009年（平成21年）では

新宿の都庁前で行い 2000 人が集合、猪木のモノマネをするアントニオ猪木らも参加し手伝っている。

・キューバとパラオにアントニオ猪木の名前がつけられた「猪木アイランド」と呼ばれる無人島を所有している。2 島ともキューバのフィデル・カストロから贈られたもの。元の島名からイソラ・アミーゴ・デ・イノキ（友人猪木島）と改名され、猪木は休暇の際に利用しているという。キューバ本島からかなり離れたカリブ海に浮かぶその島は、まわりを珊瑚礁に囲まれた平坦な島で、海面が上昇すれば海に沈んでしまいそうな島である。島の周りは白砂のビーチで海水は透きとおり美しく、背の低い木、草がはえている中にイグアナがいる。

・渡米時代アメリカ人の女性リンダと結婚し 1 児をもうけるが死亡している。

その後、倍賞美津子と 1 億円の結婚式を挙げて当時の話題になった。

離婚後、22 歳程離れた妻と 3 度目の結婚、離婚。

その後、16 歳年下の妻と 4 度目の結婚をした。

4 人目の妻は猪木の肖像権、商標権、著作権管理をするマネジメント会社の副社長を務めていたが、2019 年 8 月に死別している。

・よく大量の氷を入れた水風呂に入る。のちに猪木自身が語ったところによるとこれは「糖尿病で血糖値が上がった際、水風呂に入り全身の筋肉をガチガチと痙攣させ血糖を消費させるため」だったらしい。医師は「とんでもないことだ」と驚愕し、「普通の間人は真似してはいけない」と語っている。

.....

「プロレスラーの次に大きな戦いであった」 アントニオ猪木さんが戦った糖尿病とその治療

アントニオ猪木さんが糖尿病の本を出した。現役時代に糖尿病と宣告され、20 年以上苦しんできたというのも驚きだが、それが 1 年半前に出会った治療法によって、「好きな時に好きなものが食べられる」「無理な運動も不要」という状態にまで回復したというのだ。糖尿病に立ち向かった猪木さんと、その治療を担当された東京八重洲クリニック内科・舘一男院長に同席していただき、お話を伺った。



ー一本の中に、「糖尿病は、俺の人生の中でプロレスラーであったことの次に大きな戦いであった」と書かれています。同じように、糖尿病で苦しんでいる方もたくさんいると思いますが、猪木さんの体験を知ること、とても勇気が持てる本でもありますね。また、治療の考え方や、食事のことまで丁寧に書かれていて、実践的な面もあります。本を出されたきっかけを、教えていただけますか？

猪木さん ひとつは、今回治療を受けた舘先生の本を出すということで、私が横に載るはずだったんですけど、出来上がったら、なぜか私が表になっていたという（笑）。もうひとつは、メッセージというものをどういうふうにするのか、ということですね。先生方のまじめな話も大事ですが、それと同時に、送るならなるべくたくさんの人に受け取ってもらいたい。そういう意味で、私の役割があったと思います。

ーメッセージという意味では、猪木さんの考え方・生き方というものと、病気を克服する上で実践されてきたことが、ピッタリとあった形で書かれているなと思いました。それにしても、体験した人でないとわからないことが、たくさん書かれているなあと思ったのですが……。

猪木さん 私の場合は、すべて経験したこと、体験から学ぶんですね。まあ、本から学ぶこともありますけど、それもまた、体験させられるっていう。過去、糖尿病よりすごかったのは、首を切られて、命のカウントダウン、なんて事件もあったりしましたし、リングはリングで、いろいろな戦いがありました。それは自分が職業としてやってきたことです。ですが、糖尿病の宣告をされた時は、ハプニングというか、「なんでオレが糖尿病なんだ」と……。

ー糖尿病と診断された時のことは、覚えてらっしゃいますか？

猪木さん あんまり過去のことは、覚えてないんです（笑）。どんどん、打ち消していってしまうもんですから。あえて、インタビューされて、こうでした、というのはありますけど。試合も、覚えてはいますが、自分についての記事や記録なんかはいっさい見ないですね。新聞や、テレビも見ない。そうはいっても、東京スポーツとかの見出しとかに「猪木！」とか書いてあれば、秘書に「おい、オレの悪口、また書いてあるか？」（笑）って聞いたり。そのぐらいのことはしますけど……。

ーそれは、過去をあまり振りかえないということなのでしょうか？

猪木さん なんていうんですかね……。けっこうつらい思い出もありますが、そういうものは削除しておかないと。いつまでも人の怨念を抱えて生きていくのがイヤだっていうのかな。私を裏切っ

て、隙あらばという人もいましたけど、そういうものを、自分の中に残さないんです。まわりのヤツの方が怒っているね、俺よりもね。そういったエネルギーは、振り子みたいなもので、プラスとマイナスに振れるでしょう。人間は、あれもしたい、これもしたいというのがありますが、でも「おい、ちょっと待てよ」と、その瞬間に振り子を振り戻すようにしないとね。ある意味、私なんかは、常にそういった訓練をしておかないと。1回振ったら、もう1回、もっと強く振り切ってしまうといけないですね。

ーやっぱりお話1つ1つに、戦われる姿勢というか、立ち向かう生き方が感じられてスゴイなと思うのですが、20年間、糖尿病と自己流で戦ってこられた、というのが本の中にありました。自己流というのは、日々の健康管理、ということですか？

猪木さん 当時も、インスリンか薬かという選択もありましたが、そのときは若かったし、体力がありましたから、食事をおさえてランニングなどの運動をして、という自己流のやり方でも、血糖値がある程度下がって、なんとかコントロールできていたと思うんですね。ところが、国会議員になって、運動の時間が減って、なおかつ、食事会などが重なると……。とくに外交をやっていたから、海外で出された食事を食べないわけにはいかない。それで、血糖値の降下剤を勧められて使ったんです。ただ当時は、朝だけの計測で「食事のあとに血糖値があがる」ということについては、それほど意識していなかった。朝、120以内におさえられればいいかなと、そう思っていました。それより高い時は、氷風呂とか運動とかで調整していたんです。

それが、だんだん年を重ねてきて、膝が悪くなって、腰も痛くて、運動量も減ってくる。みんな「猪木さんなら、運動しているんでしょうね」っていいますが、本当は、体が動かさなくて、運動ができなくなったから、現役を退いていくわけでしょ。今も自分なりの運動はしてるんだけど、そんなにね、運動はしたくないもんですよ。ずっと体を使ってきて、何十年も体を酷使してきましたから、体もかわいそうで、休ませてあげないと。年を取ったら、なおさらのこと体を動かしたくないじゃないですか。そういう意味で、血糖値がコントロールできなくなりまして……1年半前ですが、東京八重洲クリニックの舘先生との出会いをいただいて。体を動かせる時はいい、動かさない時は？ 今日、これだけ食べたいなら？ というのを全部コントロールすれば、「これを食べてしまうと、血糖値があがってしまうんじゃないか」というような心配がいらなくなった生活になりました。

これは、それまでの概念とまったくちがってたんですよ。本にも書いてあるけれど、肉とか油っぽいものとか、カロリーが高い食べ物は「絶対ダメです」って普通のお医者なら、そう教えます。ところが実際は、自分で血糖値を計ってますけど、そういったものを食べてもほとんど血糖値はあがら

ないんです。

先生のお話を聞いている中でわかったことのひとつに GI 値というものもあります。それまで、ごはんについては、そんなに意識してなかったのですが、150 グラムのごはんを基準に、それを食べるのにインスリンがどれだけ必要かというのがコントロールのベースになるわけです。それまでは、ごはんをたくさん食べて、おかずは少なめとかにしていたけれども、ごはんをある程度おさえて、GI 値の低い食品を食べるほうが重要なんですね。だいたい似ているですよ、糖尿病になる人の食べたいものというのは。俺は丼飯が好きだとか、肉が好きだとか。毎日バランス良く食べればいいんです。食べたいものを無理にがまんすることはないし、飲みたい酒も少々ならいいじゃないですか。コントロールできていれば、かえって健康にいいんじゃないですか？

《中略》

ーそれはすごいですね。ほんとに、正しい知識で、自分で自分の体をコントロールできるのが1番ですね。

猪木さん なんにしても、血糖値のコントロールができてくると、それまで秋になると踵がザラザラになっていたのがなくなりました。肌もツルツルだし。朝、起きた時に、舌が口にベタッと貼りついてたのも、口が乾くということもなくなってきた。歯みがきの後で、舌をヘラで掃除するんですが、体が良い状態のときには、全体にキレイですよ。いろんな部分で、体のチェックというのができる。そういったことをベースにして、それぞれが健康管理をすればいいんじゃないですか。

自己管理ということでは、医療費の問題もありますね。医療費の国家予算で、毎年一兆円ずつ上がっていったんですよ。俺が議員になった時には18兆円で、それに消費税を投入するかしらないかという議論をしたんですけど、今では35兆円ですか？ もう破綻しちゃってるわけでしょう。医療費の削減という意味では、健康の自己管理というのは、国家のためでも、自分のためでもある。

それに、国家だのなんだの言わなくても、せっかくの自分の人生でしょう。糖尿病と宣告されたら、それこそ、死刑執行じゃないけど、ガツーンと落ち込む気分になります。そんなことないよ、ぜんぜん大丈夫だよ、と。本にも書いてあるような、それなりの指導を受けないといけませんけど。そうすれば、毎日、人生の3大欲望の中のふたつは大丈夫だな、と（笑）。

――大事なことですよ。生きていく上での楽しみというか、ストレスなく生きたいと思います。

猪木さん「元気があればなんでもできる」って、サインの色紙にもよく書きますけど、こういう先生との出会いをいただいて、いろいろなお話を伺って、俺なりにもいろいろ考えてみると、やはり、国民全体に元気がなくなってきてるんじゃないかって思いますね。

たとえば、「1、2、3、ダッコ！」っていうのが流行ってるんですよ。先日、たまたま女の子が寄ってきたから、「1、2、3、ダー！って知ってますか？ やりましょう」ってやっていて、そのうち、手をあげないでダッコしたらね、もう、すごくウケてね。この本のサイン会でも、何人にもやりましたけど、それはウケてましたよ。

それはなにかっていうと、つまり男が元気なくなっちゃったんですね。ひとつには、社会の中でセクハラだとか言われたりというのがありますけど、男は、本来はもっと女性に積極的であったんですよ。それが、現代では、ほとんどの人が行動に移せない。セクハラとかそういうことじゃなくて、もっと握手してもいいし、スキンシップというか。アメリカでは、男でも女でも、出会ったらヤアヤアって抱き合う。少子化ということで考えても生活や養育費の問題もさることながら、それよりも、女性は強い種を欲しがっているのに、強い種が見つからないんじゃないですかね。バカな話かもしれないけど、本音をついてる部分があると思うんですよ。

政治家だと、いや、これからの時代、子供を産んでも養育できないから……っていうけど、途上国でも、みんなバンバン産んでるんじゃないですか。それはやはり、いまの日本の男子に元気がなくなっちゃって、女性も本能的にそういう種はいらない、と感じているんじゃないかな。

《中略》

――そうですね、前段の治療が適切に行われていれば……。

猪木さんそこまで、ひどくならなくてすんでる人もいるわけです。そういう怒りだと思うんですよ。ズバリいえば、本のタイトルも「危ない！」じゃなくて、「怒り！」でよかったかもしれないな、そのくらいに思っています。

世の中全体、怒りが足りないんですね。言葉を誤解されると困るんだけど、人間には、喜びや怒りや、いろいろな感情があるもんですが、それがなにか、去勢されちゃったみたいだな、と。今回の政治（選挙のこと）もそういう現象から起きてる部分もあるんじゃないかな。

アメリカでは、レストランで食事していると、隣のテーブルから大きな声が聞こえてくる。大勢で楽しそうに笑っていたりね。ところが、日本のレストランで笑い声が聞こえてきたことがないですからね、シーンとしてて。マナー的に良いか悪いかは別にして、食事っていうのは、リラックスして、開放されて、いい仲間と食べていると、必然的に話もわいてきて、笑いも声も大きくなるのに、日本には笑いがなくなってしまった。

そういったことが、さきほどの「元気」とも、つながっていると思いますね。

正直言って、健康というものは、痛いところがなく、どこも病気がない人をいうのだと思う。ただし、俺はもう健康とは逆だものね。痛風もやったし、糖尿病だし、そのほかにも腰は痛くて、ヘルニアじゃないけどスベリ症で、膝の関節もひどい。そういいながら、こうしてがんばって、生きているよ、という姿をみなさんに知らせたい。よく片足が無かったり、障害がある人ががんばっているというテレビ番組があったりしますけど、そういう人たちと同じ状態の人もいるでしょう。けれど、そこでのちがいは、あえて前に踏み出して生きている人と、もうダメだと引いてしまっている人のちがじゃないのかな。

この本を手にとってくれる人の中には、糖尿病でたいへんな人もいるだろうし、糖尿予備軍とか、いまは健康でもわからないだけの人もいると思うんですよ。みんなね、俺の経験でもそうだけど「俺は糖尿なんかになるわけはないよ」って思いこんでる。自惚れがあるからね。ぜったい自分は大丈夫って。で、診断されると、ガーンと落ち込む。俺もたぶんそういう時期があったと思うんですよ。だから、いま健康でも、そういうことの「気づき」というか、意識は持ったほうがいいね。糖尿は、遺伝的なものも非常に強く作用してきますし、なる前に知識とコントロールができていれば、インスリンのお世話にならなくてすむ。なってしまった場合には、こういう対処法を知ってうまく対処して、前向きに生きてもらえれば、ね。

で、俺は、少子化対策委員長（笑）になったので、よろしくお願いしますよ。わかる？ みんなけっこうそう言う、私も私もっていうけど、ほんとにわかってます？（笑）男として、できた子供は心配するな、みんな面倒をみるぞってことですよ。これは、がんばらにゃ。（笑）

――さすが猪木さんですね。今日は貴重なお話を、ほんとうにありがとうございました！

《中略》

恩師・力道山との邂逅

—— そのころ、力道山にサンパウロで会われたわけですね。

じつは力道山は、1年ほど前ブラジルに1回来ていて、農園で働いたころ試合を見に行っていたことがありました。その時は兄貴に「力道山に会わせてやる」と言われ楽しみに試合を見に行っていたのに、会えませんでした。がっかりした記憶があったのです。翌年、2回目にブラジルに来たとき、青果市場長が力道山の招聘委員をしていて「力道山が有望な若手プロレスラーをブラジルで探している。誰かいないか」と言ったところ、誰かがわたしのことを推薦してくれたのですね。それで、わたしが力道山の泊っているホテルに連れて行かれたわけです。

—— その運命的な出会いで、猪木さんはどこを認められたのですか？

いや、ただ上着を脱いで背中を見せろ、といわれて背中を見せました。そうしたら、俺といっしょに日本に來い、と言われました。

—— ただ、それだけ？力道山は猪木さんの背中を触ったのですか？

触らなかった。見ただけです。力道山は1週間くらいサンパウロにいましたが、その間試合も見ました。その後、あわただしく力道山と一緒に日本に帰りました。力道山の耳には、わたしが砲丸投げで優勝したことは入っていたと思います。それと鎌を使った農作業や青果市場で荷運び作業で鍛えられた背中の筋肉をみて合格になったのでしょいうね。まさか日本に、こんなに早く帰れると思っていないし、お袋は靴や洋服はどうするのって心配していましたが、わたしは裸一つで帰ればいいと思っていました。当時はサンパウロからプロペラの飛行機でブラジルを後にしましたが、もう夢のようでした。

—— そうすると慌ただしい帰国までの1週間だったのですね。それで東京に帰って

きて生活は一変するわけですね。

羽田に着いたら何千人のファンが待っていて日の丸を振っていました。その足で力道山の大森の自宅に行って、「ここに下宿して人形町にある道場に通え」と言われました。最初の日だけ力道山と一緒に車で行ったのですが、2日目からバスで通いました。これまで自分の周りには、わたしより大きい人はいなかった。それが大きい人ばかり。マンモス鈴木とかジャイアント馬場とか。知らない人も多かったが、豊登さんだけはブラジルに行く前にテレビで見えて知っていました。

—— そこでトレーニングを始めたわけですね。

ダンベルを使ったトレーニング、屈伸、腹筋、腕立て伏せ。1日500回ずつやれ、と言われたが、そんなに簡単なものではないですよ。2、3日トレーニングしたら歩けなくなりました。疲れて帰りのバスで居眠りをして乗り過ごして、お金がないから歩いて帰ったこともありました。

—— いっごろから身体作りからプロレスの練習に入ったのですか？

半年くらいあとですかね。最初は先輩から教えていただいて、2、3ヶ月したら勝てるようになりました。兄貴が空手をやっていて、教えてもらっていたことや、ブラジルで自然に身についた身体、そして天性のものがあつたのでしょうね。ブリッジだけは強かったし。柔道出身の先輩が多かったのですが、ブラジルから来た経験もないやつ、ということでわたしのことを舐めていたのもあつたのでしょうね。とにかくスパーリングで勝てるようになったので、試合に出てみろということになったわけです。

ほろ苦いデビュー戦。力道山の指導は理不尽だった

—— それで、いよいよプロレスにデビューすることになりますが、最初の相手は誰でしたか？

大木金太郎さんです。10歳くらい上のベテランですね。試合の内容は、よく覚えていないのですが、10分くらいでしたか、あっという間に終わってしまった。大木さんは若手の中では1番強かったからフォール負けでした。同じころ馬場さんもデビュー戦を戦っていますが、相手は田中という相撲出身の人で弱い人だった。馬場さんはプロレス未経験の人が相手で、俺は大木さん。ちょっと疑問に思いました。力道山は、わたしに対しては、すべてに対して厳しかったですね。

—— そうすると、そうしたものをバネにしてトレーニングしたのですね？

一つひとつ、そうした師匠・力道山の理不尽な部分も耐えていきました。やはり戦後最高のヒーローですからね。力道山の非常識な、常識では計りしれないような部分も感じていました。ただ、力道山の家の下宿していた関係で、内弟子というか付き人みたいなところもあり、かわいがってはもらいました。巡業に行っても、ほかの若い衆は、簡素な旅館に泊まるのですが、わたしは力道山と同じその土地の最高のところに泊まるわけです。そうすると食事も、その最高のものが出てくる。師匠のご相伴に与る形ですね。そんな、ありがたい贅沢もさせていただきました。

—— そうすると力道山は、猪木さんのことを、大事に思ってくれていたのですね。

そう感じたのは、力道山が亡くなる1週間前のことです。巡業から帰ってきた日のことで、他のレスラーは家に帰ってしまっており、道場にいたのは私1人でした。たまたま大相撲の前田山親方が

来ていて、力道山から電話がかかってきた。「誰かいるか？ちょっと上まで上がってこい」と。押っ取り刀で駆けつけると、「駆けつけ3杯だ」とジョニ黒の入ったショットグラスを渡されて3杯飲まされました。そうすると前田山親方が「こいつはいい顔しているな」と言われて、それを聞いた力道山が「そうだろう」と言わんばかりに笑っていた。それを見たら「この人のためだったら」と思えたのですよ。そうでなかったら、俺が北朝鮮にも行っていないだろうし、師匠を恨みっぱなしで終わっただろうな、と思う。本当にありがたい。天がやってくれたな、と思いました。

ちょうど、その夜に赤坂のクラブで刺されたのですから。神の巡り合わせというか、今考えれば自然というか、不思議な話です。

—— そのほか、力道山から褒められた話とかはないのですか？

1度もないですね。ぶんなぐられてばかりでした。でも自宅に下宿させてくれて、近くに置いてくれたのは何か伝えたいことがあったのでしょね。ただ 17 歳で入門して、理由もわからずぶんなぐられていましたから、包丁を持って刺そうかと思ったこともありました。実際には持たなかったですけどね。

—— それで力道山が亡くなったあと、行動を起こされましたね。

力道山が亡くなったあと、アメリカにいきました。前々から誘われていたのですが、アメリカへいけば稼げるだろうと思って。最初は、ハワイから入って、座長格が豊登さんだったのですが、島巡りになると「猪木にまかせた」と言って行かないのですよ。それで、わたしがメインイベンターになる。ギャラも良くて1ドル308円のころ、こんなにもらってもいいのか、1年アメリカにいたら大金持ちになれると思いましたよ。でも、それはハワイだけでした。そのあと、本土に渡ると、シーズンオフということで、試合がないし、あってもギャラが安い。アメリカは広いので、州やプロモーターによって、ずいぶん条件が違っていました。

《中略》

今後の夢は？オリンピック、スポーツ庁にもの申す

—— その後、UFO、IGF など新しい組織を作られていますが、今後の格闘技の世界の夢はなんですか？

私の哲学の中に花というのがある。花は咲いているうちに勝負しないといけない。だから一瞬一瞬本当に火花を散らしていける人生、それを自分で見せたい。その背中を次の世代の人に見せたい。

—— 2020 年に東京でオリンピック・パラリンピックが開催されますが、これにつ

いてはどう思われますか？

オリンピック自体の構造を変えなければいけないと思います。今のオリンピックは、もう限界に達しています。1984 年のロサンゼルスオリンピックでピーター・ユベロスが民営化に成功しましたが、あのやり方は、北京オリンピックで終わりましたね。オリンピック精神の原点に戻らないと。それと日本の精神を訴えてオリンピック精神と合わせたようなものを訴えるべきでしょう。

《中略》

—— 猪木さんのご著書を読むと、かなり「不倒不屈」という言葉が出てきます。これは、そういう精神を大切にしているということですか？

皆様が思っているほど精神力が強いわけではないですが、だからこそ自分を律していきたいという戒めですね。政治の世界でもそうですが、「ぶれないこと」が大切です。よく「元気があればなんでもできる」というのですが、これはもともと高橋是清の言葉らしい。わたしも知らないで使っていたら、高橋是清の子孫の方から「うちのご先祖様の言葉をつかっていただきありがとうございます」というお手紙をいただきました。そのあと、実際にお会いして著書もいただいたので読んでみたのですが、そういう先人の言葉は、本当に重みがある。今も実際に外交問題に足を突っ込んでいますが、相手は腹をくくっています。20 年前には考えられないネット社会に突入していますし、これからの 10 年、どう変化していくのか。それに大切なのは、ぶれない不倒不屈の精神だと思います。

—— 猪木さんのご著書を読むと、ずいぶん人に裏切られる場面がでてきますが、猪木さんは恨んではおられません。その包容力というか度量の広さは、どこにあるのですか？

“千の風になって”、じゃないですけど、わたしはそこにいませんからね（笑）。過ぎてしまうと忘れてしまうのですよ。人を恨むエネルギーを他にもっていつてしまうからでしょうね。

—— 最後に、これからの日本を担う子どもたちにメッセージをいただけますか。

ちょっと人からはみ出してみる、それが大事じゃないでしょうか。学校の先生が生徒にいうのは難しいかもしれませんが、非常識を 1 ミリすることで、まったく別の世界が見えてくることがある。ちがう自分が見えてくる。だから 1 ミリの非常識を薦めているのです。

Q1、ご本人曰く『生き地獄の道を歩んでる』という状態は、猪木さんの背景にある、どのような前提や信じ込みが、そういう状態を創り出していると思いますか？

Q2、あなたが担当カウンセラーであれば、猪木さんに、どうアプローチをしていきますか？