

年男所感



函館市医師会
国立病院機構函館病院

米澤 一也

未年を迎えるにあたって年男として何かを書くようにと、道医師会から依頼が届いたのを見て、自分が還暦というその年になったのかと、実際のところ頭がぐらっとくるような浮遊感というような現実との乖離のようなものを感じた。

還暦で子どものころに記憶にあるのは、祖父が赤いチャンチャンコと帽子をかぶって、大勢の親戚に囲まれてお祝いをしていた姿である。その時は何も疑わずに祖父も老境に入り、これからはのんびりと過ごすのだなあと思ったのを覚えている。私の父の時も赤いチャンチャンコと帽子をかぶっていたのを覚えているが、ちょっとだけご老人というには早い感じはしたが、そんなに違和感も感じなかった。さて自分の番になると、何をどう受け止めたらいいのか見当もつかない。

いまだき多くの60歳はほとんどが現役で頑張っておられると思うが、私もまだ引退は許されそうもないし、実感としてもわいてこない。しかし客観的に見れば髪も白くなりつつあり、少し運動すると夜寝ていて足が攣りそうになったり、実際に攣ってのたうち回ることも多くなってきた。一度など、ふくらはぎの筋肉が攣ったため、目が覚めてあわてて足関節を背屈して回復を図ろうとしたところ、今度は前脛骨筋が攣り、慌てて足関節を底屈させたところ、腓腹筋が攣り、どうにもこうにもならず、前脛骨筋と腓腹筋の攣るのにまかせて油汗を流して耐えていたことがあった。確実に筋肉が神経の変化が起きているようだ。おかげさまで患者さんには評判の良い芍薬甘草湯の効力を、自らも実感することができた。

確かに、時々記憶があいまいになったり、さっきまで覚えていたように思える固有名詞が飛んでいってしまったりするので、脳も衰えていることは間違いないが、精神の方はいまだに成熟する心配がない。良く患者さんや身内から、自分では若いつもりなんだけどねえ、という言葉聞いていたが、自分の場合、若いつもりというよりさっぱり変わった感じがせず、若ぶるつもりでもなく、そのまんまという感じで、これはこれでこの先ひずみが出るような気がして不安でもある。

小学校のころ加山雄三の大ファンであり、若大将シリーズをよく見に行った。憧れもあってなのか、相当にレベルは低いもののちょっとかじったスキー

やギターやピアノなどはいまだに趣味として楽しめているのは幸いである。その加山雄三も77歳で旭日小綬章をもらったようだが、確かに若い。さすがに人は必ず老いることは医師として嫌というほど見てきたが、どうせ老いるなら今後もあんな風に行けたらと思うが、どうなるものか？

子どもたちもまだ大学受験を控えている世代で、彼らの聴く音楽を共に味わうことができている、息子の方はなぜか年齢とは少しずれているスピッツの大ファンで、私の方は、どんぴしゃりというよりは少し？年がいつているが嫌いではないので、息子のギターに合わせて（息子はジャズ研究会でギターはそこそこうまいので）、初めてエレキベースを弾いてみたり、ピアノ伴奏を試してみたりと楽しんでいる。息子の楽器を買うのに私のポケットマネーを投資しているので、息子も無下に嫌とは言えないだろう。

ピアノに関しては、明らかにへたくそなのだが、コード（和音）を覚えているので、それなりに色々な音楽の伴奏は比較的簡単にできる。医師会員の中には、プロ級のあるいはそれ以上の楽器のプレイヤーがいると思うが、そんなレベルでなくともギターばかりでなくピアノもコードを覚えると世界が広がる。おそらく子どものころピアノを習った人は多いと思うが、たいていはクラシック中心で、大人になっても弾き続けている人はそれなりにうまい人だけで、多くは弾く機会がなく、新しくクラシックの一曲を覚えるには何か月も要するため、レパートリーも増えずにあきらめているのではないだろうか？ そういう私も同じで、たまにピアノを弾くと家族から「またその曲?!」と以前は非難を浴びるしかなかった。もし子どものころからピアノでのコードの弾き方を習っていたら、旋律のみの楽譜とコード記号さえあれば、ちょっとピアノを弾ける人であれば相当数の楽曲をあっという間に演奏でき、自分で楽しむにはもってこいである。日本でももう少し一般的に教えてくれる機会があれば、ピアノを一生楽しめる人がもっと多くなるのになあと思うのだが。

話題がずれてしまったが、息子と札幌でのスピッツのコンサートに行く機会があり、最新アルバムの曲を覚えて（一部はギターやピアノで弾けるようにして）参加した。入場前に息子から「恥ずかしいから、みんながノリノリの時にじっと座ってしらけていないように」と釘を刺されたが、実際始まってみるとむしろ私の方がノリノリで堪能してしまい、あとから考えると息子の前ではちょっと恥ずかしかった。翌日、診療の世界に戻り、外来でたまたま自分とほぼ同じ年齢の患者さんを診たとき、この頭頂部も少し薄くなったおじさんがノリノリだったら違和感満載だなーとふと思い、極めて複雑な心境になってしまった。ヤッパリ年なんだなあ。

普段はもちろんジャズやクラシックなども聴くの

だが、最近は子どもたちの良く聞いている“SEKAI NO OWARI (セカオワ)”や“back number”の曲から好きな曲をフォークギターの弾き語り(コード演奏によるbackingのみでソロはほとんど弾けないが)を練習して気分転換をしている。決して子どもたちに取り入ろうなどとの目論見ではなく、ただ気に入っているので演奏してみただけである。でも最近の曲はひどく言葉が詰まっていたりリズムも複雑で、昔の曲と違って難しい。やっぱり年のせいなのかなあとと思いつつ、でもほんとに難しいんだよなああと自分を納得させている。もう一歩進んで今度はジャズピアノっぽい演奏もできたらと自らに期待している。

趣味の話が先んじてしまったが、仕事の方は、国立病院機構の臨床研究部長として赴任し、ちょうど10年目となった。国立病院では、全143病院のおよそ半分の病院に臨床研究部が臨床研究センターが置かれ、世界的にも大きな規模である臨床研究ネットワークが構築されている。これは独立行政法人化されてからより体制が整えられ、EBM研究や、循環器、呼吸器、消化器、神経疾患などなどさまざまな分野でグループ研究が遂行されている。

これらのうち当院で実施可能な研究課題に参加し、研究班などに出席のため月に1~2回ほど東京や京都への出張がある。循環器科の専門医であるが、着任当初は臨床は外来と一部の検査のみであったものの、このご時世で若い医師の医局からの派遣がなくなり病棟主治医、当直、時には救急担当などにも組み入れられ、最近は4週で5回の泊まりであった。年齢を重ねるに従い身体的な負担は軽くなるどころか正味重くなっており、さすがに若いつもりでも寝られなかったときなどは長〜く尾を引いてしまうのは逃れようもない。当科では熟練の専門医がそろっており、若い人が来ればかなり勉強できる環境が整っていると思うのだが、思うに任せないのが現実である。

そんな中で、臨床での緊張と趣味のバランスは、精神を保つために欠かせないのだと思う。交感神経が緊張しきってしまった時に、もう一つの趣味として何事も忘れてガーデニング(ほとんど野良仕事)に没頭することも精神バランスを取るには本当に大きな作用を持っていることを実感している。

予想していた以上に忙しい現状ではあるが、色々な班会議に参加させていただき、臨床面でも第一線に参加せざるを得ないことから、新しい知識や薬物治療の実際の感触が分かり、いまだに好奇心が衰えずにいられることは感謝すべきことであろう。

大学時代、医師国家試験対策に10人ほどのグループで勉強会をしており、(いまだにその仲間旅行に行くこともあるのだが)、学生時代に私が糖尿病性昏睡のインシュリン治療法について担当説明した折に、このやり方は古くてこちらが新しいのだとあまりに繰り返したので、その一人から、「お前だったら

60歳になってもまだこの治療は新しくてこれは古いなどと言っていそうだな」と言われたのを覚えている。その時は60歳にもなれば、さすがにそんなこともなく、半ば引退前で好きなようにやっているんだろうなああと内心想ったが、実際はどうなのであるか?

前述のように、少しは新しい知識に触れる機会があり、分不相応にもかかわらずささやかではあるが時々講演・講義を依頼されたりすることもあるのは、少し負担でもあるが、現役でいるからこそ、と身に余る有難いことと感じている。

未年の年男のしかも還暦を迎えるにあたり、思いもかけない原稿の依頼で戸惑ってしまったが、現状を記してみるつもりで思いつくままに書いてみた。気持ちはこれまで通り、年齢をことさら自覚せず、若くしようとも、年齢に見合うよう熟そうともせず、まったく自然体ではあるが、脳も含めて体の方はそうもいかないのだろうと思いつつ、その次の未年には、また読み返してみることができると期待したい。

