

健保連賞

ヒマワリとおてんとさま 佐藤 将人

68歳。早すぎる死というほどではないが、母との別れは辛かった。明るく前向きな、ヒマワリのような人だった。甘えん坊の末っ子にとって、母は誰より心強い味方で、一番の理解者だった。

食欲がないと受診した病院で精密検査を促され、判明した胃がんはすでにステージⅡだった。健康そのものだった母。油断もあったのだろう。健康診断から1年遠ざかっていた。年に一度、受けてさえいれば…。せん無い「たら、れば」を何度家族で唱えただろう。

会社員の僕にとって健診や人間ドックは、「やらされている」ものだった。体重は右肩上がりに増え、30代を過ぎるとお酒のせいで肝臓の数値も引つかかるようになっていた。「痩せない」と、「休肝日が必要だ」と思いこそすれ、運動も節酒も続かなかった。

そんな僕が、母の死によって変わった。

人間ドックで、母の胃がんの原因となったピロリ菌検査をオプシオンで加えるくらいで、あとは前と同じだった。ただ4年前の検査で、「胃に影がある」と告げられた。腫瘍かもしれないので、再検査を。医師に告げられた一言に、肝が冷えた。

当時、長女は15歳、長男は12歳。

再検査の結果、影の正体は良性のポリープとわかった。ただ少し大きいので切った方がいいと言われ、1週間入院することになった。

怯えたのが、長女だった。手術を告げると、「トト、死んじゃうの?」と大泣きをする。そんなことはないよと苦笑して頭を撫でたが、ハツとした。

母が自分を愛してくれたように、わが子を大事にしているつもりだった。「別に大丈夫だろう」と高をくくって、徐々に不健康になっていく自分を甘やかすことは、妻と、そしてこの子らを、いつか本当に泣かせてしまうかも

しれない。猛省した。

入院中はほぼ絶食だったので、痩せる良いきっかけになった。いつも三日坊主だったランニングを、ウォーキングでもいいからと毎日続けるようになった。子供たちが水泳で通うジムの「パパママ会員」になり、筋トレも始めた。

体重は1年間でも10キロ、体脂肪率も10%以上減った。「要経過観察と書いていない健診結果をもううのは、何年ぶりだろう。幼馴染に誘われたシニアサッカーリーグではキーパーとして20年ぶりに“現役復帰”を果たし、初優勝にも貢献できた。体が引き締まり、妻にも褒められた。前より動ける「トト」として、週末は子供と公園で思い切りボール遊びをしている。

どう生きるかは、人の自由だろう。食べ過ぎ、飲み過ぎ、太り過ぎ、ヘビースモーカー。本人が納得さえすれば「太く短く」だって、構わないはずだ。ただ人間ドックが人を救い、人生を変えるきっかけをくれることもまた、事実だ。手渡された切符をどう生かすかも、自分次第だ。

母ちゃん、ちよっと遅くなったけど、俺、ちゃんと変わったよ。今度は俺が、家族のヒマワリだ。おてんとさまから、きつと見ていて。