若手医師リレーエッセイ
Spirits
スピリッツ

医学とゴルフ

製鉄記念室蘭病院
伊藤（いとう）　聡希（さとき）

札幌市の出身。札幌医科大学を卒業し、現在は製鉄記念室蘭病院で研修を行っています。日々研鑽を積みながら、仕事終わりや休日にはゴルフも頑張っています。写真は冬の夜に震えながらも打ちっぱなしをしているところです。

初めまして。製鉄記念室蘭病院研修医１年目の伊藤聡希と申します。研修医生活がスタートしてから、気がつけばもう半年以上が過ぎました。まだまだ至らぬことばかりで、自身の力不足を実感しながらも先生方や周りのスタッフの方からのサポートのもと、日々研鑽を積んでおります。この度は大学同期である函館五稜郭病院研修医の眞鍋壮大郎先生からのご紹介を受けて執筆の機会をいただきました。眞鍋先生は国家試験の勉強や卒業旅行を共にした仲間です。彼は部活動も精力的に活動し、東医体の運営本部長を務め奮闘していた姿に刺激を受けてきました。今回、何をテーマにしようか大変迷いましたが、僕が大学から始めたゴルフについて書かせていただこうかと思います。

僕がゴルフを始めてから今年でちょうど７年目になります。ゴルフを始めるきっかけとなったのは、大学１年の体験会がきっかけでした。僕の初めてのゴルフは、クラブを握りスイングをしても全くボールに当たらず、当たっても１～２m先にボールが飛ぶような散々な結果でした。ゴルフには向いていないかな…？とも思いましたが、「ゴルフは運動神経よりも練習量が大事なスポーツなんだよ」という先輩の言葉に背中を押されて入部を決めました。その後も中々ボールに当たらず、ボールが飛ぶようになっても、今度は永遠とボールが右に曲がることが続きました。それでも、芯を捉えた時にの打音や砲台グリーンからボールを青空に飛ばす爽快感に魅力され、どんどん夢中になっていきました。

さあ、これからゴルフを頑張っていくぞ！と思っていたそんな矢先に新型コロナウイルスの流行が始まりました。僕が大学１年生の年明けでした。授業はオンラインになり、部活も活動停止となり、感染対策上からゴルフ場に行くことも憚られ、もどかしい気持ちでいっぱいでした。

ようやくコロナが明け、部活動が制限なく再開できたのは僕が５年生になってからでした。５年生になると実習や研修病院の見学などが始まりましたが、部活には可能な限り参加し、充実したゴルフ生活を送っていました。しかし、６年生になるとマッチングのため各病院の見学や面接、OSCEや国家試験の対策など、ゴルフクラブを握る時間はかなり限られてしまい、気づけば大学を卒業していました。

そして今年の４月から研修医として働き始めて、久々に体を動かしたいという思いから再びゴルフの練習を始めました。ほとんど１年ぶりのゴルフでは球が全く飛ばず初心者の頃に逆戻り。少し離れただけでこうなるのか！ととても驚愕しました。ショットが思うように行かずブランクを感じた一方で新たな気づきもありました。

ゴルフを通じて改めて実感するのは「継続は力なり」ということです。綺麗なフォームを定着させるには地道に練習を継続して身につけるしかありません。それは医療の現場でも同じだと感じます。診察でも手技でも、１回１回を丁寧に積み重ねる努力を継続し、その努力の積み重ねがやがて自信や技術として身についていくのだと感じます。一時の経験で学びを得たとしても、研鑽を日々継続しなければ、得た学びは身につかず離れていってしまう。だからこそ地道に努力を続けていかなければならないと思います。その姿勢は医療でも、そしてゴルフでも大切にしていきたいと思っています。まだまだ覚えることばかりで、毎日が学びの連続ですが、１つ１つの学びを大事にし、学び得たことを踏まえ、努力を継続することで医師としての力を身につけていきたいです。

現在、新しく何か運動をしたい！という研修医同期がいてくれて何人かで打ちっぱなしに通うようになりました。仕事の合間に体を動かし同期と笑い合う時間があることでまた研修を行うエネルギーが湧いてきます。

これからも同期と共に医師として成長していくと同時に、ゴルファーとしても少しずつ上達していけたらと思います。どちらも一朝一夕では上手くいかないからこそ、焦らずに研鑽を継続し、いつか頼りにしてもらえるような存在になるよう努力していきます。この記事をお読みいただいた先生方におかれましては、この先何かのご縁でお会いした際にはご指導ご鞭撻をいただければ幸いと存じます。今後ともよろしくお願いいたします。