さいとう内科・循環器クリニック通信

Vol.67
2025年4月

住所：東京都中央区日本橋大伝馬町13-8
メディカルプライム日本橋小伝馬町3階
TEL：03-3639-3110　FAX：03-3639-3112

2025年4月　診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

18時最終受付

2025年5月　診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

「今月の言葉」
読むことは人を豊かにし、話すことは人を機敏にし、
書くことは人を確かにする
～フランシス・ベーコン（イギリスの哲学者）～

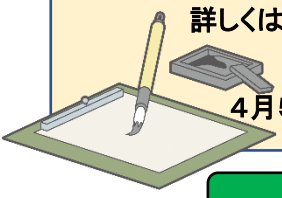
一般診療	月	火	水	木	金	土	日
10:00-13:00	●	●	●	●	●	●	×
15:00-18:30	×	●	●	●	●	×	×

●9:00-12:30

診療時間変更
【変更後】午後15:00～18:30（火曜日～金曜日）

予約システム変更
詳しくはホームページをご覧ください

臨時休診
4月5日（土）、4月28日（月）



文字を書くこと

私はアマチュア・オーケストラでヴァイオリンを弾いています。ある日、練習会場の区民センターを訪れるとちょうど書道展の会期中でした。おそらく、地元の書道サークルの方々の作品なのでしょう。楷書や行書、はがきや手紙など、素材も表現も実に多彩で、それぞれ込められた思いが作品からにじみ出ているようでした。

その展示を眺めているうちに、ふと自分の幼い頃の記憶がよみがえってきました。私は小学校低学年のころ、友人のお母さんが開いた書道教室に、「数合わせ」のような形で通い始めました。集まったのは、皆、顔なじみの学校の友達ばかり。教室というよりは遊び場の延長ような雰囲気で、書道よりも鬼ごっこに夢中になることのほうが多かったように思います。

それでも、教室に通っているうちに少しずつ字は上達していったようです。段も順調に上がり、小学生が取れる最高の段まで昇級しました。また、小学四年生のときには、学校の代表として書初め大会にも出場したことがあります。やがて高学年になると、仲の良かった友達が一人、また一人とやめていき、私も教室を去ることになりました。
大人になってから「字がきれいですね」と褒められることがたまにあり、そのたびに「そういえば昔、書道を習っていたな」と、少し嬉しい気持ちになります。

中高生は、筆記用具にこだわり始める年頃かもしれません。私も入学祝いに万年筆をもらい、それがとても嬉しかったのを覚えています。家にあったインクを詰めて、何かを書いてみる――ただそれだけのことが楽しかったのです。父がよく万年筆で原稿を書いている姿を見ていて、その姿に憧れていたのだと思います。父は鉛筆も好んで使い、いつもナイフで丁寧に削っていました。そのナイフを譲り受けた私は、高校時代、鉛筆をナイフで削ることに夢中になり、今でもそのナイフは私の手元にあって、時おり鉛筆を削るときに使っています。

ただ、万年筆はインクで手や紙を汚してしまうことが多く、いつの間にか使わなくなってしまいました。ところが最近になって、妻から「kakuno」というパイロット製の手軽な万年筆をもらったことで、記憶がふたたびよみがえりました。懐かしさに駆られてインクを詰め、試しに字を書いてみると、万年筆はボールペンと違って筆圧が要らず、少し寝かせて書くと独特の味わいが出ます。自分の書いた文字が、どこか温かく、柔らかく感じられました。

すっかり気に入った私は、「何か書くものはないか」と身の回りを探しました。そういえば、日記をつけていたことを思い出したのです。しかし、それはよくある三日坊主で、しばしば空白の期間ができていました。そこに万年筆を使ってみようとひらめきました。実際に書いてみると、不思議と手が自然に動きます。今では、毎日ブルーブラックのインクで日記を綴っています。ページをめくるたびに、そのインクの色合いが心地よく、読み返す時間さえ楽しいものになりました。

一方で、私は以前から手書きの書類を仕事で書くことがどうにも苦手でした。効率が悪く感じるというのもありますが、それ以上に、自分の書いた文字を誰かがパソコンに打ち直している姿を想像してしまい、それが申し訳なく、落ち着かない気持ちになるのです。

それでも、手書きの文字にしか出せない温かみや個性があることも知っています。年賀状や手紙で見かける手書きの文字には、その人ならではの筆跡があり、どこか懐かしさや親しみを感じます。大学時代の友人の字も、今でもはっきりと思い出せます。あの丸みのある字とか、筆圧の強さとか、角ばった文字とか――文字そのものが、その人を思い出させてくれるのです。今の時代、そんなふうに「字から人を思い出す」体験は少なくなってきたように感じます。

最近では郵便料金も上がり、手紙を書く機会もめっきり減ってしまいました。だからこそ、特別な思いを伝えたいときには、素敵な文具を手に取り、丁寧に、心を込めて字を書きたいと思うようになりました。

思えば、最近観ている大河ドラマでも、主人公たちが筆を手に、和紙に言葉を綴る場面がたびたび登場します。『光る君へ』では、和歌や手紙を通して人の思いが静かに交わされ、『べらぼう』では、江戸の町の片隅で、文字が夢や自由を運ぶ道具のように描かれていました。筆をとるしぐさ、墨をすり、紙に向かう時間――それはただの所作ではなく、生き方そのもののように感じられました。

そんな場面を目にするたびに、私もいつか筆を使って書いてみたいなと思います。ゆっくりと、墨をすりながら何かを書いてみたい。そのときには、たとえば今日の日記のように、心の奥にあることばを、ひとつずつ大切に綴ってみたいと思っています。

文責　齋藤　幹