

— 『山と私』 —

外来4・5階看護師 榎 並 美智子

今回、思いがけず歯学部ニュースの執筆依頼をいただき、文才の無い私は少し躊躇しました。しかし、歯科外来での勤務も5年目になり、今年度看護師として定年を迎えるタイミングでのお話だったため、せんえつながらお引き受けすることにしました。

さて、平成15年に歯科、医科が合併し、はや14年が経ちました。当時の私は中央手術部に勤務しており、旧歯科手術室に助勤に行ったことが懐かしく思い出されます。特に印象に残っているのは歯科医師をはじめスタッフの接遇の良さでした。皆さんの気持ちのいい挨拶が、慣れない部署での不安を和らげてくれました。そして、種々の懸案事項もありながら、国立大学の付属病院では珍しい医科歯科総合病院としてスタートしました。縁あって4年半前当部署に配置換えになり、私なりに連携強化に微力を尽力してきました。現在は口腔外科領域における悪性腫瘍患者の入退院支援や多職種カンファレンスの活性化に向け模索しております。

話は変わりますが、タイトルをご覧になって山って何？と思われた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。実は登山を始めたことが、私にとって一つのターニングポイントだったので、少しお話しさせていただこうと思います。

初めての登山は中学時代の授業でした。しかし、この時は苦しさが行先し、「私の人生に山登りは絶対ない!!」と思っていました。そんな私が本格的に登山を始めたのは、仕事の上では中間的立場となり、40歳を過ぎ、やりがいを見いだせずにいた頃、友人からの誘いがきっかけでした。初めはロープウェイ等を利用した楽々登山からでしたが、自分の足で頂にたどり着いた時、何とも言

えない感動を味わいました。そして、登山を始めて分かったことは、中学時代の苦い記憶は、他人のペースで登り無理をしていたからで、自分の体力に合ったペースで、他人より時間はかかってもいいと割り切ることが大切だということでした。山ガール？と化した今は、登った者だけが味わえる達成感にハマってしまい、北アルプス等の映像を見ると「山が私を呼んでる！」と、年甲斐もなくワクワクしてしまいます。長～いやつは苦手ですが、知らないおじさん達のいびきものともせず爆睡、お風呂に入れないことやぼっとな便所も平気になりました。

絶景ならネットなどで簡単に観ることが出来る現在、周囲からは何故辛い思いをしてまで…と言われる。しかし、そこに行かなければ実感できない匂いや温度があり、それらが登頂した時の達成感を更に強くしてくれるのです。登り始めは快晴でも6合目位からガスが出始め、山頂は雨や強風で1m先も見えないなんて残念なことや、天候によっては登頂を断念せざるを得ない…なんてことも。山には何もそろっていませんし不便なことばかりです。でも、これほど魅了された理由は、苦しい登攀の末たどり着いた頂からの雄大な風景や、自然の多様性、そこに行かなければあえない可憐な山野草に魅せられ、さらなる未知の世界を求める欲求に、心が突き動かされるからかもしれません。今は気持ちが先に折れないよう、『諦めず登って行けば必ず頂にたどり着ける』と、自分を奮い立たせ山頂を目指しています。

どんな頂も一步一步、歩を進めることでしか到達することは出来ません。また、登ったら無事に帰ってくるのが、本当の意味での登山だと思います。そのためには事前に天候やコース、携帯品

を確認し、何より体調を万全に望むことが重要となります。人生においては、どんなに頑張っても辿り着けないこともあります。しかし、諦めない限り可能性はゼロでは無く、自分自身が「十分頑張ったからもういいか。」と思えれば、納得でき、後悔も残らないと思います。

私は、先入観を捨て、何かを始めることの大切さ、始めることで知らなかった世界が開けるということ、登山から学びました。更に、目標を見失わず、他人と上手く協調しながら、自分のペースでひたむきに努力すれば、いずれ目標に達する

ということを知りました。

最後まで拙い話にお付き合いいただき、ありがとうございました。歯科のことは何もわからない私が、ここまで楽しく勤務できたのは、暖かく迎え入れてくださった皆様のおかげだと、心から感謝しております。それまでは、全人的に患者を把握することが、看護の基本と称し、仕事に臨んでいましたが、生きるための基本である『食べる』ことの重要性を、再認識することが出来ました。残された時間を有意義に、最後まで自分らしく務めていきたいと思っています。

