

## 中老になっての新たな挑戦

帯広市医師会  
十勝リハビリテーションセンター

しらさか ともひで  
白坂 智英

2022年4月より社会医療法人北斗 十勝リハビリテーションセンターの院長に就任いたしました。病院の所在地である帯広は私の生まれ故郷です。高校で函館の寮のある学校に入学し、大学は旭川に進学し、卒業後は旭川医科大学脳神経外科の初代教授である米増先生の門下となりました。その後は医局人事で九州大学神経内科にも一時研修でお世話になりましたが、ほとんどが北海道の各地を転々としていました。札幌に勤務しているときに、柏葉脳神経外科病院の創設者でもある柏葉武初代院長のお誘いで同院に勤務させていただきました。初老にさしかかったときにリハビリの世界に足をつっこみ、やはり脳卒中のリハビリテーションに興味をわき柏葉脳神経外科病院の現院長である寺坂俊介先生にお話をいただき前職として働いておりました。この間30年近くずっと札幌生活で、既に人生の半分以上は札幌で過ごしたことになります。30年などは早いもので、娘二人が生まれたと思ったらいつの間にか上の子は東京で大学生生活を満喫しております。私もこのまま札幌の地で一生を過ごすのだと思っておりました。ところが人生はわからないもので、正に一寸先は闇？ではないですが、頭の片隅に帯広にいる年老いた両親のことが引っかかっていたのも正直なところありますが、この度、ご縁がありまして社会医療法人北斗 北斗病院の鎌田理事長、井出院長よりご指名いただき現職に就くこととなりました。慣れ親しんだ札幌の医療圏を離れ、久しぶりの故郷での医師としての人生が始まりました。コロナ感染症の影響でなかなか帯広の先生方と直接お会いする機会がまだまだ少なく、顔の見えない状況が続いておりますが、これから少しずつ慣れていきたいと思っております。

私の現勤務地である十勝リハビリテーションセンターは幸い道内でもトップクラスのリハビリ資源（広大なリハビリ室、豊富なりハビリスタッフ、最先端のリハビリテーションロボット）を有しており、これから生まれ育った帯広の地から日本でも最先端のリハビリテーションが提供できるように尽力していきたいと考えております。これが第一の新しい挑戦です。

次ですが、今回の転勤ではまだ下の娘が高校生でもあり単身赴任での新たな出発となりました。毎日外食では飽きるので早速自炊生活を始めました。札幌にいるときも、母親がいない時などに子供たちのために、レシピ本を見ながらハンバーグ等を作るといってはしていましたが、最近は専らYouTubeでレシピ動画を見ながら調理しております。本を見るよりも実際に調理している姿を見ながら、こちらも同じように調

理ができるのでわかりやすく、味はともかく何とか形になっております。現在の私のお気に入りには料理研究家コウケンテツとリュウジのサイトで、比較的簡単で、味付けも男性好みなので重宝しております。煮物は時間がかかりますし、揚げ物は一人分を作るのに油をたくさん使うのが大変なので、ほぼほぼフライパンを使っての炒め物が中心ですが、毎日チラシを見ながらできるだけ安い食材を使用するようにするなど工夫したり、なるべく野菜を多くとれるようにしたりなど頑張っております。しかし、毎日作れば作るほど今までの奥さんの苦勞と味付けの良さに頭が下がっております。これが第二の新しい挑戦です。

最後に、社会医療法人北斗には“ほくと鍼灸院”があります。実は以前より東洋医学に興味がありました。小学生の頃にブラックジャックの回し読みを友達としていたのですが、その中に琵琶丸という盲目の鍼灸師がでてきます。これが今考えると、とんでもない鍼灸師で、まずぼろぼろのカッコウをしている段階でかなり怪しいです。その琵琶丸がいきなり患者の家にやってきます。そして家族の話もろくに聞かずに、いきなりかなり太めの鍼を消毒もせず刺して帰って行きます。鍼のチョイスも“アイアの4番”などと言ったりして（本当に実際にセリフで言っているのです!）、まるでゴルフクラブの選択です。しかし、子供心には鍼一本で病気を治すとはすごいなと単純に感心したものです。そこで十勝リハビリテーションセンターに勤務してすぐに鍼灸院の門を叩き門下生となりました。現在はツボを覚えながら（北斗の拳のケンシロウの気分です）、少しずつ鍼の勉強をさせてもらっております。確かにエビデンスという意味では非常に心許ない東洋医学ですが、実際に“後溪”という小指の付けのツボに鍼を刺して肩こりが軽減するのを経験すると、なんだか理由はよくわからないけど効くことはあるのだと思っております。これが第三の新しい挑戦です。

このように中老になってから新たな挑戦を行うのはかなり大変な毎日ですが、なんとか楽しみながらやっています。今後もさらに何か新しいことがないか模索しながら頑張っていきたいと思っております。



現在の私のバイブルと練習用の鍼