結果票の赤丸

けん（埼玉県）

人間ドックの予約票は、机の引き出しで何度も季節を越えた。忙しい、まだ大丈夫――そう言い訳するたび、健康は「先送りできる仕事」みたいに扱われていた。

四十を過ぎ、階段で息が上がることが増えた。夕方の缶コーヒーと深夜のラーメンが、疲れに効く気がしていた。晩酌の量も、疲労の分だけ増えていた。妻に「あなたの背中が、前より丸い」と言われても笑ってごまかした。

決め手は、子どもの一言だった。「パパ、ずっと一緒にテニスしよね」。その「ずっと」が、急に不確かなものに見えた。予約票を握りしめ、ようやく受診した。

当日は流れ作業のようでいて、看護師さんの声は驚くほど丁寧だった。「緊張してます？」と笑われ、少し肩が落ちた。検査のたびに、自分の体が他人事から「今の持ち主」に戻ってくる。

結果説明で、医師が丸を付けたのは二つ。血圧と血糖が境界域、そして胃の内視鏡で小さなポリープが見つかった。悪いものではなさそうだが、念のため精密検査を、と。

手渡された結果票には、赤い丸と矢印が並んでいた。紙の上の数字が、体重計の目盛りより正直に、ここ数年の暮らしを告げていた。「このままだと、もっと太字になりますよ」と医師が言い、僕は苦笑した。笑いながら、内心では背広のポケットに小さな爆弾をしまうような怖さもあった。

帰り道、空の青さがやけに濃かった。怖さより先に、間に合ったという感覚が来た。精密検査の結果は良性。けれど「見つけられた」という事実が、生活を変えた。

翌日から、昼のラーメンは週一に減らし、夜は一駅手前で降りて歩く。晩酌はグラス一杯にして、休肝日をカレンダーに丸く書く。家では妻が野菜の皿を増やし、子どもは「今日は何歩？」と競争を始めた。家族が、僕の体を共同で見守るチームになった。

数か月後の再検査で、数値は少し下がった。医師は淡々と「続けましょう」と言っただけなのに、その一言が賞状みたいに嬉しかった。

人間ドックは、病気を探す日ではなく、未来を取り戻す日だった。引き出しで眠っていた予約票は、今、僕の財布に入っている。次に先送りしそうになったら、子どもの「ずっと」を思い出すために。