



思いつくまま 63
気のむくまま

…ドクター内田のひとりごと…



アディショナルタイム

7月に入りました。いかがお過ごしですか?

5月後半はとても暑かったものの、6月に入ってからは肌寒い日もあり、なんだか過ごしにくかったですね。この原稿を書いている現在は雨でじめじめしています。皆さんに届くころにはどんな気候になっているのでしょうか。寒くても愚痴をこぼし、暑くても文句を言ってしまう私たちは、わがままでしょうか。それにしてもちょうどいい季節はなんだか短い気がしてなりません。

さて、皆さんは時間の伸び縮みってあると思いますか? 時間は全ての人に平等公平だからそんなことはあるまいと思う人、時間の感じ方って伸び縮みするかと思う人、そんなことは意識したことがないという人、いろいろだと思います。その「時間」について、作家の角田光代さんは雑誌(婦人之友2022年3月号)の中で「時間は伸び縮みするものと思っている」と語っています。「25歳にとっての一年と50歳にとっての一年、東京と石垣島での時間の流れ方など全然違うように思える」と。もちろんそれは体感です。でもその「体感こそが時間の正体ではないか」というのです。エッセイの中では15分という具体的な時間の使い方について書かれていました。彼女にとっての15分という単位は、仕事場まで歩いている時間。その間に予定を立てることもあったり、ぼわーんと過ごすこともある。そんな時間こそ、煮詰まった頭や不安への風穴になっていることがある。つまり「15分が長短を超越した貴重なもの」というのです。「1年に

比べると15分は一瞬のように短くて、何をしたか何を考えたか忘れてしまうけれども、1日も1年も、伸び縮みする15分が積み重なったもの」と締めくくっていました。なるほど。

医療の世界では、患者さんの人生の最後に寄り添うことがよくあります。そんな中、つらいけれども残された命の長さを伝えたいいけない場面もあります。例えば月単位だとか週単位、時には日にち単位といった表現です。この残された時間というのはなんだか冷たく寂しいものです。以前はサッカーの試合時間でロスタイム(空費した時間)という言葉が使われていました。しかし10年ほど前から、アディショナルタイム(追加時間)という表現になりましたね。いい表現になったと感じ入ったことです。「人生の最終段階はロスタイムではなくアディショナルタイムです」と伝えたいなあといつも思っています。

時間って命の一部なんですよ

(平尾誠二:ラグビー元日本代表監督)

今の季節を「過ごしやすい」と感じる心をもって、目の前の15分を大事にしていこう。そして、貴重なアディショナルタイムを今のうちから毎日作り出してあげればいいですね。

院長 内田 望

外来からのお知らせ

最新の休診情報は、町立病院のホームページ「診療日カレンダー」でお知らせしています。
※休日急患当番医は次ページをご覧ください。

休診

7月15日(金) 婦人科 黒崎先生

7月29日(金) 婦人科 黒崎先生

7月18日(月・祝)は、外来を休診します。



発熱外来

発熱や咳など呼吸器症状等のある人は、午後2時から4時までの間、発熱外来で対応します。必ず、事前にお電話(☎75-2332)いただき受診方法をご確認ください。

〈お子さんをお持ちの人へ〉

小児については、小児科医による診察が望ましく、かかりつけ小児医療機関や埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター☎0570-783-770(24時間対応)に電話などでご相談ください。