



あかり木通信

2025年6月号

あかり木診療所

趣味をもつこと パート2

昨年の「あかり木通信」のこの欄は、趣味を持つことの大切さについての話題でした。そこに、今まで趣味を持たずに過ごしてきた自分（診療所長）も何かはじめてみることにした、ということを書きました。そのひとつが「俳句」です。俳句といえば、かかりつけのSさんは新聞の投句欄に何回も掲載されたことがあるので、アドバイスをお願いしたのですが、ぼくは人に教えることは苦手と断わられてしまいました。俳句をやっているKさんに相談したところカルチャー教室を紹介されましたが、それはちよっと躊躇しました。そんなときHさんに教えていただいた「夏井いつき先生」のテレビ番組と本を参考に、まずは見よう見まねで作ってみることにしました。ちょうど、夏井先生が全国各地を俳句旅するNHKの番組が、次に横浜に来るので俳句を募集していることを知りました。せっかくなので投句してみたところ、運良く選ばれて番組に出演することになりました。

昨年12月18日、ちょうど休診日の水曜日に、石川町にあるブラフ18番館という洋館で、夏井いつき先生、ROLANDさんと、投句した俳句について語り合う番組の収録がありました。診療所についての句だったので、翌日にNHKのスタッフの方が診療所の様子を撮影にお越しになりました。そのとき診療所にいらしていた方には撮影にご協力いただきました。放送は今年2月21日に「夏井いつきのよみ旅！in 神奈川」というタイトルでNHKのEテレで全国放送されました。事前にお伝えしなかったのですが、たまたまご覧になった方からびっくりしたというお声もいただきました。みなさまに教えていただいていたはじめた趣味のおかげで、貴重な体験をしてしまいました。ご協力いただいた方、ありがとうございました。

尿のトラブル

年齢とともに尿に関するトラブルが増えてくる場合があります。具体的には尿がちかい、就寝中に何回も排尿のために起きる、尿のがまんができない、尿の出かたがわるい、尿もれ、尿に血が混ざるなどがあります。これらの症状の中にはちよつとした生活習慣のくふうやくすりによつて改善できるものもあります。心当たりのある方はご相談ください。ただし症状によつては泌尿器科などの専門医を紹介する場合もあります。

過敏性腸症候群

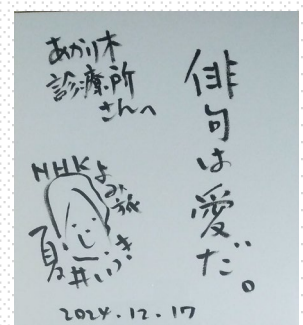
中学生、高校生のとくに男性に、テストや部活の試合など大事な場面でお腹が痛くなつたり下痢になつたりする人がいます。そんな人は「過敏性腸症候群」かもしれません。食事や生活習慣の改善やくすりの治療によつて症状がおちつくこともあります。中学生のころからこの症状に悩んで通院していたMくんも、このまえ無事に大学入試に合格したと報告してくれました。

もうひとつの趣味

俳句のほかに、もうひとつ趣味としてはじめたことがあります。それは「野菜づくり」です。以前から畑をやられているかかりつけのIさん、Fさん、Sさんなどから診療の合間に手ほどきをいただき、昨年夏にはナス、ピーマン、秋にはサツマイモ、冬にはダイコン、そして最近は大玉ネギ、ジャガイモなどを収穫することができました。小さなひと粒の種が大きなダイコンに育ったり、たねいもが10個以上のりっぱなジャガイモをつけたりするのを見ると、とても感動しました。そして、自分で育てた野菜の味はまた格別なものがあります。

俳句も野菜づくりも、はじめてみるとそれまであまり意識しなかった季節の変化を感じたり、気づいてなかったことに関心を持ったりするようになります。

夏井先生とも約束してしまったので、これからも俳句の趣味を続けていこうと思っています。



収録のあとでいただいた夏井先生のサイン