



女性医師の窓

私の栄養剤

久藤 美保

日常生活で疲れたときの、私の心の栄養剤についてお話したいと思います。

私は女医になって3年目に結婚しました。義母の「うちにはお茶室があるのよ。これからは美しいものをたくさん見てほしいの。」という言葉がきっかけで茶道のお稽古を始めました。

最初は興味本位でしたが、やがてすっかり茶道の魅力に引き込まれました。自然光のみのお茶室に静かに座ると、木々を渡る風の音や鳥の囀りなど、季節によって様々な自然の音が聞こえます。お茶碗の中のお抹茶は鮮やかな緑で、そこに柄杓からお湯が注がれたときに立ち上る甘い香りは、注がれるお湯の音とともに、もうすぐおいしいお茶がたつという期待感を誘います。茶筌をふるリズムカルな音が消え、お茶碗からゆっくりと引き上げられるとお茶がたった合図です。おいしいお菓子の後にいただくお茶は味わい深く、お茶室では日常のすべてから切り離された自由な自分になれます。

ところで女医としての私は、結婚し、時に悩みの種となり喜びの種でもある子供が三人いて、義父や義母に高齢者医療や高齢者福祉について少しずつ学びながら、小児科医としては検診のお手伝いをしていました。子育てに追われており、程よい強度の仕事でしたが、不安な気持ちもわずかながら抱えていました。そこへ3年ほど前に先輩ドクターからのお誘いで、週に一度、半日というごく短い時間ですが、小児科外来を受け持つことになりました。一般外来のブランクが長く、知識も技術も錆ついているのに大丈夫だろうか、と悩みましたが、主人の「やってみたら？」の一言に背中を押されて始めました。幸いにも先輩ドクターのフォローと、優しいナースのサポートのおかげで少しずつ自信を取り戻しつつあります。そんな私に、女医になって最大の喜びがありました。外来をはじめて1年半ほどたったころ、小児科に研修医の女医さんが来たのです。短い時間でしたがすぐに親しくなり、よく一緒にお昼を食べて話をしました。やはり女医同士ということで、話題は彼女の将来に対する漠然とした不安や、私のこれまでの人生などが主なものでした。いろいろ話をした最後の日、彼女が「私は先生みたいな女医になりたい。」と言ってくれました。私は決して女医として華々しい活躍も立派な働きもしていませんが、悩みながらも女医という職業をあきらめることなく細々とでも続けてきてよかった、と思いました。

学生時代は100%学生であればよかったし、女医になっても独身時代は100%女医の生活をしていればよかったので、不器用な私でもあまり悩まずに過ごしてきました。ところが結婚して妻となり、子供ができて母となり、そのうえで女医であることは想像以上に葛藤の連続でした。妻、母、女医、どの私も私ですが、100%どれかになりきるわけにはいかず、うまくバランスをとっていかなければいけません。しかしそれはとても難しく、ときどきバランスを見失い、ついどれかをおろそかにしてしまいそうになります。

そんな時、今は時間がなくてあまりお茶室には行けないので、台所で自分のためにお茶をたてます。立ち上るお抹茶の香りを嗅ぎ、茶筌をふっているとお茶室にいるときのように気持ちが落ち着き、お茶をいただくことで自分を取り戻せるように思います。そして、研修医の彼女の言葉を思い出し、彼女に恥じないように頑張ろうと思います。

今の私にとって、家族の笑顔（これは誰にとっても問答無用の栄養剤だと思いますが）と、茶道と、彼女の言葉が栄養剤です。この三つを抱えて頑張っていきたいと思います。