

「趣味を見つけたいクラブ」

鹿児島大学病院 血液・膠原病内科 市來 航史

はじめに

「市來、ミニ四駆しない？」。初期研修医2年目の2017年8月、ある友人が私にこう呼びかけた。ミニ四駆とは、タミヤという会社が発売している小型の動力つき自動車模型で、1980年代、90年代に2度の大ブームを巻き起こした日本で一番売れた自動車模型のシリーズである。当時、働くということに少し慣れ、「仕事終わりが楽しみになるような趣味が欲しい。」と考えていたこともあり、この誘いを快諾した。こうして、現在まで続く私とその友人達の趣味探索が始まったのであった。

趣味が欲しい

別にこれまで趣味なく生きてきたわけではなかった。小学生の頃は野球とスイミングと遊戯王カードが大好きだったし、中学・高校・大学と計12年におよび硬式テニスで汗を流した。テレビゲームも下手なりに好んでプレイしていた。学生時代は、「趣味は何ですか？」というよくある質問に対し、「実はテニスをやっていて・・・」「よく映画鑑賞を・・・」などとそつなく返すことができた。しかし、初期研修医として鹿児島で働き始めた後、状況は一変した。社会人としての責任感がありつつ、学ぶことが多く充実した毎日が続く。休みはしっかりもらえるのだが、学生時代と違い友人となかなか休みが合わない。研修医1年目は毎日を過ごすのがやっとで、テニスもゲームもせず、休みの日は買い物に行ったり家でテレビを見るだけで満足だった。しかし、2年目になると生意気にも少し余裕が出

てきて、「たまには運動するか」と考えるようになった。そうなると第一候補はテニスになるのだが、そもそもテニスは最低2人いないとできないし、コートの予約は結構面倒である。市内のスポーツ施設（サングリーン）にて1人でオートテニスをしてみたが何か空しい。自分の好きなタイミングで行けるからと、市営プールにスイミングに行ってみたがどうも塩素アレルギーがあるらしく、泳いだ後は鼻水が止まらない。ちょうど「ゼルダの伝説breath of the wild」が発売した時期だったので、ひとまず運動はやめてゲームに没頭した。これは本当に素晴らしいゲームで、私の人生の中でベストゲームとなった。だが、集中してプレイすればするほどクリアは早まり、購入後3ヶ月くらいでプレイ頻度が減った（それでもこのゲーム1本でそれだけの時間楽しめた）。そんな風に行き当たりばったりで日々を過ごしてきた私にとって、冒頭の未知の世界（ミニ四駆）への誘いは幾分魅力的に思えたのだった。

私が趣味に求める条件はこうだ。自分のペースで楽しめる。仕事柄、休みが不定期になりやすく、人と予定を合わすことが難しいため、1人でもできるものが良い。健康的である。不健康な遊びはダメ、ゼッタイ。

経済的である。お金のかかる趣味は今後継続できなくなる可能性が高まる。世間的に認知されている。他の人に紹介しやすく、会話の種にもなってよさそう。仮にこの条件をすべて満たすものがあれば、それは私の人生をより充実したものにしてくれるに違いない

と考えた。前置きが長くなつたが、以下、この約1年半で私が友人たちとチャレンジした趣味候補について述べる。

ミニ四駆（2017年8月～9月）

ひたすらに速さを求めるモーターを選び、車体を削り、タイヤを厳選した。パーツは存外高価でお金がかかった。不器用ながらも工作は好きだったので、家での作業は楽しかった。そして必死に組み上げた愛車を持って友人とともにマンガ倉庫のミニ四駆コースへ足を運んだ。コースの周りでは熟練したミニ四駆レーサーたちが思い思いに愛車のメンテナンス、試走を行っていた。その真剣な雰囲気に気圧されながらも、車体をコースにセットする私たち。うなるモーター音とともにコースを駆けるわが愛車は、コーナーを曲がり切れずにタイヤを残して場外へ消えた。何度も調整してもそうなった。この瞬間、モチベーションも消えた。友人のミニ四駆への情熱も、ほどなくして落ち着いたようだった。

テレビゲーム、スマホゲーム（～現在まで）

これは私が個人的に続けているものだ。愛称・略称で紹介させていただくが、ゼルダ、ポケモン、モンハン、パズドラ、どれも楽しくハマる。ただし、やや不健康で世間でのポジティブな認知に乏しい印象がある。「趣味は何ですか？」「スマホゲームです。」のやり取りは社会人としてちょっと想像しづらい。あくまでもメインの趣味の補助として、今後も続けていくつもりだ。

筋力トレーニング（2017年11月～現在まで不定期）

曲がりなりにも学生時代スポーツを続けていた私は、体を動かす趣味が欲しいと日々考えている。テニスや水泳は前述したように現時点では難しい。走るのは苦手だし嫌い。そ

の他のスポーツを1から始めるのはよほどのきっかけがないと難しい。そんな私が思い立つたのが筋力トレーニング（筋トレ）だった。筋トレは1人でできるし、体も引き締まってきっと洋服がかっこよく着られるようになる。最近はジムも増えてきてトレーニング人口も増えているようで、周りにもジムに通っている人がいる。私は元々インドア派で自宅が好きなので、ゴムチューブ、ダンベル、ベンチを買って、まずは家でトレーニングを始めたことにした。割れた腹筋に憧れ、スクワット、ダンベルローリング、ダンベルプレス、腕立て伏せ、腹筋など、一通りやってみたがとにかくキツイ！しかも思ったより効果がない！切り替えの早い私は恒常に続けるのは無理とあきらめ、今ではたまに思い出したようにダンベルを持ち上げるだけである。ちなみにダンベルプレス用のベンチは妻のカバン置きになった。

魚釣り（2018年8月～現在まで）

2018年8月、サマーナイト大花火大会の夜、人込みを避けて家でゆっくり夕飯を食べているところに友人から連絡が入った。釣り具を買いに行くから今から出かけようとのことだった。花火帰りの友人に合わせて22時に釣り具屋（ポイント谷山店）へ赴き、その場で入門用の投げ竿とリールを買った（半ば無理やり買わされた）。初心者だしどうせ釣れるわけはない、と考えながら明くる日に谷山港へ向かったところ、キスやメバルなど、小さな魚ではあったが意外と釣れた。これに味をしめ、今まで定期的に釣りに出かけている。もちろん釣れないことが多いが、朝早くに出かけて釣りをするのは、その後の1日の時間を有意義に使える気がして気持ちが良い。前述の趣味に求める4力条もしっかり満たしているように思えるし、現時点では将来性No.1.の趣味候補となっている。今年1月には初め

ての船釣りにも出かけ、小さくはあったが、エビ（オキアミ）でタイが釣れてテンションが上がった。それらを友人たちと調理しておいしくいただいたのだが、それも含めて良い思い出となった。これからも皆で時間を合わせ、定期的に共に釣りへ出かけられればなあ、と考えている。

おわりに

いかがだっただろうか。趣味探しといつても4種類だけだが、仕事をしながらにしてはアグレッシブに挑戦できたのではないかと思っている。この挑戦の一番の収穫は、色々な趣

味候補に挑戦する中で、新しいことへの挑戦自体が楽しいことに気づいたことだ。この文章を読んで下さった方々も、もしあ時間があれば積極的に色々なことに挑戦して充実した余暇を過ごしていただければと思う。

最後になるが、面倒くさがりな私を色々な遊びに誘ってくれる友人たちに深く感謝を伝えたい。これからもヨロシク。

次号は、鹿児島大学病院 糖尿病・内分泌内科 堀切陽祐先生のご執筆です。
(編集委員会)