バケツと生成AI

滝川市医師会
滝川市立病院
松川　雅則（まつかわ　まさのり）

昔、モーガン・フリーマンとジャック・ニコルソンが共演した「The Bucket List」という映画を観ました。題名は「List of Things to do Before I Kick the Bucket」の略で、死ぬまでにやっておきたい事柄のリストです。“バケツを蹴る”という表現がなぜ死を意味するのかは、屠殺した動物を吊るす梁をbucketと呼び、今際の際に動物が足をばたつかせる（kick）ことに由来するとか、首を吊る際にバケツを足台に使用し、それを蹴ることで事を成し遂げる、など諸説あるようです。秀逸なコメディドラマで20年近く前の公開ですが、“バケツリスト”という言葉が心奥に沈殿し、折に触れ浮上して、何をリストに載せようか考えてみることがあります。

しかし、やってみたいことはたくさんありますが、その中でどれを他より優先して叶えるのか決めきれないのです。ネットで検索すると、おびただしい数のアイデアがリストになっています。いずれも楽しそうですが、単なる淡い歓楽的体験に終わるか、深い達成感をもたらすかは個人の価値観によるのでしょう。終わりが意識されないと決められないものなのかも知れません。深く考えずに、やりたいことをやれる順番にやっていくのが正解の気がしています。当面、リストが空欄のままでいるのは、実は幸せなことなのかもしれません。

さて、生成AIが身近になって久しいです。実は、冒頭のバケツを蹴るという言葉の由来を調べるのにも使用しています。自分の専門外の分野での常識を調べる時に重宝しますが、そこまで言い切ってよいか不安な回答もあって、大事なことは裏付けを取るようにしています。年甲斐もなく続けている研究の論文執筆やたまに来る査読依頼などで、自分の考えや英語が適正なのか確認するためにも利用しますが、もう不可欠の存在になっています。

試みに、そのAIに向かって、あなたのバケツリストは何ですか？と入力してみました。その応えは、「考える人が、より正確に・より自由に・より誠実に考えるための“道具”であり続けること」でした。あまりに出来過ぎの回答で、私の入力する内容が低レベル、つまり不正確・考えが偏り・不誠実なので、ちゃんとしなさいよと、暗に諭しているのではないかと勘繰りたくなります。そもそも、この駄文も最初からAIに書いてもらったらもう少しましだったかもしれませんが、そうだと悲しいので試さないでおきます。

垂寿のつぶやき

北広島医師会
北海道北広島西高等学校
戸田　博豊（と　だ　ひろたか）

垂寿になった。70代なんて！と軽く考えていたが、坂道がキツイ。足腰が立たなくなってきた。目と耳は云うも更なり。歯はガタガタ。老人性の誤嚥も実体験するようになり、舌咽神経もうまく機能していない気がする。水は危ないが酒は大丈夫だ。認知症も出始めたかもしれない。母は90歳であの世に往く前は、昔の古い記憶が今現に進行しているかの如くに話していた。私はフンフンと相槌を打って聞き流していた。誰にも迷惑のかかることではなかった。歩けなくなって車椅子生活だったので、徘徊することはなかった。90歳であの世に往ったが、今は43回目の人生を始めている。あの世にいたのは５年間位。短い。

私は物忘れがひどくなってきた。外に出る際、アレを忘れた、コレを忘れたと往きつ戻りつしている。この部屋にやってきたのは？何の用事であったのか？鍵を締めないと！鍵はどこだ？どこだ？手に握っているじゃないか！！測ってみたら海馬が縮んでいるようだ。運転していたら、今、ここはどこを走っているのか？と思うこと度々ある。私は徘徊の可能性があるかもしれない。

恩蔵絢子の著書「脳科学者の母が、認知症になる」では認知症の進行具合が詳しく書かれている。私は、次はどのような症状が出てくるのだろうか？今の認知症は薬だけで治る病気ではない。今、新たな治療法の研究開発も進められている。アメリカの大学が40Hzの周波数を患者に聞かせると、脳波がγ波となって、認知機能低下が防げるということを発見している。

今、私は病院を辞めて自由の身だ。御縁のある人だけ相談を聞くことがある。朝の４時頃電話、めまいがひどくて今、ゲーゲー戻しているという人。昨日から頭が痛くて起き上がれないという人。会社に行けない人。学校に行けない人。

長い間、病院通いをしていても、医者に診てもらっていても病気が治らない。となると気が滅入ってくる。うつになってくる。眠れなくなる。こうなった人は数多く居る。中野信子の著書「科学がつきとめた『運のいい人』」は、素晴らしい本だ。読めば診療の役に立つ。