

# 私を語る

## 第21回

N. T. 新制27回

昭和52年 教育学科卒

61歳の時、テニスをやっていた左足のアキレス腱を切りました。6週間ギプスで固める保存療法のあとリハビリに入りましたが、なかなかできなかったのがスキップと片足のつま先立ち。私は子どもの頃から運動神経がよく、大抵のスポーツはこなせると自負していたのに、その私がスキップもできない！整形外科のリハビリ室のベッドで静かにマッサージを受けている人たちの間で、1人だけ、まるでビリーズブートキャンプ（古い！）のようにリハビリを続けた結果、スキップはできるようになりましたが、左足の片足つま先立ちはまだできません。以来、当たり前のことですが準備運動に時間をかけるようになりました。

「準備に時間をかける」のは、テニスに限ったことではなく、仕事にも言えることです。私は、ドクターにインタビューをする仕事をしていますが、その準備に年を追うごとに時間をかけるようになりました。インタビューの目的を理解し、内容を把握し、難しい専門用語や薬の名前を覚え、60分～90分のインタビューの間、集中力を保つこと。すべて「準備次第」です。以前と同じレベルを維持するには時間をかけざるを得ないというのが本音なのですが、もともとどんなことに対しても「準備をする」ことが嫌いではなく、むしろ楽しめる性格が幸いしています。

これから先の時間は、今まで生きてきた時間より短いです。ポジティブなことばかりでなくネガティブなことも多くなるはず。でも、いつでも、何に対しても、心身共に「準備OK！」と言えるようにしたいと思っています。