

## 小児科医の暇つぶし

### 真っ黒だから

たまたま外来でいつもお孫さんを連れてくるお祖父ちゃんが、僕の顔を見るなり「先生日に焼けて顔が真っ黒だね。ゴルフやってるの？」と仰言るもので、僕もつい「そうですよ。」と答えたのですが、その時ふと昔まだ研修医だったころ、先輩の指導医の先生から言われた言葉を思い出していた。「お前顔が真っ黒じゃないかそんな医者はお母さん達から、遊んでばかりいる医者だと思われるだろうよ。」僕は一応「はい、きおつけます。」と返答したのだったが、内心は「ふん、じゃ青っちょい顔をしていれば、さも学問しているように見えるのかね。」と思っていた。僕は高校、大学とほぼ10年間ラグビー選手であった。医師になり5年間の研修医生活を終える頃、釧路市立病院で小児科部長の勧めもありゴルフを始めてから20数年が経つ、よって夏は常に真っ黒けっけである。言い訳する気はさらさらないし、顔が真っ白くなるほど日焼け止めを塗ったくり、こそこそしてゴルフをやっていることを隠すつもりもない。何故なら僕は毎年真っ黒くなりながら、莫大な体力、気力をたくわえてきた。そのおかげで受験勉強、医師国家試験、激務であった小児科勤務医生活、また開業以来今まで朝8時40分から夜8時まで診療を続けられる、体力・気力を自分の財産として積み重ねてきている。現在は齢50過ぎにもなると、今後の老年期に向かって人様に迷惑をかけることなく自立を目指し、さらに体力・気力を蓄えていこうと考えている。皆様には決して日に焼けて真っ黒にならなければと、勧めるものではありません。難しいことは言いませんが、僕は日光を浴びることが骨を丈夫にする事や、うつ病などの精神疾患を減少させることなどの、メリットを知っています。しかし日光を浴びることによって皮膚疾患が悪化したり、日本人では非常に稀ではありますが皮膚癌が発症することもあります。また新生児・乳児・幼児では大人に比べて皮膚が薄く長時間日光を浴びることによって火傷のようになることもあるので、注意が必要です。外来には勿論真っ黒に日焼けした元気な子供がくることはありません。でも昔に比べて「こんなことで骨折してしまうの。」という子供が増えたような気がするのは、僕だけでしょうか。子供は家の中でテレビゲームばかりやっていないで、どんどん外で遊べ真っ黒になって遊べ。こんなこと暇つぶしに書いて「先生、勉強はいつしてるの？」と心配なさる方もいらっしゃるでしょう。昨今は遠くの学会などに行かずとも、便利な時代になったもので医学の情報は、インターネット、CD、TVなどから簡単に入手できるため非常に時間の節約になる。また僕は知力は主に冬場に蓄えることとしている。