

裏面の話題

みんなの居場所の裏面は、小学生にとって必要ではないかと思う問題、漢字、語、慣用句等々を載せていきます。ご家族の団らんの話題としてみてください。会話が広がります。

令和7年12月16日(火)

みんなの居場所

徒然

先日、家族と一緒に量販店を訪れた時のこと。店内に足を踏み入れるや否や、クリスマスのお空気に飲み込まれた。BGMも一役を担っている。私自身も自然と鼻歌がいついて出るほどだった。

そんな中、ひと際限やかな鬱屈感を醸し出している方向へ行ってみると、乳幼児で一杯のエリアがあった。そこには柔らかな素材でできた遊具が設置され、比較的小子ども達だけでも安全に遊び回ることができるエリアだ。お父さんやお母さんもそこで一息ついているらしい。

何となく違和感……

ほぼ全てのお父さんお母さんがスマホの画面に集中している。子ども達もどんな様子なのか気にする様子が無いのである。

核家族世帯が当たり前前のような現代において、世のお父さんお母さん方にはスマホを見る暇もないほど普段の生活が忙しいのだろうか。否、お休みの日子でも達で接する場面ではせめてスマホはしまっておいてほしいものだ。子ども達の掛け替えのない時間はあつたという間に過ぎ去っていくのだから。

シリーズ「自分を語る」#00

「ロリ菌の除菌治療のあたりまで来てしまっただけ。さて、再検査の日です。お医者様の指示通りの真面目に薬を飲んでいたら、痛みもなく吐き気もなく、何となく不安感を抱きながら先生の説明を受けました。その「ロリ菌治療」について少しお話しします。私のお医者様ではないので詳しくは書けませんが、あの時説明を受けたことを少し紹介します。

まず、私は短期間に胃潰瘍を繰り返したため、お医者様が「ロリ菌」の感染を疑われました。そこで、内視鏡による胃の組織採取を行ってそれを検査したそうです。何でも「ロリ菌」由来の酵素の有無を調べるのかなどが。でなければ、2回目の胃潰瘍になってしまった。「ロリ菌」感染が判明し、治療へと相成りました。その治療の大体は次の通りです。（私が記憶する限りのこと）1種類の「胃酸を抑える薬」と2種類の「抗菌薬」を同時に1日2回、1週間服用します。胃酸を抑える薬について、お医者様は「抑えてください。完全に胃酸を止める薬なので、食事の指示は絶対に守ってください。そこで自己判断で薬を止めることのないように。これが守られないのであれば、私は責任は持たせません。」現在では一次除菌療法成功率は約95%と言われているそうです。除菌がうまくいかない原因として、①薬を飲み忘れた、②自分の判断で服用を中止した、③除菌に使用する抗菌薬が以前使用したことがあり、「ロリ菌」に耐性が出来てしまった、ということが挙げられるそうです。私の場合①②③が当てはまりそうに見えたので、お医者様も強く私に訴えかけていました。しかも私、当時煙草を吸っていたところから心配の種が多かったようです。アルコールやタバコは胃酸分泌を促進することが知られており、除菌率を上げるために、除菌療法中は禁煙、禁酒が原則です。

さて、再検査当日の話です。私、痛みも何もないので少々浮かれ気分が病院へ来ました。最初に診察があって、その後、処方された薬を飲み、数十分後「アルミ箔のバックみたいなもの」に息を吹き込みました。なんかですね、「ロリ菌」由来の「アンモニア」の検査だそうです。その後、例の内視鏡検査へとなっています。検査は粛々と進み、相変わらず内視鏡検査から目が覚めたばかりだった頭を診察室へ。当時私の主治医は男性の主治医でしたが、食事のコントロールのために、女性の保健師さんがたまについてきてくれました。検査後でしたので私の脇で私を支えてくれていますが、どう見ても叱られた私を連れていく「姉」といった感じです。診察室の椅子に座らせられ、先生の一言を固唾を飲んで待つ私、一緒に待つ「姉」……先生は内視鏡の写像をじっくり見ている様子。

検査の写像を見る先生を見つめる私澤田……。先生の言葉は、「澤田さん、除菌成功です……。」

「やったー!」

「つか……煙草はやめなさい……!」

隣にいた（姉のような）保健師さん

「やめなさい……!」

「きいた……!」

「さ……!」

「澤田さん、さあでは言わないから、3ヶ月は禁煙ね。（保健師の）〇〇さんは澤田さんにお話を聞かされたと言ったんだけど、今は絶対飲んだらダメ。その3ヶ月後、また受診してね。」

「……!」

「は、はい。ありがとうございます。」

私が立ち上がった瞬間、二人で立てるのに何故かこの保健師さんと脇を抱えようとするんです。で、相談室みたいなところに連れていかれて、これから数週間の食事に関する指導が30分近くありました。面倒くさいなあ、って思っているはずなのにこの保健師さんと「分かった、澤田さん。」聞いて……

私は心の中で「はいはい、分かった分かった……!」と呟きながら「一応、はい、分かりました。ありがとうございます。」

と答えて、部屋を後にしました。

……

今思えば、この急性胃十二指腸潰瘍の経験は私に重要な示唆を与えていたと感じています。当時の私は、同期の先生に追いつくことがむずかしい仕事をしていました。しかも、前に進んでいるという実感から、それをストレスに感じていなかったのです。逆に、少しでも休むものなら、それが精神的に不安を煽り、それがストレスと考えていたのかもしれない。お医者様がおっしゃるには、丁度その頃の年齢が体を壊しやすいんだそうです。少しづつ体は衰えていくのに、気持ちはまだ若いものだから、オーバーワークになるらしいのです。今は私に思いますが、私個人としては、学校の先生は24時間就業に依って、まさに「エンズ・ストップ」と同じで考えています。でもそんなことをしていたら体はすぐに壊れます。だから、休める時には休む（これも、教師の仕事だと考えるようになっていました。その仕事にはメリハリをつけ、子ども達や保護者の皆様と向き合う時のエネルギーを蓄えておく、これが重要だと思います。子ども達も保護者の皆様も、教師が笑顔で元気であることを望んでいます。私この病気の経験から今まで、最悪なことを経験しては健康になり笑顔になります。笑顔はタダです。しかもタダで周りも明るくなります。来年も笑顔でいきましょう。（ついで）