

講演後のレジュメ

野尻雅美（千葉大学名誉教授）

老いに生きる—QOL 座標理論—

1998 年、WHO は健康の概念にスピリチュアルを加えました。私は即座にこれを取り入れて「QOL 座標理論」を想出しました。主観的 QOL イノベーションです。本理論の特徴は QOL、スピリチュアリティなどの抽象概念の視覚化です。

今回の報告はサクセスフルエイジングに的を絞り、私の看取りの体験、入所者・通所者の生活、西伊豆研究、関連する文献、超高齢者の私自身の経験などから、美しい QOL を保持、増進する生活法を抽出し、「老いに生きる詩」とし書いてみました。老年になってもウルマンの「青春の詩」で生き、老年になったら「老いに生きる詩」で生き、そして逝きましょう。

本論文（講演・本書）には多くの方々からの高評が届いています。その中でユニークなもの、「 $E=mc^2$ ですね」、「浦島太郎伝説ですね」、「エンドオブライフ哲学ですね」などです。私は美しい死を見据えて哲学していたのです。

本論文の理解を更に深めたい方は「老いに生きる—美しい死への QOL（人生の質）」（青春出版社）アマゾンをご覧ください。文献として利用されたい方は、日本健康医学会誌 28 巻（2019 年）と 29 巻（2020）を参照してください。