

会員の ひろば

北海道医報では、特定の個人・団体を誹謗、中傷する内容等を除いた幅広い多様性のあるご意見を掲載させていただいております。

模型飛行機趣味

上川北部医師会
名寄保健所

さいとう たいいち
齋藤 泰一

年端も行かぬ子供の頃より模型飛行機が好きで、還暦が目の前に迫った今も変わらない。私の模型飛行機人生を振り返って、思い出に強く残っているエピソードを書いてみたい。

1. タイガーロケッティA飛びすぎの件

小学5年生の頃、当時模型飛行機用固体ロケットエンジン「タイガーロケッティA」なるものが販売されていた。太めのウイナーソーセージを長さ2～3cmに切ったような円柱状の固体燃料を、アルミのケースに挿入し、導火線に着火すると20秒間くらい燃焼ガスがノズルから勢よく噴射してくる。その反動を推力とするまさしく固体ロケットエンジンそのものであった。これをバルサ（南米産の比重の小さな木材。軽いので模型飛行機に頻用される）で作った模型飛行機のおなかに装着し、飛ばすわけであるが、私の場合飛ばした場所が野球場1.5面くらいの広さだった。初体験なのでどれくらい飛ぶのかよくわかっていなかった。手を離れた機体はゆっくりと旋回しながら、自分の想像していたよりも遙かに高い高度まで上昇した。20秒間動力が稼働している模型飛行機というのは、うまく調整がとれていると相当の高度を稼ぐものだ、というのはずっと大人になってから理解した話。結局小5の私の想像を遙かに超える高度に達した機体は、エンジンの燃焼が終わった後緩やかに滑空に移行し、遙か彼方の住宅街に没してしまった。姉と二人で怪しい捜索隊となりあちこち他人の庭など探し回ったが結局見つからずじまいであった。せっかく買ったタイガーロケッティAもその一回の飛行で無くしてしまったのであった。模型飛行機は飛びすぎると失うという真理を身をもって体験した小5の秋であった。

2. ラジコンエンジン指ぶちぎり体験

40代の半ば、富良野に勤務していたとき、ラジコンのエンジン飛行機に没頭していた。ラジコンフライヤー歴すでに10年以上、手際よくエンジンをかけ、キャブレターを調整しようとしてエンジンに手を伸ばした瞬間、左手の人差し指から薬指まで3本を回転するプロペラで激しくはじかれた。どっとあふれ出す血。全くの注意不足だった。指は動くので腱は断裂していないようだった。土曜日だったが富良野協会病院の整形外科の先生を煩わせて10針くらい縫っていただいた。カルテを盗み見ると「ラジコンのヘリコプターで指をけがしたとのこと」となっており、しかし「ヘリコプターでなく飛行機です」と言う元気もなく、不注意を反省するばかりであった。抜糸は先生の許可を得て自分でしてしまった。やはり慣れは恐ろしいもの、初心忘れるべからずと自戒することしきりであった。

3. 名刺も飛ぶってほんと？

長年模型飛行機趣味に興じていると、変なものも飛ばしてみたくなったりする。飛行機は模型も実物も主翼に発生する揚力で浮かぶ。縦横左右の安定がとれば名刺でも滑空できる、といわれている。二宮康明さんという紙飛行機の大家がそう著書に書いている。あるとき、ほんとにそうか試したくなった。名刺一枚を折りもせず切りもせず、滑空させられるか？ 飛行機には普通縦の釣り合いをとるために水平尾翼が付いている。名刺一枚ではそれができないから、一種の無尾翼機ということになる。無尾翼機は尾翼なしで縦の安定を得るために、主翼の断面をS字状に湾曲させるとうまくいくということになっている。かつ、重心の位置が重要で、名刺の前縁から約25%の位置に重心を持つてくる。そのために、ゼムクリップを前縁中央に取り付けて調節する。これで用意はできた。あとは風のない室内でそっと前へ押し出すように飛ばしてみる。何度か調整を繰り返すと、やや不安定に左右に揺れながらも、立派に滑空した！名刺も調整次第で飛ぶことを体験した。なにごと調整が大切、と一人で納得したことであった。

模型飛行機はときにおもちゃの飛行機とか言われたりするが、それはどうだろう。飛ぶ原理は実物と何ら変わらない。違うのは大きさである。大きさが違えば、気流の速度や空気の粘度や翼のサイズから計算されるレイノルズ数という指標が大きく異なり、これが小さいと（翼のサイズや滑空速度が小さいと）翼としての効率が悪くなる、という。つまり模型飛行機は、実物に比べて効率のよくない翼であるが、同じ原理で飛んでいるということである。こちら辺が面白くてたまらないのかもしれない。死ぬまで模型飛行機趣味は捨てられないような気がしている。

レイ・トレーシング

札幌市医師会
中野整形外科医院

なかの
中野 とおる
達

レイ・トレーシング (Ray tracing、光線追跡法) とは、コンピュータ・グラフィックスの手法の一つです。三次元空間に、数式で記述された物体 (平面、直方体、球などの二次曲面、etc.) を配置して、光源、視点、スクリーンを設定し、計算によって画像を作成します。具体的には、視点からスクリーンの各点に向かう直線 (光線) が配置された物体に当たるかどうかを判定し、当たった場合、その交点での物体の性質 (表面の色、鏡面か透明か、など) によってスクリーンに映る色を決めます。鏡面や透明物体の場合は、反射や屈折した新しい光線に対して同様の操作を行います。また、新たに交点から光源に向かう光線を計算し、これがほかの物体に当たった場合、この点は影になります。アルゴリズムとしては非常にわかりやすいですが、実際の計算量は膨大です。30年近く前、興味があって、いろいろな本を参考に自分でプログラムを書いてみました。

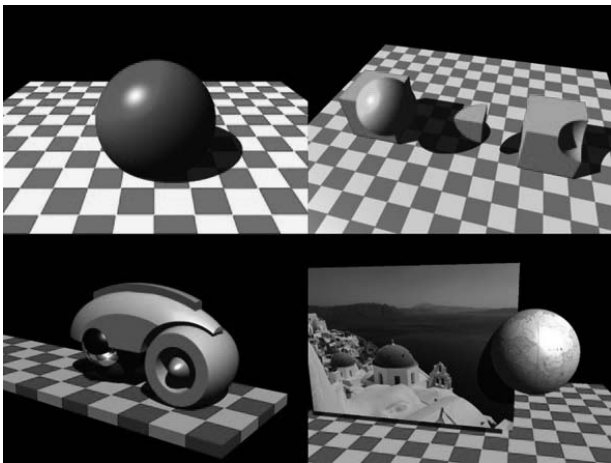


図 1

図 1 左上は、最も簡単な球の画像です。基本的な物体は単純ですが、これらを集合演算の、和、積、差のように組み合わせると (図 1 右上)、工夫次第では、かなり複雑な画像を作れます。図 1 左下は、当時参考にさせていただいた本に載っていた画像のデータを使って計算したものです。物体の表面に写真などの画像を貼り付けることもできます。図 1 右下のように、球に世界地図を貼ると地球儀のようになり、薄い直方体に写真を貼り付けると、額のようになります (写真は、ギリシャのサントリーニ島で撮ったものです)。

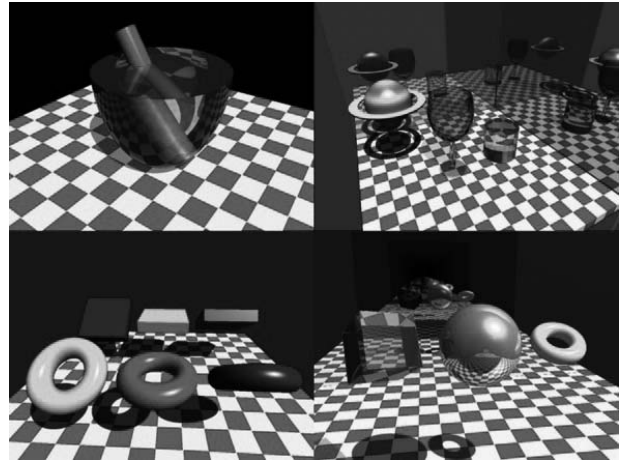


図 2

物体の表面を鏡面にしたり、ガラスのように透明な物体を作ることでもできます。図 2 左上は、丸い水槽に棒が入っているようなイメージです。屈折率を 1.5 に設定しています。図 2 右上では、ワイングラス、円柱のプリズム、土星的なものを作ってみました。右横と奥に鏡を置いています。

ただ、30年近く前のパソコンの性能では、少し複雑なものを作ろうと思うと、計算に24時間以上かかるため、しばらく遊んだ後はずっと放置状態でした。ところが1~2年前に新しいレイ・トレーシングの本が何冊か出版され、興味が再燃しました。当時、基本物体に入れたかったものにトーラス (ドーナツ型) があったのですが、とても難しく、今のようにインターネットもなかったため情報も得られず断念しました。現在では、ネットからたくさんの情報が得られるため、トーラスにチャレンジし、かなり時間はかかりましたが何とかできました。図 2 左下は、単純にトーラスと四角い板を回転させたものを描画しました。図 2 右下は、前後に向かい合う鏡の間に赤っぽく透明な直方体と緑っぽくて表面が鏡面の球と青いトーラスを配置してみました。パソコンの性能が30年前と比べて飛躍的に向上したため、24時間以上かかっていた計算時間も数分から数十分と劇的に改善されました。

かなり特殊な画像ですが、楽しんでいただけたら幸いです。

美味しいビールは バンド仲間と一緒に・・・。

札幌市医師会
札幌中央病院

すだ ゆうし
須田 祐之

子育てもようやく一段落し、妻のそろそろ「好きなことをしてみてもいいのでは？」の一言で、学生時代に吹いていたサックスのケースを開けた。吹けるか不安だったがなんとか音は鳴る。確かに自分で吹いていて楽しいのではあるが、「さて、これからどうしようか」と悩んだ。そんな時妻に、「今流行りの大人の音楽教室に通ってみては？」と勧められ、とりあえずその教室に足を運んでみた。スタジオの中には8人程の生徒さんがおり、サックス、ピアノ、ギター、ドラム、ベース（この方が先生）に別れて演奏していた。女性も3人ほどおり、私より少し若い方々がジャズのスタンダードを演奏していた。テーマが終わると、次々にソロを回していく。いわゆるアドリブというやつである。コードだけ見て直感で曲を作っていくのである。「へー」と感心して見ていたら、「須田さんもやってみてはどうですか」と言われた。「え？」と戸惑っている間に自分の番が回ってきた。急いでケースからサックスを取り出し、とりあえずワンコーラスを必死で吹いた。なんだかよくわからなかったが、みなさんから拍手を頂き、とても気持ちがよかった。言うまでもなく、このあとすぐに申し込み、1ヵ月に1度、レッスンを受けることになった。それからというもの、その日が来るのが楽しみで毎日家で練習した。妻からも「好きなことが見つかってよかったですね」と言われ、ウキウキしながら過ごしていた。自分はゴルフもできず、これといった趣味もなかったが、学生時代にやっていた経験が役に立ったようだ。教室の仲間はずべて全く医療とは関係ない人たちで、変に気を遣うこともなく、みなさんと楽しくレッスンを受けることができた。

この教室での1ヵ月に1回のレッスンにも慣れてきて、もう少し機会を増やしたいと教室の友達に話したところ、「札幌市内でセッションという形で吹くところがありますよ。そろそろ挑戦してみてもいいのではないですか？」と勧められ、意を決して札幌のライブハウスに足を運んだ。そこは私のようなアマチュアの他にも、時々プロも訪れる場所で、自分には場違いのようにも感じた。「今さら恥ずかしくてがってもしようがない。いつもの通りに演奏しよう」と、思い切って知っている曲に参加し、必死に演奏した。できが良いのか、悪いかは分からなかったが、「とりあえず迷惑はかけてない」と勝手に思い込み、その後も数曲参加させてもらった。緊張の

連続ではあったが、レッスンとはまた違った楽しさがあった。

その後は時間があるときに、お店のセッションに顔を出すようになっていった。

そんな時、思いがけずお店のマスターから「ウイークデイの空いている時にライブやってみませんか？」と声をかけられた。自分が人前でライブをしていいのか正直迷ったが、これはチャンスと思い、3ヵ月の時間をいただいて、練習に励むことになった。同時に学生時代から半ばピアノのプロとして活躍している高校の同級生（現消化器外科）にサポートをお願いし、彼と共に音楽活動をしているドラム、ベースの方にも参加していただき、バンドを結成。ライブまでの3ヵ月間、防音室まで購入して、毎日夜遅くまで練習に励んだ。バンドメンバーとも合わせる回数。私以外のメンバーはプロとして活躍されており、恐縮しながら練習に参加させてもらっていた。あまりの恐縮ぶりに、「そんなに緊張しなくていいですよ。伸び伸びやってください」と言葉をかけていただいたが、かえって緊張の度合いは増し、早いフレーズを間違ったり、ますます自分の演奏が萎縮してしまう始末だった。

そうこうしてるうち、ライブの日がやってきてしまった。お店には友達、親類、音楽教室の仲間が駆けつけてくれて、ほぼ満員状態。MCもしたことがないのに、曲紹介やメンバー紹介、さらにトークまでも行い、そのうえ演奏は人前で披露したことのない曲ばかり。ライブ中はかなり舞い上がってしまい、自分が何をしているか分からないまま時間が過ぎ、気がついたら最後の曲までたどりついてた。ありがたいことにアンコールまで頂き、最後まで曲を吹き上げて、無事にライブを終えることができた。打ち上げで飲んだビールは驚くほど美味しく、皆で写真も撮っていただき楽しいひとときを過ごすことができた。

この歳になり、こんなに打ち込めることに出合えるとは思わなかったが、このような機会を得ることができたのも、協力してくれた友人、妻、家族のおかげであり、感謝の念に堪えない。

現在も同じメンバーでのんびりとライブを続けており、メンバーが支えてくれる間は皆に頼りながらライブ活動を続け、これからも美味しいビールを飲んでいきたいと思っている次第だ。

マーラー雑感（4）

根室市外三郡医師会
町立別海病院

やまうち おさむ
山内 修

交響曲第6番だけマーラーは、標題を「悲劇的交響曲」と付けました。初演後に削除しましたが、曲は80分以上かかる壮大なものです。今回は、この第6番をより身近に視聴できるように、三つのポイントから記していきたいと思います。

①カラヤン盤に異音？

映画「ベニスに死す」（1971）が公開され、マーラーの交響曲第5番のアダージェットが話題になりました。それに触発されてか1973年にカラヤンが第5番を発表、これが彼のマーラー初録音でした。その後第6番を発表（1975-77）するのですが、この盤に「不思議な音」が入っているとのこと¹⁾。よ〜く聴いてみると、ありました。CDで第4楽章の15分49秒と16分11秒あたりの2回です。演奏の後ろで、微かに「パサパサ」という音です。榊野氏は仮説を三点上げています¹⁾が、私はカラヤンがこの音に気付かずに聴き逃したと思っています。

②バーンスタインは3回？

この第6番には、変わった楽器が使われています。牛が首に下げるカウベル、開発間もないチェレスタ、そして巨大ハンマーなど²⁾。この巨大ハンマーは木製の大槌で、大きな木製の台を叩いて音を出します（床にある厚い板を叩くこともあり）。

第4楽章で使われるこの巨大ハンマーは、「ドスンッ」と運命の一撃として「悲劇的」を象徴するものです。マーラーは楽譜に最初5発書き入れていましたが、最終的に2発にしました。これを3発にして演奏するのがバーンスタインです。1発目はマーラー長女の死、2発目はウィーンを追われた悲哀、3発目はマーラー自身の死、というのが彼の解釈とのこと³⁾。CD（1988）では13分26秒、18分30秒、29分20秒あたりに聴けます。

ちなみに「バーンスタイン」のアクセントですが、バーにあるようです。映画「ティファニーで朝食を」の1時間38分ごろに、ヘプバーンが「バーンスタイン」と言っています。

③ラトルのモノは大きい？

ベルリン・フィルの首席指揮者を16年間務めたサイモン・ラトルが、2018年に退任しました。その年の6月19日と20日に退任コンサートが開かれました。曲目は「マーラー交響曲第6番」で、NHK-BSでも放送されました。ラトルは1987年に同フィルとCDを出していましたが、今回は円熟かつ老練な演奏が視聴できます、第3楽章までは、第4楽章

も順調に進みますが、物凄く巨大すぎる白木のハンマーが出てきます。通常舞台後方の端の目立たない位置でのものが、中央部に陣取っているのです。そこで大きくない人がそのハンマーを振り上げるので、後ろに居る女性の観客たちが笑いだします。私もビックリして唖然としてしまいました。

さて、この第6番で問題になるのは、第2と第3楽章のどちらをスケルツォにするかアンダンテにするかです。2003年に国際マーラー協会が判断を下しました。「第2楽章＝アンダンテ、第3楽章＝スケルツォ」です³⁾。しかし、私は逆の方がスッキリするし、最終（4）楽章への繋がりが良いように思われます。今でも指揮者によりまちまちの演奏です。

私の推薦CDはクルレンツィス指揮／ムジカエテルナ（2016）、BDではアバド指揮／ルツェルン祝祭管（2006）を挙げます。

「悲劇的」の副題が付くことの多いこの曲は、指揮者たちから「第6番は死一色」（ジンマン）、「フィナーレは破滅の楽章」（エッシェンバッハ）などの言葉があります⁴⁾。しかし、私自身は聴き終わった後に、何かスッキリしてヤル気が起きるのです。

角皆氏は「自分の生き方として、とことん頑張っていて、それで失敗してもいいじゃないか、という悟りのようなものを得られる曲」。土井氏も「6番は私にとっても元気になる曲ですね」と対談で語っています¹⁾。先のクルレンツィス盤のライナーノーツにも、「聴き終わったら、自分が以前よりも生き生きしているように、また、良くなったように感じる曲」との記載があります。

この曲をもっと若い時に知っていたかったと思うとともに、今の悩める若者たちに薦めたいです。

〈参考〉

- 1) クラシックジャーナル041「マーラーを究める」。
- 2) モーストリー・クラシック「マーラー」。2020年4月号。
- 3) 金聖響＋玉木正之著「マーラーの交響曲」。
- 4) 音楽之友社「マーラーを語る・名指揮者29人へのインタビュー」。



道南と加山雄三

渡島医師会
新都市砂原病院

たかだ ごうた
高田 剛太

2年前に空知にある病院を定年退職となり、その後ここ道南は砂原町（現在は森町に合併）にある90床位の病院で働いている。砂原町のことは実はよく知らなかったのだが、海辺の町に住みたいという気持ちは昔から持っていた。それはたぶん子供の頃から憧れていた、加山雄三に対する想いがあったからであろう。昭和30年生まれの子にとっても、小学校5、6年頃にテレビで見た加山雄三は衝撃的であった。日焼けした端正な、そして少し野性的な顔立ち、スリムで引き締まった身体、ギターを持って歌うその姿は、まさにアポロ像のようであり、私の心を虜にした。

それ以来私の人生の目標は「加山雄三になること」であった。中学でギターを買ってもらった。しかしコードを4つ弾けるようになって、壁にぶち当たった。それ以上の複雑なコードが上手く弾けないのである。それでも歌を作って、ギターを弾きながら歌えなければ、加山雄三にはなれない。詞は書いたこともないので、1学年下の少し可愛い女の子に頼んで書いてもらった。それに4つしか弾けないコードのメロディーをつけて、何とか1曲作ろうとした。「さようなら その言葉が とても悲しい」そんな歌詞であった。しかしコード4つでは苦しい。曲は未完のままに終わった。もっとギターが上手であれば、きっと昭和の名曲となったであろう。

ギターは諦めたが、加山雄三はそれだけではない。「若大将シリーズ」の中でも、色んなスポーツに挑戦している。陸上、アメフト、スキーなどなど。スポーツ万能じゃないと加山雄三にはなれない。元々私は足が速くて、中学・高校は陸上部で、子供の頃から野球も結構上手だった。大学ではサッカー部だった。水泳も得意だ。しかしスキーは駄目だった。高校まで埼玉だったから、一度もやったことはない。北大に入ってから誘われて何度か滑ったが、全く駄目だった。おまけに安いスキー板だったから、藻岩山のギャップで真っ二つに折れた。心も折れた。もう二度とスキーはしないと決めて、10年以上過ぎた。ある夜加山雄三が夢枕に立った（まだ生きてるけど）。「お前はスキーを諦めたのか？ それじゃあオレにはなれないな・・・」それから三日三晩寝ながら考えた。当時外科医になって10年目位で、毎日とても忙しかった。娘が3人いたのでスキーにも連

れていったが、相変わらず自分は下手くそで、札幌生まれの妻が子供たちを教えていた。父親としてこれではいけないと思った。自分が一番上手になって、子供たちに教えてやらなければ駄目だと思った。当時30代後半で、やるなら今しかないと思った。忙しい外科医などやってる暇はない。職場を変えた。

〇〇急病センターで夜間働きながら約10年間、夏は登山、カヌー、自転車、バイク、サッカー、冬はスキーと遊びまくった。元々ひねくれ者で、他人に教わるのが好きではなく何でも自己流なので、スキーもなかなか上達しなかった。それでも手稲山のシーズン券を買って、毎年40回以上滑った。少しずつ上手になってきた。昔スキー検定2級の人と、準指導員の人と一緒に滑ったことがあり、その中間位だったので、自称1級である。現在は67歳で、年に10回位しか滑らないが、毎年技術は向上している。まだまだ筋力は維持されていて、元々バランス感覚はいい方なので、整備されたゲレンデよりは、あまり他人が滑らないコースの端の方の、ぐしゃぐしゃした所が得意である。大分加山雄三に近づいてきた。

そして最後のポイント。加山雄三になるためには、海辺に住まなければならない。加山雄三は湘南・茅ヶ崎生まれの、生粋の湘南ボーイである。私が今住んでいるのは、砂原町の隣の鹿部町である。ここに鹿部リゾートという別荘地があり、事務長が借りてくれた大きな家に妻と二人で住んでいる。周囲は深い森で、風呂も温泉で申し分ない。朝は小鳥の囀りで目を覚ます。職場まで車で15分だが、途中で看板があって「北海道の湘南」と書いてある。「おお、ついに自分も湘南ボーイ（オジサン）になった」と感激する。しかしながら海まで歩いて10分ではあるが、家から海は見えない。やはり家から海が見えないと加山雄三にはなれない。そこで最近函館・湯の川温泉に中古マンションを買った。7階のベランダからは津軽海峡の海が見える。それを眺めつつ、ビールを飲みながら、そっと呟いてみる。「幸せだなあ。ボクもやっと加山雄一くらいになれたかな。ありがとう雄三さん」

ゴルフは難しい

江別医師会
おおぐろ耳鼻咽喉科

おおぐろ しんじ
大黒 慎二

私がゴルフを始めて35年くらいになります。数多くのシングルの先生がいらっしゃると思いますが、私はいわゆるミドルハンディキャッパーでそれほど上手いわけではありません。また年間70～80とか中には100ラウンド近いという猛者の方もいらっしゃると思いますが、自分は最高でせいぜい30ラウンドを数年行ったくらいです。しかしながら飽きっぽい性格であり長続きするものがない中、ゴルフだけは不思議と続いています。ラウンド数は多くないものの練習は結構やっている方かなと思います。例えば不愉快なことがあったときでも練習場でボールを打っているとまぎれてストレスが解消されることが多いので、そういうことが長く続いている理由のように思います。

ゴルフを始めて20数年の間自己流でやってきましたが、ちょうどラウンド数も増えてきてもう少し上達したいと思うようになったため、レッスンを受けてみようと考えました。たまたまマンツーマンで教えてくれるゴルフスクールをネットで見つけたので入会して通い始めました。初めて行ったとき“完全な手打ちですね”と指摘され、それから体をしっかり使ったスイングにしていきましょうということで、いろいろなドリルを与えられては練習することを繰り返しました。当初本格的に習えば2～3年もすれば効果が出るのかな、などと思っていましたが甘かったです。まさに“ゴルフは難しい”です。もちろん才能に恵まれた人ならもっと早く上達するのでしょうか私はそうではありませんでした。その後も通い続けて確かにスイングもそれなりに変わり全体のレベルは上がったように思うのですが、スコアが目に見えて良くなることはありませんでした。かなり頑張ってみたつもりですが思ったほど結果に結びついたという感覚はなく、徐々にレッスンに行く回数も減っていきました。

しかし2年前のシーズンオフ、11月くらいだったと思いますがたまたまシャドウスイングをしていたとき、偶然にある体の動きに気がつきました。それを元に練習をしてみると今までと違った状況になりました。ずっと解消されなかった同じミスが明らかになくなりました。ある体の動きとは捻転の仕方なのですが、あくまで自分の感覚なので言葉での説明は難しいですから詳細は割愛させていただきます。それからずっとその動きをメインにスイングすることを続けることでいろいろなことがわかって

きました。まず例を挙げるとゴルフの“あるある”で、プロゴルファーはダウンスイングを始める際に胸が右を向いたままキープできるが、アマチュアはすぐに正面を向いてしまうというのがありますが、これが再現できるようになりました。また普段練習に行くインドアゴルフ場（自分の通っているゴルフスクールではありません）があるのですが、ここでは私が習ったのと同じようにしっかりと体を動かす指導をされていて、やはり同じようなことを教わるのだなと思っていました。しかし捻転の動きに気づいてから見てみると、生徒の皆さんは自分が以前してかしていた全く同じミスを繰り返していることがわかりました。このようなことから自分の気づいたことが間違いのないことだとほぼ確信するようになりました。

そこで新たな疑問が生じました。今回自分が気づいたことがなぜ指導されてこなかったのかということです。レッスンでも具体的に教わった記憶もなく、ネットでも検索してみましたが似たような内容を見つかることはできませんでした。いろいろと考えてある仮説を見いだしました。次に疑問を解消すべく久方ぶりにプロの元を訪れてみました。自分の気づいたことや練習の経過などを説明しました。プロの見解は“そんなの関係ないよ”でした。そのことから多分プロになるようなレベルでは自分の気づいたことに悩んだことがなく、初めから自然にできているのだろうと考えました。あくまでも私のように完全な手打ちに陥った場合に適応されるのではないかと考えています。でも自分の気づいたことには確信がありましたので、関係ないと言われても続けた結果、今ではかなり良い状態となっています。もちろんそれでシングルになれるとはいいませんし、ものすごいスコアが出るわけではないかもしれませんが。ただスイングの悩みは格段に減りました。考えるポイントがものすごく絞れたからです。

さてプロから“そんなの関係ないよ”と言われた私の気づきなるものが果たして存在するのか信用するのはあなた次第です。

ちなみに私の習ったレッスンプロは本物のプロテストに合格しているツアー資格のあるプロゴルファーです。もし私が他人のゴルフに関する持論を信用するかと問われたら、多分信用しないと思いますが・・・。

終わり。

フランスラグビー ワールドカップ

函館市医師会
共愛会病院

たていし もゆる
立石 晋

ラグビーというスポーツはプレーしても観戦しても大変面白いスポーツで、小生は高校時代に出合い大学卒業までプレーしていました。卒業後もOB戦に参加していましたが寄る年波と普段からの怠惰な生活のため今では観戦でのみ楽しんでいます。

タックルマン石塚選手、一歩前へ洞口選手、レッド・デビルのJPRウィリアムズ選手、日本人より浪花節的なリーチ・マイケル選手等々個性的な選手が多くいてそれぞれの選手のコメントも聞いていて楽しいものです。

2015年のラグビーワールドカップでの「ブライトンの奇跡」でヘスケス選手が南アフリカから逆転トライを決めた瞬間の歓喜は忘れられません。YouTubeで仕事の合間にも何度も見直していました。スタンドの映像で観客の中には日の丸を羽織り涙しているラグビーファンを見て小生も目を潤ませていました。

我ら「ブレイブ・ブロッサムズ」もメンバーを入れ替えながら着実に実力をつけてくれているようで、2019年ラグビーワールドカップ日本開催大会ではベスト8に進出し、先日行われたフランス代表とのテストマッチ第2戦でもあわや逆転かと期待させるところまで相手を追い詰めました。残念ながらフランス代表の世界ランキング3位は伊達ではなく対フランス戦初勝利はお預けでした。

来年はフランス開催のラグビーワールドカップです。ぜひ、ロシアとウクライナの戦いも、世界的なコロナ感染症やサル痘、円安も落ち着き現地でビール片手に大声を出し好きな選手、好きなチームをただただ応援したいものです。

さーて、それまで頑張って日々の業務をこなしていこうか。

古稀を過ぎて

上川北部医師会
名寄三愛病院

やまぎし まこと
山岸 眞理

私は現在、道北の慢性期病床を持つ病院で、臨床と経営に携わっている。今年1月で満70歳となり古稀を過ぎたところである。

これまで私は、団塊の世代から遅れること数年で生まれ、日本の高度経済成長時代に学生時代を過ごして医師となり、バブル期に合わせて成長し羽ばたくことができた。時代は昭和から平成、令和と進み、私の医師としての成長も年齢とともに鈍化していった。そこで私は、医師以外の世界を広げるように努めてきた。いろいろな業種の人と接し、お互いに刺激しあうことで、自分には無いところを取り入れていく楽しさを知った。

この十年余りで、私の周りの医師が3名亡くなった。いずれも私と年齢がそれほど変わらなく、現役で診療にあたり、医師会活動にも活躍されていた仲間である。改めてお悔やみ申し上げる。一度きりの、限りある人生である。失敗もあれば上手くいくこともある。いろいろなことを経験し、自分の人生を豊かにし、そして今よりは少しマシな人間になろうと思った。

医師免許証に有効期限は無く、医師に定年は無いといわれるが、古稀を過ぎて身の振り方を考える時期が来た。これまでも多くの先輩医師達が悩み、歩んできた道であろう。『論語』の孔子の言葉に「七十にして心の欲するところに従えども矩を踰えず」とある。私にとって、70歳になってもまだ迷うところの多いこの頃であり、なんと孔子40歳の『不惑』の域にも達していない。

ところで自分にとって座右の銘はなにか。座右の銘とは、常に心に留めて人生の指針や、戒め・励ましの言葉とすることだそう。ある本を読んでいて良い言葉を見つけた。

「随所に主となれば、立つところ皆真なり」

臨済宗の祖、義玄^{ぎげん}禅師の言葉である。どんな時でも、自分が主人公となって行こうならば、すなわち本当の自分の気持ちを失わずに向かっていけば、世の中の流れに翻弄されずに生きていけると解釈される。これを座右の銘とし、これまでの自分が培ってきた知識や経験を基に判断し、主体的に考え難局を乗り切っていこう。そしてもし認知症の兆しや身体の運動器が不調となれば潔く引退しようと思う。米国防軍元帥、連合軍最高司令官だったダグラス・マッカーサーが、米国上下両院合同会議での退任演説で有名な言葉を残して現役を退いたという。

「老兵は死なず、ただ消え去るのみ」

虫の親切、風の親切

札幌市医師会
札幌厚生病院

なかのわたりまさゆき
中野渡正行

緩和ケア内科で末期がんの患者さんを担当しております。患者さんとのコミュニケーションは患者さんから学ぶ耳学問の時間でもあり、患者さんの体調に注意しながらお話を伺っております。ある女性患者さんとの会話をご紹介します。患者さんは長年市民運動に携わってこられた方です。

◎今の気持ちは？：

「入院して気持ちが楽になった。今まで自分を支えてきた『つっぱり』がなくなった。今まで何か起こるたびにパニックになっていた。今後どうなるのだろうと不安になっていた。しかし今は他人事みたいに冷静になって自分を見つめている。なんでこんなにも意地を張って生きてきたのだろう。他の人がやってくれることは素直に聞こうと思う。気張る必要はない。自然のままでいいと思う。すべてを穏やかに受け入れることができる。今、このまま死んでも自分は死んでいることがわからないかもしれない。それでもいい。天寿がんはwelcomeだ」

◎がんになったことについてどう思うか？：

「がんはありがたい。脳梗塞に比べて残された時間があるので多くの人たちとやりとりができた。皆さんが私のことを理解してくれた」

◎これまでの人生についての感想は？：

「本物を探し続けた一生だった。自分の人生に悔いない」

◎人生で一番いい時期は？：

「人にはいろいろな季節がある。小さな花を踏みつけて何も思わない季節もあれば、しゃがみこんでじっと見つめる季節もある。どれが一番いい季節と言えるものはない」

◎残された人生をどのように過ごしたいか？：

「残りの人生を消化試合にしたくない。もっとactiveにぶっ飛ぶように生きていきたい。いつも『素敵！』とか『不思議！』とかいうようなワクワクする言葉を使って生きていきたい」

◎命とは何か？：

「命はリレーだと考えるようになった。例えば花は営々とバトンを渡し続けている。人間も同じだ」

◎日本は自然災害が多い国で、それが少なければ国民はもう少し安心して暮らせると思うが、それについては？：

「果たしてそうだろうか。北欧のある国ではコンビニの数より図書館の数の方が多い。どんな貧しい

家でも個人の蔵書は500冊ある。それが何代も受け継がれていく。精神の受け継ぎ、精神的な安心感は大切。残念ながら日本にはそのような精神の受け継ぎは少ないと思う」

◎自分の心が開放されるのはどんな時？：

「それは『自然』の中にいる時。虫の音、風の音に耳を澄ます。虫の親切、風の親切に耳を傾ける。日本という緑の多い国に育ったことが安堵感につながっていることは確か」

◎子供に対する大人の役割は何か？：

「昔は『子供に良い環境を』と考えていた。しかしそれは大人の自分を中心に考えており、子供たちを抽象的に見ているにすぎない。本当に大切なことは自分が子供になった視点で物事を考えることだ」

◎患者さんの付き添いをする家族の心得は？：

「付き添っている家族は追い詰められた気持ちになるので、心の中で自分を休ませることが必要。ゆとりを持って笑っていることが大切。時には今自分がいる場所と違う場所に身を置いてみることは役立つ。主人の看病をしていた時、わずかな時間を作ってキタラのコンサートにタクシーで行ったことがある」

◎政治家にとって必要なことは何か？：

「吉田茂は言っている。『形は政治家だが、その前に哲学者であるべき。もしその人に哲学があれば、行き詰まった時でも思い切った行動がとれる』と」

◎痛みについてどう思うか？：

「耐え難い痛みは取ってほしい。しかしある程度の痛みは自分自身が感じていた方がいいと思う。生きていることの証でもあるから。気持ちいいことも痛いことも味わっていた方がいいと思う。『生まれている』ということはこういう感じなのだ」

◎医療者からの病状の質問についてどう思うか？：

「皆さんはいつも『痛みはどうか？』『吐き気はどうか？』と気にかけてくれてありがたい。しかし私のようにがんが進行している人間は多少の痛みや吐き気があっても当然。それよりも私は自分に残された時間が少なくなっており、その間少しでも太陽が昇る様子や日中の光の移ろいを窓際で見つめている方が大切だと思う。これからは『今、何を一番したいか？』と尋ねてほしい。今は、ベッドの向きを変えて外を見えるようにしてほしい」

患者さんは気骨のある人で大局的な視点を持っておられました。会話はテンポよく、回診は私が新しい発見や気づきを得る、非常に新鮮な時間でした。約100年前、柳宗悦は民衆の暮らしの中に「美」の世界を見つけて「民藝」という言葉を作りましたが、「美」に限らずしっかりと「知」を持って生きている人々が我々の回りにいることに驚かされます。私などは足元にも及ばないのです。