

白報

Vol.7

心でつながる身近な医療を目指して

医療法人社団 白報会

〒116-0014

東京都荒川区東日暮里5-41-2 NNビル9F

TEL:03(3806)8531 FAX:03(3806)6659

URL | <http://www.hakuhokai.com>

謹んで地震災害のお見舞いを申し上げます。

この度の東北地方太平洋沖地震により被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。皆様方には何卒お身体にご留意の上、1日も早く復旧されますよう心よりお祈り申し上げます。尚、東北関東大震災の被災地支援を行う為、医療法人社団白報会では義援金を募っております。皆様の善意により集められた義援金は日本赤十字社を通じ被災地に届けられます。

杉浦亨氏と対談



◆(左)杉浦 亨氏、(右)白 理事長 ※杉浦氏がコーチ時代に実際に着用していたユニホーム

杉浦 亨(すぎうら) とおる、58歳 はヤクルトスワローズで4番打者を務めるなどヤクルト一筋で40歳まで現役を続けた。その後ヤクルトの打撃コーチを務め、現在はヤクルト本社食品事業本部直販営業部部長を務めている。

元プロ野球選手として大活躍された杉浦さん。今回は白理事長との対談で、杉浦さんの少年期からプロ野球選手時代、現在に至るまでをお話いただきました。

野球はやりたかったが…

白理事長(以下「白」):「今ほど幼少時代から将来を見据えた教育が盛んではない時代にプロ野球界に入るきっかけは?どのタイミングで芽生えたのですか?」

杉浦氏(以下「杉」):「僕はもともと野球はやってなかったんですよ。というかやれなかったんです」

白:「やれなかった?」
杉:「子供がお遊びでやる!と言っても道具を買うお金がなかったんですよ」

野球名門校に推薦入学

中学時代にあらゆるスポーツ大会に出場していた杉浦さんに野球の才能を見出した陸上部顧問の先生が名門野球部がある愛知高等学校に推薦してくれたのがきっかけで、杉浦さんの本格的な野球人生が始まった。

野球というより…

野球名門校に入学した杉浦さんの同期はみんな小学生の頃から野球に本格的に取り組んできた精鋭ばかりだったそう。入学時、これまで野球をやっていた訳でもなく同級生の中ではいちばんへたくそ!レベルとしての入部だったそう。

杉:「入部初日に1年生全員が監督の前でバットスイングを見て

もうう事になりましてね。周りは中学生の野球とはいえそれなりに成績を修めていた同級生ばかり。

私といえばバットスイングなどはまともに習った事ありませんでしたからね。でも見様見真似でと

りあえず振ってみましたよ。そして何が良いのかもわかりませんが翌日からレギュラーメンバーとして先輩達に混ぜての練習でしたね」

白：「やっぱり素質でしょうか？野球名門校でその待遇は異例でらっしゃいますよね」

杉：「いやいや。確かに入部翌日からレギュラーメンバー入りは珍しい事かもしれませんが(少し、謙遜されている様子)。いきなりレギュラーは大変でしたよ」

白：「今まで野球の練習をしてなかったからですか？」

杉：「部活そのものが…野球の練習はともかく。1年生レギュラーともなると先輩からの妬みが凄かったですよ。しかも野球経験がほとんどなかったので同級生からも。過酷な練習の中、水1滴も飲ませてもらえないですね。部活が終わっても僕は寮生活でしたから先輩達との上下関係は24時間ですよ。本当にあの時代に野球はもちろん、僕の人間の資質も鍛え

られましたよ。はっきり言ってあの環境はイジメでした(笑)」

プロになってお金を稼ぐしか道はない

そんな厳しい環境にも耐え、3年生になった頃には速球派投手としても愛知県下では知られるようになっていた。そんな環境にあっても当時はプロになる事は意識していなかった。

杉：「ちょうどその頃、実家の区画整理があつて、実家を建て直したんですよ。その矢先、父が亡くなつてしまつて。家のローンがそのまま残つてしまいましたからねえ。そうなるのでプロに入つてたくさん稼いで借金を返していくという選択肢しかないですよ。本当は一般の企業に就職が決まっていたんですよ。苦労している母親も見えていましたから本当悩みましたね」

白：「そんな事情があつたんですね。てっきり若い頃から、いわゆるバブリーな生活を送られていたのかと思つてましたよ。」

杉：「よく言われます。」



◆青木 宣親選手のサイン入りバットと89(白?)のユニフォーム

私の場合は稼いだ分は全部自分のお金という訳ではなかったたので、皆さんが思い描いてらっしゃる成金みたいなプロ野球選手になりたくてもなれなかったですね」

白：「金ネットワークに高級外車のイメージですよ」

高校卒業後、ドラフト指名を受け国鉄スワローズ(現：ヤクルトスワローズ)へ入団。

これがプロ野球球団！

プロ選手時代は体が資本！体のケアには相当気を遣っていた杉浦さん。

杉：「正直、世間が思い描く華やかなプロ野球界とは違いました。ヤクルトは民間企業の野球部がプロになったようなものでしたから。巨人とかとは違いお金もないので選手層も薄いですよ。なので私のようにスタメンを務めていた選手はケガをしつうが試合に出ないといけないんですから…膝の半月板を痛めて手術した時も、本来なら半年間はリハビリなどで欠場するのですがね。私はそんなのお構いなしで出場していましたよ。それでも自分で出来る限りの体のケアは行っていましたけどね」

白：「どのような事ですか？」

杉：「白先生に言うほど医学的な事は何も出来なかったんですけどね。若い頃はケアらしいケアはほとんど受けられずチームトレーナーは先輩選手のケアだけでした。」

自分で出来る体調管理といえ、今も変わりなく心掛けているのですが、何か気になる事があれば直ぐ先生に相談するなど、予防という観点で早め早めに対応する事です。あとはやっぱり食事ですね。ナイター試合などもあったので11時と23時の1日2回の食事でした。奥さんが毎度、とにかくたくさん種類をバランスよく摂れる食事を作ってくれました」

白：「杉浦さんのトレーナーは奥様だったんですね」

杉：「(笑)。でも本当にあの環境の中、自分の選手生命を維持するのは至難でしたよ。今の時代にプロ選手をやっているならば50歳まで現役を続けられたと思いますよ。大げさではなく、時代とともに選手を管理する技術、環境は全く違いますから」

現在は

白：「現在は何か体のためになさつてるのですか？野球は？」

杉：「野球については取引先の依頼を受け全国で子供たちの野球教室を開催してますね。野球の技術はもちろん、礼儀なども含めて教えています。あとはゴルフですね。(目の前に居る白先生とニヤッ!)「ゴルフなど社会福祉貢献の一環としてチャリティーゴルフを行っています。」

白：「杉浦さん、ゴルフすごい上手ですよ。よく野球選手がゴルフをやっているのをテレビなどで観ますが、ゴルフと野球は何か共通するものがあるんでしょうか？」

杉：「私の場合はやつていて楽しいし、いろいろな方と出会える事が嬉しいですよ。ゴルフって性格が出るでしょ。白先生とはとにかく素直！私の印象ですね(笑)」



◆白報会本部にて

安部さん手記——私が心に響いた白語録(あべちゃんの日めくりエッセー)

『ドクター白』との6年間

当局よりV.O.R.3で白理事長と対談を下さいました安部喜美子様が娘・優子様の長く壮絶な介護、療養を通して主治医であった白理事長との思い出を振り返ります。

掲載は6回に亘り連載する予定です。

心房細動が悪化してその手術の為に入院していた矢先に病院で突然死した夫。娘優子が胎児性の病に冒され多重の障害を持つこの世に生を受けてから三十年。共に手を携えて娘を守り抜いて来たがとうとう覚悟していた事が我が家におこってしまった。

そして私の一人介護が始まったのである。

こうして平成十四年の夏に白先生と出会う事になったのである。

初めて我が家に訪れた彼はまだ四十前の青年医師であった。そして週一回の訪問が始まった。娘の障害の重さ、状態の悪さを想うと、この余りにも若い青年医師に全て委ね、今の苦境

から抜け出せるか不安が過った。だが回を重ねる度に先生は私の治療法を受け入れて下さり薬を処方して下さいました。却って私の方が厚かましくて傲慢で強引で嫌な母親振りが表に出て、さぞかし先生にとっては扱いにくい部類の介護人であったと思われるのであった。

ある時クリニックのスタッフが訪れた。その話の内容に不安を覚えてつい声を荒げて私の想いを吐露した事があった。彼の目にはいつもニコニコしている一見やさしそうな叔母さんが鬼ババアに豹変したのである。彼は驚きの眼で私を見ていた。私は娘を守る為には鬼ババアにだって何にだって変身出来た。娘を守るのだらったらどんなに自分が悪く云われても平気だった。

ある時「こんな生活をしていたらお母さんの方が先に逝くよ」と白先生に云われた。

私はそんな事は初めから覚悟の上での一人介護だと口には出さなかったが胸の中で「何よそ

んな事!!」と反発していた。

そして白先生に「私がここで死ぬような事になったらその時に私に力が残っていたら優子を連れて旅立つから」と不貞腐れて云った。

そしたらあのいつもはやさしい白先生が激怒した。

「優子ちゃんには優子ちゃんの人があるんだ。そんな事は許されるもんじゃない。お母さんが居なくなったら僕が責任持って優子ちゃんを見るから絶対にそんな事はしないでくれ」と私に向かって厳しく激しい口調で云った。

初めて会った時にあの若さ故に私に経験の少なさを烙印を押された白医師が、こんなにも心の温かい頼もしくてこれからの私達二人が寄りかかってもお互いそれとは倒れない医師である事が私の胸にズッシリと入った。あの得も云われぬ心細さから解放された瞬間でもあったのである。

それからと云うもの先生は我が家に来ると玄関に入るなり「お母さあ〜んトイレ、トイレ」と云いながら家に入ってくる様になった。

…次号に続く

[医療ニュース] 花粉症豆知識

花粉症とは

花粉症のアレルギー症状は、花粉が目や鼻の粘膜に接触することで現れます。鼻の粘膜や目の粘膜に付着し、表面の水分によって抗原(アレルギー)が溶け出すことで、アレルギー症状を引き起こします。そのため、花粉症は目や鼻などの、空気と接する粘膜臓器に症状が集中して現れるのです。症状としては、目のかゆみ、流涙、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどがあります。

日常生活の中で花粉症を予防しよう

★着るものにも工夫を!

外出するときは、上着はウールなどの起毛製品よりも表面がすべすべした素材を選んで着るようにしよう。家に入る前には、身体に付着した花粉を払い落としてから入ること。

～ペットの落とし穴～

また、お散歩後のペットの毛は花粉の温床です。家に入れる前には毛をブラッシングして花粉をしっかり払うようにしよう。

★洗濯物にも注意!

花粉の時期には洗濯物を外に干さないことも重要。現在は部屋干ししても臭わない洗剤等ありますし、乾燥機付き洗濯機も沢山発売されていますので上手に活用しよう。

★掃除の際は水ぶきも!

部屋に入った花粉を除去するには、掃除機だけでは十分に花粉を取り除けないもの。水ぶきで床も空気もピカピカに。

部屋が物が溢れかえっていると、掃除もしづらくなるので、部屋をシンプルに掃除しやすくすることも大切!

そのほかにも、花粉症の症状を軽減するためには、バランスの良い食事をとること、規則正しい生活習慣を送ること、ストレスや疲れをためないことなどが大切といわれています。また、お医者さんへの相談も忘れずに…☆

