



第32回

大和市医師会

今月のドクター 玉井伸哉先生

今月の担当 境 敏秀 (会報編集委員)



今回ご紹介する玉井伸哉先生は大和市南林間で開業されている小児科医です。

日々地域医療にご尽力されておりますが、ご趣味も多彩で、余暇には全国のマラソン大会に出場されるほどの運動愛好家でもあります。

それでは玉井先生をご紹介します。

最初に自己紹介をいたします。出生年は「もはや戦後でない」昭和32年。出身地は大阪府堺市。中学二年時に東京都目黒区に転入し、のちに関東地方（栃木、群馬、東京、神奈川）を転々とし、開業を機に大和市に根を下ろしました。

小中学校時代は、将来の展望も野心もない、平凡で目立たぬ少年でした。医学に関心を持ったのは高校時代。友人に借りた「どくとるマンボウ航海記」を読み、医者の仕事に憧れを抱きました。決定打となったのは生物の授業。Krebs回路を介してエネルギーを作る、生体の精緻な仕組みに衝撃を受けました。自分の進む道はこれだ、と直感しました。後年、生化学の分野（炭酸脱水酵素の研究）で学位を取得したことは、このときの興奮と感動がつないだ縁であろうと思います。

慶応大学医学部を卒業したのが昭和57年。子どもの笑顔を見たい一心で迷わず小児科へ。小佐野満先生、松尾宣武先生のご指導の

もと、小児内分泌、先天代謝異常、臨床遺伝の各部門で研鑽を積みました。平成5～8年の三年間、米国・セントルイス大学に留学する機会をいただき、Sly先生のもとでES細胞とノックアウト・マウスを用いる基礎研究に取り組みました。

臨床面では大学病院や基幹病院での診療に長く携わってきましたが、子どもとの距離をもっと縮めたい、プライマリ・ケアを究めたいとの願望がしだいに膨らみ、平成16年に大和市立病院を辞して小児科医院を開業しました。開業3年目から大和市医師会の仕事に就かせていただき、現在は副会長、救急、公衆衛生の三役を務めています。

硬い話題はここまでにして、趣味の世界に移りましょう。好きな分野は自転車、ランニング、鉄道（乗り鉄）、歴史散策、野球観戦、読書、落語鑑賞、旅行、切手収集など多岐にわたりますが、いずれも一家をなすレベルには至っていません。中途半端な趣味ばかりで恥ずかしいですが、その一端をご披露いたします。

最初は自転車。中学一年時にロードバイクを買ってもらったことが、この道に没入するきっかけになりました。初遠征は中学三年時の伊豆大島一周。見知らぬ土地を走る楽しさは格別で、漫画「サイクル野郎」の主人公の

ように日本を一周したいと夢想しました。しかし実際はまだ百分の一周もしていません。20～30代の移動手段はもっぱら自動車でしたが、その後は自転車に回帰し、健康維持を兼ねて努めて乗るようにしています。

40代でまず所持したのはマウンテンバイク。当時住んでいた鎌倉から三浦半島にかけてはオフロードの宝庫で、山道や海辺を颯爽と(?)走る快感に浸っていました(写真1)。



写真1 三浦半島の荒崎海岸。素敵な?悪路

しかし転倒して身の危険を感じてから方向を転換し、今はフォールディングバイクに執心です。愛車のBrompton S6Lは大切な旅の相棒。折り畳んで鉄道車内に持ち込み、目的地に着くと組み立てて走行します。いいとこ取りで便利です。日本各地を輪行で訪れましたが、ベスト・ワンを選ぶとしたら、しまなみ海道をあげます。青い海に浮かぶ島々の風景、島をつなぐ橋の造形美、よく整備されたコース。何度でも走りたくなる道です(写真2)。

次はランニング。もともとはメタボ解消の目的でなんとなく始めた趣味です。長続きするとは思っていませんでした。マラソン大会の初出場は南魚沼フルメマラソンの5km部門。初走りから半年後、54歳の遅咲きデビューでした。今なら「たったの5km」といえる距離が、当時は途方もなく長く感じられ



写真2 しまなみ海道。尾道から今治まで約60km

ました。沿道の声援と拍手に支えられて無事に完走できたことで、ランニングの面白さに一気に目覚めました。以来5年間でフルマラソン16本、ハーフマラソン18本を完走し、昨夏はウルトラマラソン(100km)にも挑戦しました。ほぼ毎日、雨の日も風の日も、嬉々として走っています。「ランバカ」と称される日も近いです(写真3)。

ランニングを始めて得したこと。一つめは身体に良いことです。余計な体脂肪が減り、筋肉が増えた気がします。御飯もビールも美味しいし、食べても飲んでも太りません。二つめは、患者さんとの会話のきっかけが増えたことです。診療所の待合室に、マラソン大会に出場した写真が自慢げに飾ってあります。「すごいですね」と褒められると、お世辞でも嬉しくなります。「私も走り始めました」



写真3 マラソン大会で獲得した完走メダルの数々



写真4 自院の中待合室。大会の報告を掲示中

とおっしゃるお母さんもいらして、同好者が増える喜びを感じます（写真4）。三つめは、スタッフの間でランニング熱が高まったことです。昨年、Tamai Kids Running Clubが発足し、お揃いのランシャツを作り、三名がマ

ラソン・デビューを果たしました。ランニングが取り持つ連帯感の強まりに、嬉しい手応えを感じています（写真5、6）。

ランニングを通して母校の医局員と交流できることも利点の一つ。毎年桜の咲く季節に



写真5 お揃いのランシャツを着て全員集合



写真6 南魚沼グルメマラソン。クリニック総出で参加（選手団と応援団）



「慶大小児科かけっこクラブ」に属する秀英たちが静岡・日本平に集結し、ハーフマラソンで健脚を競い合います。前夜祭から表彰式／反省会までの丸一日は、体育会の雰囲気を感じつつ、若いパワーを分け与えてもらえる貴重な時間です（写真7）。



写真7 日本平桜マラソン。
前列中央は高橋孝雄教授。その左に筆者

ランニングに抱く夢は、現在3歳の孫娘が成人する頃に、東京マラソンと一緒に出場すること。「じいじ、遅いよ。私、先に行っちゃうよ」「ひいい、待ってくれえ」なんて場面を妄想して、ひとり悦に入っています。夢を叶えるためには70代半ばまで現役で走り続けなければ！ 孫娘がマラソンに興味を持ってくれるかどうか最大の難関ですが……（写真8）

趣味について語り始めるとキリがありません。他の話題も数多ありますが、皆様の貴重なお時間をこれ以上奪っては恐縮ですので、このあたりで駄文を終わらせたいと思います。



写真8 北オホーツク 100km マラソン。
フィニッシュ後、応援に駆けつけた孫娘と感激の対面

最後になりましたが、本誌への掲載の機会を頂戴しました境敏秀先生には、日頃から循環器系の管理（心エコー図、運動負荷心電図など）でお世話になっております。おかげさまで安心してランニングに励めますことを、この場を借りまして深謝申し上げます。