

還暦か～！



日高医師会
新ひだか町立静内病院

中野 昌志

皆様、明けましておめでとうございます。今年もよろしく願いいたします。

突然医師会より執筆依頼があり、何故自分にと戸惑いましたが、年男の会員から偶然選ばれたとの内容であり、「あー、そういえば還暦だったな」と改めて気付かされました。

誕生日が年末なもので毎年年男としての認識に乏しく、自分でも[年男]とは呼ばず[子年の年末生まれ]と称してきました。

同様に[還暦]もいまだにピンと来ず、執筆している現時点ではまだ1年以上も先の行事であり、どんな気持ちになるものか想像もつきません。

思えば自分が子供のころの60歳位の人って、すごく老けて見えて普通の意味でもお祖父ちゃん・お祖母ちゃんだったし、大人を超えた人っていう感じだったなあと記憶しています。

では今の自分はどうかだと顧みると、外見は「年に見えない」とよく言われます(笑)。運動はほとんどしなくなりましたが音楽活動は続けており、ポールやB'zのライブに行ったりカラオケではシャウトして騒いでおります。まだ子供は社会人になっていないし、当然孫の顔も見られるのはかなり先のことでしょう。大人だと思っても時々自覚に欠ける行動があったりと、あの頃の60歳より幼稚化しているのではないかと思わされることもあります。

視力低下・腰痛・不整脈・高血圧症・糖尿病・脂質異常症・AGAと、老化現象と服用薬はどんどん増えてくるのに改善していく要素は何も見当たりません。

それでも折角の還暦というチャンスですから、名の通り赤子に戻った気持ちになって、今までに経験したことのない何か新しいものを見つけることに注力し、これからの人生の糧にしたいなと思います。

ただこれは理想的な老後の目標とはなりますが、叶えられるとは限りません。

そこで取り敢えず現実的な目標としましては、子供が社会人になるまでの現役診療の継続、その途中で何か見つかるものがあればラッキーと考えることとします。

ちょっと緩いけど、ご同感いただけますよね？

5回目の年男の 思うところ



深川医師会
空知総合振興局保健環境部 深川地域保健室

谷田 光弘

道医師会員の皆様、いつもお世話になっております。今年もよろしく願いいたします。執筆依頼で、自分も60歳、還暦になることを思い出しました。そう言えば、最近は町を歩いていても若者に後ろから追い抜かれ(歩幅が狭くなった?)、段差のないところでつまずき(足が上がっていない?)、新しいことを始めるのは億劫で(うつ?)、体力、気力ともに着実に衰えています。

12歳、24歳、36歳、48歳とこれまで4回も年男の時はあったはずですが、ほとんど意識したことはありませんでした。

その頃、何をしていたかを思い出そうとしてみましたが、①12歳(小学生)：ほとんど印象に残っていることがありません。②24歳(医学生)：試験前くらいは勉強もしていたのですが、楯円球をただただ追いかけていた記憶しかありません。③36歳(臨床医)：結婚して子供もいましたが、覚えているのは仕事上のことが多く、家族との記憶は、子供が大病をして、かなり長期に入院していた頃のことが多く、私も仕事大好き人間だったのかもしれませんが④48歳(臨床医)：重度心身障害児・者の方々の医療的ケアをしていました。基本的に③の時期と同様で、家のこと、子供のことは妻任せであったと思います。⑤60歳(行政官)：50歳を過ぎてから、行政の道に入り、保健所勤務を始め、現在に至っています。思考パターンは臨床医の時とほとんど変わっておらず、いまだに行政官になりきれず、悪戦苦闘しています。

その時々にくらか努力もしたとは思いますが、還暦に至るまでの自分の歩みを考えると、学生時代は学友に、臨床医の時は先輩医師、同期、後輩医師をはじめ、多くのコメディカルや事務職員の方々に支えられ、行政官になってからも、多くの同僚職員や周囲の方々のサポートによって、なんとかやってこられたというのが本当のところでは、心より感謝です。

今の気力、体力では6回目の時までには、仕事はとっくにリタイヤしているものと思いますが、可能なら、60歳～72歳を思い返したときに、妻をはじめ周りの人々に、聖書が「人からしてほしいように、人にする」と述べる黄金律に沿って、自分も少しは行動ができたかなと感じられるようでありたいと思っています。