

巻頭言

## 今までの人生を振り返り、更に今後の生き方について

公益社団法人熊本県精神科協会 理事 寺岡和廣

熊精協会誌の巻頭言の執筆依頼がありましたので、久し振りに今までの自分の人生に関して振り返り、更に今後の生き方について皆様に見て頂きたいと思い、書かせていただきました。私は今年の10月で63歳になります。私の人生において最も大切に重要なのは縁、すなわち出会いです。母は亡くなりましたが、長男として人生を始めさせていただいたので両親をはじめ妹や弟、それに家族との出会い。更に幼稚園、小学校、中学校、高校、大学の頃に私を応援してくれていた友人達。それ以上に精神科医となったところから勉強だけではなく、人生の先輩として色々と教えて頂いた恩師の皆様。そして熊本大学病院からスタートした精神科医人生と関わってくれる数多くの病院の皆様。特に患者様との出会いは私の医療者としての成長にはもちろんですが、人としての成長に関しても決して欠かせない大きな出会いだと思っております。このように数多くの方々との出会いが私にとって非常に大切な事ではありますが、感謝しても感謝しきれないほどなのです。

皆様ご存じでしょうが、父は卓球をずっとしておりました。それに加えて野球やゴルフ、更にサックスを使って音楽会にも出ていました。私は小さい頃は、コンクリートの壁に向かって一生懸命にボールを投げているのですが、小学生4年生の頃からは私が投げたボールを父がキャッチャーとして捕ってくれました。私が通っていた小学校ですが、今は野球部が出来ているのですが、その当時は野球部がなかった事から、父が得意な卓球部に所属していました。その後進学した中学、高校でも野球部はなかったので、卓球部やバレーボール部に属していました。小学生、中学生、高校生の時からずっと先輩や同級生の方達から支えていただく事が多く、何とか元気よく過ごせました。それまでは医師になりたいとは思っていなかったのですが、高校2年生の時に医師

を目指す事にしました。2年間浪人したのですが、何とか久留米大学医学部への入学が決まりました。その大学の準硬式野球部から野球の練習に来て欲しいと入学式前から依頼があり、練習に参加させて頂きました。そこでも本当に支えて頂き、6年生の最後の試合にも出して頂きました。その後、熊本大学医学部精神科に入局させていただきました。

今年で精神科医として34年になりますが、多くの方々からの支えがあり、医師として頑張っております。以前は久留米大学準硬式野球部に入ってきた新入生の歓迎会や、卒業生のお別れ会等が毎年開催され、参加しておりました。しかし新型コロナウイルスのせいで、ここ数年開催される事が出来なくなっています。それに加えて高校時代の同窓会や精神科の恩師の皆様にお会いする事が難しくなっております。私を支えて頂いている皆様とお会いできない為に少しずつ寂しくなっております。本当は早く皆様とお会いしたいのですが、少し運動をする事で気分を良くしたいと思い、5年ほど前に還暦野球チームに入れていただき、更に週に4回ほどスポーツジムに行っております。そこでエアロバイクを使用しているのですが、その際に昔から聞いていた槇原敬之、村下孝蔵、それにミスターチルドレンやサザンオールスターズ等の音楽を聴く事で、何とか元気が保てるようです。大好きだった音楽を聴くと自分の若い頃の楽しい人生を思い出す事が多く出来て、それによって、何とか元気が保てるようになっております。本当は新型コロナウイルスが早くなくなって、お会いしたい皆様とのイベントが開催される事を祈っております。最後になりましたが、是非皆様方も昔から大好きだった音楽を聴いていただく事が大切かもしれません。現時点では私を含め、皆様方は色々と難しい事が多いと思いますが、音楽を聴く事で、今後も幸せな人生を送れるだろうと思っております。