

佳作

「責任」

青木 周大さん

「私には人間ドックは必要ない。」毎年のように人間ドックを受けていた両親に対する私の素直な意見だった。幼い頃から毎日のようにスポーツに打ち込んできた私が不健康なはずがない。運動している＝健康という方程式が私の中で完全に確立されていた。

しかし、この方程式がある日、突然崩れはじめた。私の母が突然「再検査になった。」と言ってきたのだ。私の母も幼い頃から活発に趣味や運動に打ち込んできた人だ。結果から先に申し上げると、再検査の結果は異常なかった。しかし、あの時母の顔、そして私たち3兄弟（兄と弟）の時間が一瞬止まったあの感覚は、今でも忘れることのできないものだ。そしてこの経験以来、私の日々の行動に少しずつ変化が生まれてきた。

小学生時代から毎日のように肥満の紙をもらっていたが、一度も内容を確認したことはなく捨てていた。高等学校、大学時代も、毎回体質改善の紙を受け取ってはいたが「オレは運動部だ。食べることが練習の一環なんだ。」と思い、一切の改善をしていなかった。そんな私でもあの時の「再検査」という言葉の重みを受けとめ、今では会社の健康診断の細部にまで目を通し、体質改善への道を歩み始めている。「健康であることが当たり前」そう思っていた昔の自分に、もし助言をできるのであれば、その「当たり前」というものは自然発生的に生まれるものではなく、自分の日常の健康に対する努力から生まれるものだとすることを教えてあげたい。

「健康」というものは、失ってから取り戻すことはとても難しい。さらに、

健康な状態において気を使うことも難しい。人生において強い影響力を持っているのにもかかわらず、盲点にもなっているととても危険な存在だ。私はたまたま自分の身近な存在である母親の体験から、こうした事実に気がつくことができた。

しかし、現在も低い日本の人間ドック受診率では、自分の不健康に気がつけない人の方が多いだろう。事実として、人間ドックを受診した人の9割が不健康という診断を下されたというデータもある。もはや昔のような、「健康でいることが当たり前」という時は遙か昔に終わりを迎えているのだ。

簡易なものでいい。献血車と同じ割合でもいい。子供、学生、主婦、社会人が気軽に身体検査をして身体の変化を感じる機会をつくったり、人間ドックを受けた方には「感想文」を書いてもらい心情を伝えてもらえないだろうか。今、必要なことは人間ドックを身近な存在にすることである。健診の正確性、精密性を高めることはもちろん必要である。しかし受診者が少ない現状に変化を与えるきっかけづくりも早急に必要なことではないだろうか。今までたくさんの大口を叩いてきた。しかし、幸運にも人間ドックの大切さを学ばせて頂いた経験を誰かに伝えたかった。残念ながら私には、画期的な簡易人間ドックを作る技術も情報を拡散させる術もない。

しかし1人の提案者として来月人間ドックを受診する。