

看護大通信

117

戦国時代には、戦で華將上杉謙信公もまた、脳たと考えられ、高血圧々しく散ることが武士の卒中で倒れています。毘沙門天の化身として生涯の食文化は、謙信公の譽れとされていたように、沙門天の化身として生涯の食文化は、謙信公の将も少なくなはありません。独身を貫き、肉を食さず、に粗食を心掛けるなど、厳しい制約を自分に課して、諸説ありますが、忠輝公のお舅(しゅうと)にいたという話は有名です。伊達政宗公は腹膜炎、自す。そして、塩や梅干し、みそをつまみに酒を嗜しむ無類の酒好き多い現状です。

仙台伊達家をは

じめ、盛岡南部

家、会津若松

蒲生家、米沢に

移封となった

県立看護大学 基礎看護学 助手 内藤 みほ

武将の晩年から健康を考える

上杉家など、名だたる大 晩年は信州諏訪の大自然 他共に認める健康オタク であったとも言われま 名達が関わった全国に誇 に囲まれ、俳句や茶道な であつた父家康公はてん す。塩分過多、アルコールの過剰摂取に加え、戦 れるお城です。忠輝公は、 どをたしなみ、心穏やか ぷらにあたつてという説 ルの過剰摂取に加え、戦 其の父家康公に愛され に過ごせたのでしょう がありましたが、近年で 国武将の宿命である、 が送れるよう、考えて ず、不遇な幼少時代を送 か。当時では珍しい92歳 は胃がんではなかつたの 常に死と隣り合わせで みるのはいかがでしょう っていたようですが、 という天寿を全うしてい かと言われています。 過ごす日々は、精神的 か。 高田入城時には60万石 ます。 わが上越が誇る義の武 ストレスをかなり高め