



(昭和48年生)

年男雑感～これまでとこれから～

東区・紫南支部
(かごしまオハナクリニック) 林 恒存

「年男としての感想や希望を」との寄稿依頼をうけて初めて、2021年は自身の誕生年の干支だと気づかされた。年男とひとたび知ってしまうと、2021年はちょっとした特別な年になるのではと、多少は期待と興味がわく。

この節目の年に、出生後の丑年を振り返るのは無駄ではないと思い、ざっとリサーチしてみた。ネットで情報収集した各年の象徴的な世の中のイベントを独断と偏見で選別し、私のライフイベントを重ねてみた。

年男といえば、「誕生年と同じ十二支の年を迎えた人」とおおむね認知されているが、奈良時代まで語源をたどると、年男には「年末年始の大掃除、おせち料理や雑煮の準備、そして節分の豆まき担当」というミッションが課されていたようである。ちなみに、近年はゼロからおせち料理を準備するお宅は稀で、取り寄せが主流のようであるが、我が家も例外ではなく、おせち料理をどこに注文するかを考えるのは、年男に関係なく私の大事なミッションである（今年は11月末現在でまだ決まらずに焦っている）。

< 1973年 >

オイルショック。セブンイレブン1号店出店。国内出生数ピーク。流行語 加藤茶「ちょっとだけよ」。アイドル新御三家誕生。ヒット曲；あなた、神田川、てんとう虫のサンバ、襟裳岬。ごきぶりホイホイ発売。オセロゲーム大ヒット。固定為替制から変動為替制へ。ベトナム戦争終結。巨人V9。

私(0歳)：将来熾烈な競争にさらされる

2次ベビーブーム世代の1人として選択の余地なく出生。上記のヒット曲が当時流れていた記憶は確かに存在するが、ドリフをみて乳児でも爆笑していたかの記憶は定かでない。今度、トイレットペーパーを当時買い占めたかという質問とあわせて親に確認してみたいと思う。

< 1985年 >

公社民営化 (NTT, JT)。阪神初日本一。PL学園優勝。日本初のAIDS患者。「スーパーマリオ」大ヒット。日航ジャンボ機墜落。8時ダヨ！全員集合終了。ニュースステーション開始。夕焼けニャンニャン。

私(12歳；中1)：上記のすべてが自身の生活体験と共に鮮明に記憶している。ファミコンのど真ん中世代で、本体とソフトウェアを親に買ってもらうため、学業成績アップを取引条件として必死に勉強した。ファミスタ、ドラクエなど数多のゲームを、親に怒られるか、ゲームに興奮しすぎて本体の電源コードが外れ、ゲームがリセットされない限り何時間もやっていた。まさにゲームの中毒性や依存性を体験した。日航機墜落事故は8月12日の帰省ラッシュの夕方に、東京から大阪行きで、航空機事故史上最多の有名人を含む520人の犠牲がでた大事故だったが、4人が奇跡的に生存し救助される映像が何度も流れて、人間の命の儚さや尊さを子供なりに深く感じ取った。低学年時からの私の憧れの職業は、医者が国際線パイロットだったが、この惨状を目の当たりにして毎回多くの搭乗客の人生や命

を背負うパイロットの重責、高度で安全な文明の利器であっても100%の安全はないことに怖じ気づき、進路の選択肢から消え去ったのは間違いなくこの時である。しかし、よく考えてみると、医師の責任もパイロットと大差ないと今さらながら気づいた。

< 1997年 >

映画『タイタニック』大ヒット。ダイアナ妃事故死。消費税5%に。タイガーウッズ初優勝。山一証券経営破綻。たまごっち流行。クローン羊開発成功。ヒット曲上位歌手；安室奈美恵，globe，SPED，GLAY，SMAP，KinKi Kids。香港がイギリスから返還。

私(24歳；研修医1年目)：この年は、研修医としての経験と学びの記憶が圧倒的である。研修医になった時にポケベルを持たされ、病棟からポケベルが度々鳴ってせわしく応答するのが、1人の医師、社会人になった証と嬉しかったのを記憶している。(本来はできるだけ呼ばれないように指示だしし、患者ケアするのがスマートだとは思うのだが。)同時にこの年は、携帯電話の個人持ちが広がり始めた頃で、ポケベルに車内や外出先からでも携帯電話から折り返せるのを便利な世の中になったと感じた時代だった。

今振り返ると、最近の初期研修医1年目の知識や技能の習得度と比べれば、恥ずかしいくらい自分で何もできない研修医だった。それでも自分なりに必死で研修医を務めていたためか、世の中の動きに対しては「そういえばそんなことがあったな」という印象だけである。ただし、研修医生活のストレス発散時、飲み会時の二次会はカラオケボックスが定番の時代で、同僚や病棟スタッフ達と頻繁にでかけたため、当時のヒット曲は今でも歌って踊れると思う。

< 2009年 >

民主党による政権交代。裁判員制度開始。イチロー、松井メジャーリーグで大活躍。黒人大統領としてオバマ大統領初就任。新型インフルエンザパンデミック。マイケル・ジャクソン死去。完全失業率は過去最悪。1ドル86円台。

私(36歳；医師12年目)：この年は、米国で臨床研修をするための準備を行いながら、ハワイ大学医学部の医学教育部門の無給の研究生として2008年9月から渡米していた。ただでさえ物価の高いリゾート地のホノルルで、しかもリーマンショックによる世界的不景気が始まったタイミングで、貯金をつぶしながら質素にひとり生活をはじめた。米国の医学生やレジデント教育をサポートし、学会発表にむけたりサーチを行いながら「今回不採用だったら米国での臨床留学は諦めて帰国」と背水の陣を構え、語学を実践の場で磨きつつ就職活動をすすめた。オバマ大統領は、2009年1月20日大統領就任式直前のクリスマス休暇は、幼少期を過ごしたホノルルに滞在したため、ゴルフ、サーフィン、ローカルレストランに出没など、オバマの動向が連日ローカル番組や新聞で報道されていたが、個人的には生オバマには遭遇できなかった。2009年は松井がMVPとなりヤンキース優勝に大きく貢献した年で、米国での日本人の成功の験担ぎで、私も米国で臨床医として研鑽したいという思いがさらに募った。その情熱が伝わったのかは不明だが、私も運良く、翌年からのピッツバーグ大学の家庭医療レジデント6人枠の1人にマッチし狂喜乱舞した。

しかし、異国での人生2度目のレジデント生活は、特に1年時に言葉の壁で想像以上に苦しんだ。東海岸のネイティブが話す怒濤のアメリカ英語に加え、南米、インド、中東、

他アジア出身者の訛りある英語は、日本人には聞き取りづらかった。患者、家族、医療スタッフとのやりとり、とりわけ相手の表情が見えない電話はさらに聞き取れず、要領よく伝えられずに毎回苦痛だった。もちろんハワイ滞在時も、日常生活は英語だったのだが、ハワイ住民の話す英語がアジア寄りのハワイなまりだったことに、ピッツバーグに住み始めてから気づいた。インターンの業務はハードで、なぜこんなところに来てしまったのかと後悔し、研修半ばでレジデント不適格のクビ宣告をされるのではと戦々恐々としたが、1年ほどして徐々に適応し、1年終了時評価では思っていたほどは評価が悪くなく2年目レジデントに無事あがれたことが大きな自信となった。とはいえ、以後も様々な苦労はあったが、文化やシステムの違う多様な患者の診療を通じての経験と学びを得て、2015年夏にフェロー研修後に帰国した。この時期に持ちこたえたことで、精神的に相当に図太くなったのは間違いない。

< 2021年 >

人生は短いとよくいわれるが、このように節目ごとに振り返ってみると、それなりに長く生きているなど私は感じる。生と死は表裏一体なので、生きている以上は年齢に関係なく、どの瞬間に死が訪れても何ら不思議でない。したがって、大した病気や怪我なく48年間も生きてこられてやっぱり運がよかったのだと思っている。

2021年は、年男を節目に、禅の言葉にある「放下著（ほうげじゃく）」の境地を心がけてみようかと考えている。つまり地位、財産、名誉、承認欲求などの様々な執着、こだわり、人間の欲などから離れ、情報の洪水や、SNSでの他者とのつながり度に翻弄されず、過去

に獲得した技能、実績、経験に依存しすぎることなく、「今現在」を大事に、シンプルに生きられたらと思う。

しかし「放下著」は、言うほど簡単ではないのは百も承知である。4回目の年男を迎えるにもかかわらず、いまだに日々の様々な欲に振り回されている。しかも、過去に獲得したモノを一気に捨て去るのは相当に勇気と覚悟がいるし、「MOTTAINAI」と躊躇してしまう。しかも、こだわりや煩悩を捨てすぎると、これまでの自分らしさが失われ、そもそも「放下著」の実現に執着すれば、結局そのこだわりを捨てきれない、という矛盾が生じる。過去への過度のこだわりはほどほどにしたいが、自身の過去の失敗からは目を背けず、きちんと振り返って教訓を得るプロセスは、今、将来をよりよく生きるのにやはり必要だとは思っている。

ということで、新たなものを1つ手にするために、今持っているものを1つだけ下ろすといった具合に少しずつ、「こだわらず、とらわれず、欲張らない」1年を過ごしてみたいと思う。