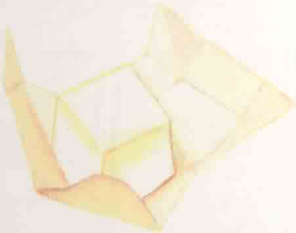
刺激的生活

岸本葉子
kishimoto yoko



潮出版社

刺激的生活

江苏工业学院图书馆
藏书章

岸本葉子
kishimoto yoko

潮出版社

岸本葉子――きしもと・ようこ

エッセイスト。1961年、神奈川県鎌倉市生まれ。東京大学教養学部卒業。大学卒業後、保険会社に勤務したのち、北京外国語学院に留学。帰国後、日常生活や旅をテーマにしたエッセイで、新聞、雑誌などで幅広く活躍。2003年に発表した自らのがん闘病を綴った『がんから始まる』（文春文庫）は大きな反響を呼んだ。著書に『40代からはつらつと生きるために』（角川学芸出版）『ぼんやり生きてはもったいない』（中央公論新社）『楽で元気な人になる』『あれもこれもで12か月』（ともに中公文庫）『四十でがんになってから』（講談社）『わたしのひとり暮らし手帖』（文春文庫）『40代のひとり暮らし』（ミスター・パートナー）『そろそろ旅へ　モンゴルのおすそわけ』（東京書籍）など多数。

初出――月刊『潮』2005年1月号～2006年12月号

刺激的生活

2007年7月5日　初版発行

著　者――岸本葉子
©Yoko Kishimoto 2007, Printed in Japan
発行者――西原賢太郎

発行所――株式会社 潮出版社
〒102-8110　東京都千代田区飯田橋3-1-3
電話　03-3230-0781（編集）　03-3230-0741（販売）
振替口座　00150-5-61090
http://www.usio.co.jp

印刷・製本――明和印刷株式会社

ISBN4-267-01758-2　C0095
乱丁・落丁本はお取り替えいたします。

刺激的生活〜もくじ

腸を空にする　7
無分別、許すまじ　14
冷えは下から　22
金縛りの原因は　31
悪魔の選択　38
ホラーな露天風呂　48
三万円のジューサー！　56
ホットカーペットの報い　64
肥満スパイラル　72
不屈にジム通い　79
割れ目とくぼみのお話　87
都心進出計画　95
どうする？　飛行機　105

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongboo

置き鍼をしてみれば　114
洗濯乾燥機の悲哀　123
三・五センチの攻防　131
迷える脳　139
たまには怒ろう　148
寒天にはまる　157
遅まきながら韓流　165
胃カメラ初体験　173
カルチャーセンターに行く　181
歯ぎしりの日々　189
バードウォッチングのすすめ　197
あとがき　206

装幀――こやまたかこ
装画――大森せい子

刺激的生活

腸を空にする

待ちに待った大腸ファイバー検査が、やって来た。内視鏡のついた管のようなものを、肛門から入れ、一・五メートルから二メートルある大腸の、はしからはしまで観察し、病変の有無を調べるのだ。

数年前いちど体験したが、そのときは途中止まり。「全線開通」するのは、今回がはじめてである。

人に話すと「ああ、あれ、やったやった」と言う男性がひとりいた。内視鏡を覗いていた医師が、「うわっ、なんだ、これは?」と叫んだので、ぎくっとすると「なんて長い腸だ!」。精神衛生のためにも、検査をする人は、ポーカーフェイスでいてほ

しい。

彼の言うには、人によって相当、技術に差があるとか。へたな人にあたると、無用に苦しむ。そう聞いて、予約を取るとき、係りの女性に「なるべく楽にすませたいんですけど、どの先生の日がいいでしょう?」と耳打ちしたが、答えられるわけないですね。

運を天に任せて、あいているところに入れた。某日の午後一時半だ。

それまでに準備すべきものがある。容量が二リットル以上のポリタンク。

腸を空にするための薬を、当日飲むが、あらかじめ粉末で渡されたものを、二リットルの水に、自分で溶く。一リットルずつ分けてはだめ。成分が均一になるように、必ずひとつの入れ物の中で混ぜることと、注意書きにある。

「そんな大容量のもの、コンビニで売っている飲料のペットボトルにはなさそうだしな」。ホームセンターまで出向いて、買ってきた。

注意書きをさらによく読めば、服用をはじめてから、便通が終息するまで、約四時間。病院には一時には着きたいから、十二時に家を出るとすると、逆算して、八時スタートか。

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongboo

午後の検査しかあいていないと知ったときは、「午前中まるまる、飲まず食わずかあ」とちょっとがっくりしたけれど、こうなると、ラッキーだった。朝いちの検査だったりしたら、明け方から下剤をかけはじめねばならず、睡眠不足の状態で、検査を迎えることになる。

冷えている方が飲みやすいそうなので、前日の夜作り、冷蔵庫でひと晩ねかせておく。水を張ったポリタンクを、両手で抱え、ゆっさゆっさ上下させると、二リットルの重みを実感してしまう。

「もし今、フタがとれて、中身をぶちまけてしまったら、せっかく予約を取ってあっても、検査できなくなるのだわ」と気づいて、手つきは慎重になる。薬の代わりはないのである。

「でも年に千人受けるとしたら、一人や二人は、そういう人いるだろうな」と思いつつ、攪拌(かくはん)を終えた。フタがゆるんだりしていないか、もういっぺん確かめ、冷蔵庫へ。

さて当日。八時きっかりにセットしてあったアラームを合図に、服用開始。二リットルをいっき飲みするのではなく、十分刻みに一カップずつ、二時間かける。

注意書きによれば、一時間経過したあたりから、便通がはじまり、服用終了後なお二時間は、トイレに通い続けるらしい。こりゃ、「午前中まるまる家にいるのだから、何かまとまったことをしよう」なんて考えは、潔く捨て去らねば。

飲んでみると、意外や、塩っぱい。前のときは、アルカリイオン飲料のような、ほのかな甘みをつけてあったぞ。

生理食塩水に似せて、少しでも抵抗を少なくしようとしたのだろうが、それでも苦みはごまかせず。どっちが飲みやすいかは、好みにもよるだろうけれど、積極的に味わいたいものではないですね。

口の中に含む時間を、なるべく短くすべく、飲み下す。ポリタンクを元に戻したら、十分後にアラームをセットし、鳴ったら冷蔵庫を開ける→計る→飲む→閉める→セット。その繰り返し。

「喉が渇いてもいないときの二リットルって、結構あるなあ」という感じ。飲んでも飲んでも、ポリタンク内のかさが、ちっとも減っていないような。「まさか量を、間違えてるとか」。経過時間と回数を、思わず計算し直したほど。

そのうち、寒けを感じてきた。そりゃそうだ。冷蔵庫から出したてのを、口の中で

温めることなく、胃に流し込んでいるのである。今の私を、サーモグラフィで見てみたら、一カップ飲むごとに、胃を中心に、青みが濃くなっていくに違いない。

ポリタンクを出しっぱなしにしておいて、常温の方がいいかとも思うが、口当たりからいうと、冷やの方がおすすめらしいし、悩ましい。せめて外側から体を温めるべく、セーターを、そのまた上にストールをと、一カップごとに重ねていく。家の中で、まさかこんなに着ぶくれるとは。

「思いもかけないところに、山場があったものだなあ」。ファイバーを腸に入れるときのたいへんさは、「長い人」からもさんざんに言われて覚悟していたが、入れられる状態にするまでの段階が、かくもたいへんだとは。

「残り二分の一」「あと五回飲めば、おしまいね」。胸の中で、カウントダウンしながら、カップを傾ける。

で、便通の方はというと……これが、なかなかないのである。第一回めが起こるとされる一時間を、とうに過ぎたのに、何ら兆候なし。静かなものだ。

「もしかして私も、腸の長い人なのでは」。日頃の食生活が、やや草食寄りだから、可能性はある。だから、効果が現れにくいとか。とすると、ファイバー挿入にも、そ

のぶん時間がかかるわけで……思考がネガティブな方へ傾きかけたところで、おっ、来た。

冷蔵庫の開け閉め、計る、飲む、アラームの動きに、さらに、トイレとの行き来が加わった。こうなると、重ね着もじゃま。ストール、セーターと、逆の順で、一枚ずつ脱いでいくものが、廊下にたまる。

こうなると、ひとりなのは救い。トイレ、台所、廊下と、空間が自由に使える。姑が厳しい旧家の嫁だったら、かなりつらかったかもと、わが身の幸いをありがたがる一方で、「仮にうまいこと長生きできたとして、私、八十歳になっても、これをするかなあ」と、やや腰が退(ひ)けるのであった。

そして、遅くはじまったからには、終わりもずれ込むのが、理(ことわり)というもの。規定の四時間を経過しても、おさまらず「このままでは、家を出るに出られず、遅刻する」と焦るが、こればかりは、いかんともしがたい。「長い人」との前提で、服用開始を早めるべきだったと思うが、後悔先に立たずである。

どうにか間に合いはしたものの、気苦労と肉体的消耗とで、疲弊しきって検査に臨む。この上、痛くてはかなわないので、「痛みへのご対応をくれぐれもよろしくお願

い申し上げます」と問診票に記入する。

検査台に上がってから、鎮静剤を打つ。意識レベルが、全体的にダウンするらしく、眠くなる。「モニターを見るのは、抜いていくときにして、まずは目を閉じて、リラックスして下さい」と、看護師さんのアドバイス。ときおり、肩や首まで響く衝撃があったが、なんとか、はしっこまで行けたよう。

期待していた腸内映像は、意外と、何ということはなかった。魚肉ソーセージ色の、凸凹の壁に囲まれた洞窟内に、水が溜まっており、その中をカメラが後ろ向きに進むような。大腸ファイバーとはいかなる検査かを説明するカラー写真が、よくあるけれど、総じてあのとおりで、特筆すべきオリジナリティーはなかった。むろん、ない方がいい。

後日「腸の長い人」に報告すると、「えっ、前日の夜まで、ふつうにご飯食べてたの？　進歩だなあ。僕のときは、たしか前々日くらいから、制限されたよ」。そうなのか。

やがては、さらに進歩して、二リットルの下剤を飲むことも、昔語りになるのだろうか。

無分別、許すまじ

前の家の近所では、ごみを調べる女性が、出没した。髪を後ろでひとつに結んだ中年女性。履き物はつっかけといういでたちからして、公務で巡回しているのではないらしい。

電信柱の下などに、ごみ袋があるとしゃがんで、不正なものが混入していないか、点検するようす。

点検といっても、探知機のようなものがあるわけではない。装備としては、箸くらいの棒きれのみ。地面の上に中身をあけて、棒の先でより分ける。棒一本で、というところに、かえって執念を感じてしまう。

试读结束：需要全本请在线购买： www.ertongboo