

# 歌おう「医師じゃない私」解放し

生  
老病死の  
旅路

● 海原 純子 さん

心療内科医、読売新聞「人生案内」の回答者のほかに、歌手としても活動しています。9月には初のジャズアルバム「RONDO」を出しました。実は、歌手活動を始めたのは、医師になる前のことでした。

医大生だった19歳の頃、開業医だった父の結核が再発し、働けなくなっていました。生活費が必要で、何かアルバイトをしなきゃと思っていたところ、たまたま新宿のクラブで歌手を募集中と聞きました。2曲だけ覚えて店で歌ったら、専属歌手にしてもらえました。

すてきなクラブでした。地下にあって、1階は画廊、2階は喫茶店。従業員詰め所で勉強したり、喫茶店でバイトしている子と将来について語り合ったり。オーナーも若者を応援してくれました。それまで歌の専門教育を受けたことはなく、音楽教室でピアノのジャズのコード(和音)を少し習ったくらい。そんな私に歌わせてくれたのは、この場所だったからでしょう。夢がある時代でした。テレビドラマの主題歌のレコードを出したこともありました。

でも、5年ほど歌手をして、音楽はきっぱりやめました。研修医となり、音楽との両立は無



撮影・松田賢一

理。そして、自分でもよく分かっていました。リズムがダメ。英語の発音で細かなニュアンスを伝えられない。きちんと歌を学ばなかったことがネックとなり、ジャズを一生続けたとしても、きわめるのは難しいと思っただけです。やめるなら全部やめよう、レコードは全て人にあげて、聴くこともなくなりました。それから20年以上、医師の仕事に専念しました。正確な医療の知識を伝えようと、様々なメディアにも出演しました。でもやっぱり、音楽のエネルギーを昇華することはできませんでした。全然別なんですね。私は医師だけでなく、私の全てではない。別の私の部分を表現したい、でもできない。すごく苦しいんです。

1995年の阪神大震災で、夫の実家が被災しました。何か手伝わなくてはと思いつつ、クリニックを運営していましたが、なかなか行けない。様々なストレスが重なって、顔面まひになってしまいました。やはりそれまで、相当我慢をしていた。医者としても、妻としてもちゃんとしなきゃという思いが、ストレスになっていたことに気がきました。この国で育ち、いろんな慣習や、こうあらねばというものに縛られている自分がいました。1回それを外して、やりたいことをやろうと思いました。

数年かけてリハビリした後、99年から歌を再開しました。最初はシャンソン、2008年頃からは元々大好きだったジャズ。数か月に1回、ライブをしています。不思議なんです、ライブって立ちっぱなしだし、時間も夜遅くなる。でも、疲労感がないんです。肉体的疲労とは違う、別のエネルギーがもらえるんですね。

聞き手・鶴田裕介

「才能って、努力するのが嫌じゃないこと。続けると、自分らしい人生ができる」という言葉に、生き方の王道を見いだした気がした。

キッパリ助言する姿が印象的だ。それは海原さんにとって音楽にあたるものを、相談者にも追い求めるよう勧めているのだと気付い

99年から歌を再開しました。最初はシャンソン、2008年頃からは元々大好きだったジャズ。数か月に1回、ライブをしています。不思議なんです、ライブって立ちっぱなしだし、時間も夜遅くなる。でも、疲労感がないんです。肉体的疲労とは違う、別のエネルギーがもらえるんですね。

生き方の王道

本紙「人生案内」での海原さんは、相談者に本当に必要なことは何かを見いだし、それが困難な道だったとしても、迷わず進むよう

うみはら・じゅんこ「心療内科医、ジャズ歌手。東京慈恵会医科大学。女性のストレスが専門で、心の問題をテーマに研究・執筆活動を行う。2013、14年、復興庁の心の健康サポート事業で調査代表者として活動した。日本医科大特任教授、昭和女子大特命教授。著書に『「こころの深呼吸」(婦人之友社)など。』