

# 日野原重明 さん（医師、医学博士）

いのちは「自分が使える時間」。  
少しでも人のために使えるように

九一歳の時から全国各地の小学校で、主に小学五年生を対象にして「いのちの授業」を行なってきた私は、一〇歳の子どもたちに自分の思いを伝えておきたいという気持ちから、二〇〇六年に『十歳のきみへ——九十五歳のわたしから』という本を富山房インターナショナルより出版しました。その一部は小学校の教科書にも紹介されて、版を重ね続けるロングセラーになりました。今も届けられている、たくさんの子どもたちからの感想は、とても励みになっています。

「いのちの授業」では、いのちとは

「自分が使える時間」のことだという私の考えを伝えます。そして、世の中をよくするために、「ゆるしい心を持つこと」と「おとなになった人のために自分の時間を使ってほしいこと」を、子どもたちにわかりやすく語ります。私の最高の友であり、宝物である一〇歳の子どもたちに、「いのちと時間」について今まで言い切れなかったことを、もっと力を込めて語りたいと思って書き上げた一冊が『明日をつくる十歳のきみへ——一〇三歳のわたしから』です。自分の書いた最高の本を、私は「Let's Go On!（まだ行くぞ）」の言葉で締めくくりました。



『明日をつくる  
十歳のきみへ  
——一〇三歳の  
わたしから』  
1,100円  
富山房インターナショナル

『十歳のきみへ  
——九十五歳の  
わたしから』  
1,200円  
富山房インターナショナル



ひのはら・しげあき  
1911年山口県生れ。聖路加国際病院名誉院長、ライフ・プランニング・センター理事長ほかを務める。長年にわたり日本の医療の発展に貢献し、'99年文化功労者に選ばれ、2005年文化勲章受章。著書多数。