

## 趣味について

苫小牧市立病院 耳鼻咽喉科  
あきら かずのり  
審 一範

初めまして。苫小牧市立病院で耳鼻咽喉科医として勤務しております審 一範（あきら かずのり）と申します。札幌厚生病院呼吸器内科 藤森先生より寄稿依頼があったので、恐縮ですが自己紹介させていただきます。出身は大阪で北海道大学卒業後、宮城県の石巻赤十字病院で初期研修を行いました。その後、北海道大学耳鼻咽喉科頭頸部外科学教室に入局し1年目前半は大学病院、後半は札幌厚生病院、2年目から苫小牧市立病院で勤務しております。審という苗字を「あきら」と呼んでもらえることはまずなく、珍しくても読んでもらえる苗字が良かったなあと思うことが時々あります。

本企画を紹介下さった藤森先生は札幌厚生病院の一つ上の先生で知り合ってまだ間もないですが、とても気さくで話が面白い方だなという印象を持っています。仕事面では普段の陽気な面とは打って変わりテキパキと迅速かつ的確な指示出しをしている姿を見て刺激を受けております。

本リレーエッセイはテーマに特に制限はないとのことなので私の趣味について書かせてもらいます。自分は半年に1回のペースで、ジム通い・キャンプ・スノーボード・ウイスキー収集・ゴルフ打ちっぱなしなど新しいことを始めるようにしています。

その中でも一生涯の趣味にしたい・できそうと思えるものが2つあります。それはジム通い（筋トレ）とウイスキー収集です。この2つの趣味について長文にはなりますが自分なりに感じた魅力を共有いたします。

まずジム通いですが、最初から好きだったというわけではないし、部活で卓球部に所属していましたがそちらでも特に筋トレの習慣はありませんでした。きっかけは初期研修の同期に誘われたことで、最初は気分転換目的に行くぐらいでした。そこからひとまず続けていくと徐々にトレーニングメニューが増え、強度も上がり楽しくなっていました。また筋トレの効率を上げるために食事・休養にも気をつけるようになりました。その結果、体調が良くなり筋トレ以外の時間も以前より元気に過ごすことができるようになりました。そのため筋トレは、何よりも大切な健康を保つためにかなり有効な手段だと思っています。

次にウイスキー収集ですが、元々興味があり職場の上司に教えてもらったり話を聞いてもらったこと



今シーズン念願の  
ゲレンデでの  
ビールデビュー

で、ウイスキーっておもしろいな、と、どんどんハマっていきました。実際、2022年9月の時点で家に置いているウイスキーは5種類ほどでしたが2023年2月の現在では30種類になっていました。他人に教えられるほどの知識も経験もありませんがウイスキーの魅力は以下にあると思います。それはウイスキー自体の種類だけでなく、飲み方も多彩であること、保存期間が長いことです。今日はさっぱりといきたいなというときはハイボールで、逆にまったりしたいときはストレートやロックで飲んだりしています。また保存期間が長く特に冷蔵庫での保管も必要ないため同時進行で色んな種類を飲み比べできることも魅力だと思います。そのため消費よりも入荷のスピードが上回ってしまっておりどんどん家中にウイスキーの瓶が増えていってしまっています。

趣味は、一人でももくもくと取り組むことも楽しいですが、周りの人と共有することで、より楽しくなることも大きな魅力であると思います。また、こうした趣味をなぜ重視しているかというところでも似たような話をしましたが、趣味が充実することで仕事などの時間も生き生きとするようになり総じて好循環が回り始めるからです。

貯金もぼちぼちしていかなくてはいけないため一旦、趣味開拓を止めたいのですが、釣りを始めてみたい気持ちが出てきてしまっています。このような“煩惱”はむしろ自分が元気な証拠なのかなと思います。なぜなら、お金が全くなかったり、気持ち的にも余裕がなければそういった煩惱も生まれえないと思うからです。

こんな私ですが北海道で耳鼻科医として働いているため何かお困りの際や、この記事を読んで興味を持った方は声をかけて下さると嬉しいです。

末筆になりますが、皆様のご今後のご発展とご活躍のほどお祈り申し上げます。一刻も早い新型コロナウイルス感染症の収束を願い本投稿の締めくくりとさせていただきます。