

ご近所の お医者さん

644

かわもと医院長 **河本英恵さん** 一大阪市旭区

始めることは大切だ

日々の診療に追われ、仕事以外は寝る、食べるしかしていないと、ふとした時に気が付きました。何か始めようと思いました。

一つは、ピアノの練習。きっかけは、子どもたちのレッスン。見ていると、一切練習しない子どもたちを相手に、とにかく

く褒めて良い気分にしてくれた先生がおられました。子どもが巣立った時に「お別れですね」と寂しそうにおっしゃり、つい勢いで「じゃあ、私がします」と言っていました。



健康寿命も延びるかも

一度、子どもたちに「練習する時間もないしうまくならないから、もうやめる」と言ったことがあります。その時の返しが衝撃的すぎて今でも覚えています。「練習なんて、せんでええねん。しないとかあかんと思うからしんど

いねん。練習せんでもピアノを弾いていると楽しかったで」。目からうろことは、このことかと思いました。

先生は「ピアノは少しでも触れてるとなんとかなるものよ」と言っておられたそうです。確かに、子どもたちはそれぞれ何曲か弾けるようになっており、気が向いたときにピアノを弾いています。

私も、日々の忙しさと疲れを言い訳にして、ほとんど練習しませんが、少

しずつ弾ける曲が増えてきました。何かを始めて続けることは、ものすごく労力と頑張りが必要だと思っていました。今はショパンやベートーベンの文句を言いながら、先生と細く長くのお付き合いをしています。私は、これでいいのです。これが、いいのです。当たり前ですが、一曲がある程度まで弾けるようになるまで何カ月もかかり

は仕事から離れるため、診療に戻る時に新たな気持ちで向き合えていると思えました。

今回、何が伝ええたかったかという、何でも構わないので自分が少しでもできそうな事は「無理だ！」と思わずに、まず始めてみる。そうすると何に対してもパフォーマンスが上がる！ということ。もちろん、健康寿命も延びると思いますよ。

(府医師会広報委員会委員)