

塞翁が馬の人生

末光 茂^{1, 2}

¹ 社会福祉法人旭川荘、² 川崎医療福祉大学医療福祉学科

医師の薬剤処方では薬物の効能、薬量そして服用方法を間違えなければ、大きな問題は生じにくい。それに対して運動処方複雑であろうと素人なりに推測する。

処方者と運動施行者そして被施行者が、三位一体で実行することが望まれる。処方者・施行者には、身体の細部とともに全体像を熟知した上で、対象者の性格や行動特性に即した柔軟性とともに、長い人生への視点が求められよう。何よりも被施行者からの信頼を基礎にした「共同作業」が、大切と考える。

今回ここでは、一人の患者体験から、専門家の皆さんへの期待を、以下の柱立てで述べてみたい。

- (1) 中高生時代に校内随一の虚弱児が 40 歳を越えてサブスリー（2 時間 45 分）のマラソンランナーに・・・その体験からコーチや指導者に訴えたいこと。
- (2) 中・高校生時代の病名約 20 種・・・最後はアナフィラキシーショックで、生死の境をさまよい、急性・慢性肝炎の後遺症にも悩まされる。そのお陰で東大一直線（と思っていた）からの脱落。ただし医者を知る。
さらに病弱・虚弱に加えて、引っ込み思案（国語の時間の感想発表に無言）。
- (3) 岡山の地と岡山大医学部の良さ、そして出会いの数々・・・不得意分野にチャレンジの日々。詩吟部、岡大合唱団（グリークラブ、コールロータス）、岡山放送合唱団、アモンテカント合唱団、ワンダーフォーゲル部、ユースホステル同好会、ESS クラブ、家庭教師、塾の経営など。すべて失敗。ただし耐えに耐える術を自学自習。
そしてかけがえのない人物との出会い（それは講演「愛は創造の母」を一度聴いて）
- (4) 名競輪選手で福祉の第一人者となった男の話・・・まさに「万事塞翁が馬」の人生観。
（土佐希望の家の山崎勲初代理事長。高知競輪の「山崎賞」で有名）
- (5) 「マラソン」の原点・・・「不眠症」（「睡眠恐怖症」）対策の数々の試みが、すべて不成功に終わったあとの「夜中のランニング」。20 年後の 39 歳で始めたマラソンでは、自己流の練習法（上下動のないピッチ走法と月間 450～750 km 走）

- (6) 校内マラソン大会のメダルと四国一周自転車ツアーの盾が心の支え・・・褒められた体験のない人間にとって心の宝物。そして自分が苦しい時は、他の人も同じかそれ以上に苦しいと知った体験（高校1年生の全校マラソン大会の急な坂道でのこと。足が止まりかけたその時、目の前の先行者が立ち止まる。もう少しがんばってみようと思っていたうちに、先行者を抜くのでなくて、落ちてくる体験）の重み。
- (7) スポーツ以外の分野での「あざなえる縄」・・・「欠点」が「長所」に転じうる人間のおもしろさ（可能性の大きさ）～内気・緘黙と不得意科目第一位の英語力（社会人になったあとも、英語の授業の悪夢に悩まされ続ける）を、逆転させての今日。（国際学会の理事会や司会、研究発表等が可能に）～
- (8) 有名マラソンランナーのその後の人生から学ぶ教訓・・・円谷幸吉（涙なしに読めない家族への最後の手紙）、瀬古利彦（中村監督の秘蔵っ子と上から目線）、渡辺康幸（挫折後、早大の箱根駅伝優勝）、増田明美（ダウン症のわが子出産・育児とパラリンピックに）、有森裕子（アマからプロへの待遇改善要望。ハートフルゴールド：カンボジア支援）等々。そして姿の消えた大勢の有名だった選手。
- (9) 川崎学園の教育方針・・・「体をつくる、学問をきわめる、人をつくる」の実践（体力・知力・人徳）を
- (10) 失敗は成功の源の真の意味：短期目標と中・長期目標の違いと持ち方・・・「人生50年時代」から「人生80年ないし90年時代」でのかかわり方は大違い：いつ新たなことにチャレンジしてもよい（50歳からでもあと30～40年も残されていることに）。小さな積み重ねの先に光が見えるとうれしい。

病気や障害あるいは不調を軽減・克服することが第一目的であろうが、むしろそれらを契機として、身体全体を、さらには人として人生のあり方を考え直す。新しい見方や考え方を身につける。そのようなきっかけとなるような出会いを、提供して下されば幸い。

【参考資料】

- (1) 末光茂：医療福祉学実践ノートⅩⅢ～「愛は創造の母」に導かれて～，川崎医療福祉大学，2007.
- (2) 末光茂：医療福祉学実践ノートⅩⅡ～個人史的管見録～，川崎医療福祉大学，2007.