

長崎北病院 伝言板 9月号

令和5年9月1日発行



9月。「長月」。「夜長月」からの派生と言われています。夏と秋の境目の季節。日暮れは早く夜が長くなってきます。暦ではもう残暑のはずだけどもまだまだ酷暑。熱中症警報が連日発令中。しかし、朝夕は秋近しを感じます。この夏の猛暑で気力、体力ともに減退した人が続出。言い訳できない季節到来。食欲、気力、体力、知力。取り戻しましょう。

“坊主頭は嫌”

とんでもなく暑い夏でした。まだ暑いですが朝夕は少し楽になりました。熱中症になった人、食欲がなくなった人、運動不足。だいぶやられた方も多かったようです。もうすぐ気持ちの良い季節が来るはず。これからの季節「柿が赤くなると医者が青くなる」と言われます。柿が赤くなる頃は天候がよいので体調を崩す人も少なく、医者は商売にならずに青ざめるという意味です。おそらく柿は健康に良いということもあると思います。これまでの統計上、確かに例年9月、10月は患者さんが少なくなります。気候が良くて体調がよくなる、食べ物もおいしい、病気が減る。良い季節、嬉しいことです。しかし、病院にとっては喜ばない季節。もちろん病院、病気にはかからない方が良い。でも必要な時ご利用ください。準備はしておきます。



酷暑の中、高校野球では慶應高校が優勝。「長髪」と「enjoy baseball」が甲子園を席卷しました。長髪、髪型自由に関しては大賛成です。半世紀前、私の地域の中学校は全員坊主（丸刈り）。それも五厘刈り。いわゆる「青刈り」。超絶「絶壁頭」の私としては坊主頭は絶対に似合わないとい

うか考えられない。坊主頭を回避するためだけに地域外の中学に進学しました。「髪型自由」は必須、大賛成です。汗臭い、不潔などと言われても丸刈りの屈辱に比べれば何でもない。「enjoy baseball」に関してもそれで優勝。文句はありません。慶應高校の「enjoy baseball」。これは慶應高校野球部の監督をされていた上田誠さんの著書にあるようです。「スポーツの世界には「こうでなければならない」という昔からの壁が厚く目の前にそびえ立っています。この巨大な壁の存在のために、スポーツ本来の明るさや楽しさが失われている。高校野球=坊主頭というのも、その壁の一つだと思います」「エンジョイ・ベースボール」とは「スポーツである野球は、本来、明るいもの、楽しいもの。野球が好きで上手になりたいなら、一生懸命練習しよう」といった考え方です。上意下達、軍隊式の野球道の対極にある野球です。ただ、エンジョイ・ベースボールといってもまともな練習もせずにへらへらしているのはエンジョイではなく只の手抜き、お遊び。楽しむためにはどうしたら上手くなるのか、向上できるのか。自分で考える。もっと上手くなるにはどうするか、研究する。そうすれば練習自体が楽しくなる、結果が出る。差がつく。周囲の人にも広げていく、巻き込んでいく。その過程が「enjoy Baseball」。野球でなくとも全てのスポーツ、仕事、行動に通じる考え方だと思います。

人生では仕事をする時間は長い。その時間を「enjoy」できなければもったいない。上司、人間関係、仕事のやりがい、結果など自分の思うようにならないことの方が多い。やらされる仕事だけを言われたようにやる。それだけでは楽しくない。向上はない。何か新しいこと、興味があること。自分でやってみる。一つ自信がつく、力がつく、長所となる。何もしないのは現状維持ではなく後退。「enjoy your daily work」日々の仕事を楽しまう。（今は坊主頭より白髪、脱毛が問題）(A. S.)

