

佳作

新たな挑戦

福島県福島市立北信中学校

1年 佐久間 美怜

今年1月、私は腰椎分離症と診断された。

私は、幼い頃から水泳やダンス、ピアノ等を習っていて、忙しい日々を過ごしていた。水泳は小学4年生の頃から選手コースに入り、週5日通っていた。練習は大変だったが、それでも休むことはなかった。高学年からは、水泳の大会にも出るようになり、練習はますますハードになった。

昨年の夏には、ダンスの発表会があり、ダンスの練習もハードになった。秋には市の陸上大会の走り幅跳びの選手に選ばれ、陸上の練習も加わった。放課後は陸上の練習、その後に水泳やダンス、ピアノに通う日々が続いた。今思えば、本当に忙しく大変な毎日だったが、どれも充実していたと思う。

ダンスの発表会や陸上大会が終わり、ハードな練習が落ち着いてきた年末頃、腰になんとなく違和感を感じるようになった。ハードな練習で体が疲れているせいもあるのだろうとあまり気にしていなかった。

年が明け、水泳の練習が始まり、平泳ぎをしていた時だった。私の右足が痛くなった。足がつったのかと思ったが、足がしびれて動かない感じだった。すぐに病院でレントゲンを撮り、先生に「骨が折れているかも。」と言われた。私は大きな不安に襲われた。レントゲンだけでは分からないので、すぐにCT検査をすることになった。

結果、腰椎の5番目の骨が折れていることが分かった。右側と左側の両方が折れていて、右はすでに終末期のため、元に戻ることは難しいと言われてしまった。せめて左側だけでも骨がくっついてくれば、痛みがなくなると言うと言われた。ただし、治療をするためには、半年間すべての運動を中止するように言われた。その瞬間、私は涙が出そうになった。今まで当たり前のようにやっていた運動ができないなんて信じたくなかった。

しかし、この痛みと付き合いながら水泳をすることは無理だと思った。それなら治療をしよう。治れば今まで通り運動ができる。私は治ることを信じて、治療をする決断をした。

治療が始まり、硬いコルセットを装着した。お風呂以外は外せなかったし、運動が一切できないため、水泳とダンスは休会することになった。本当につらかった。もちろん学校の体育もできなかった。ときどき、友達には「体育見学できていいな。」と言われたりもしたが、私にとっては体育ができることのほう

が、よっぽどうらやましかった。

悔やんでばかりもいられないと思い、少しでも治す努力をしようとコルセットはお風呂のとき以外はきちんと着け、カルシウムがたくさんとれる食事をしたり、早寝早起きをしたり、姿勢等にも気をつけて過ごした。

春になって、小学校を卒業し、中学校入学前に3カ月後のCT検査を受けた。少しでも骨がくっついていきますようにと祈ったが、ほぼ改善は見られなかった。ショックだったが、元々3カ月では無理だと思うと言われていたので、自分にできることをやろうと自分なりに腰椎分離症について調べたりし、日々の生活に気をつけたりして過ごした。

いろいろ調べたりするうちに、今まで習い事に行っていた時間を有効に使おうと思い、苦手な勉強にも挑戦してみることにした。いつも運動ばかりで、勉強はかなり苦手だし嫌いだった。始めたばかりの頃は正直ゆううつだったが、やり進めるうちに、今まで分からなかったことが分かるようになったり、できなかった問題ができるようになったりすると、大嫌いだった勉強も少し楽しくなり、できると思えるようになった。

中学校での初めての定期テストは、目標を立て、今までにないぐらいに勉強をした。結果は自分が立てた目標を超えることができ、本当にうれしかった。挑戦することがどれほど大切なことということを知ることができた。

そして、腰椎分離症から半年がたった。検査をしたが、結果は残念ながら治らなかった。

でも、また水泳を始めることにした。痛みが出たら休むということで再開することにした。すぐに前のように泳ぐことはできないし、いつ痛みがでるか分からないけれど、また好きなことをできるようになってとてもうれしい。ダンスはまだ無理らしいが、いつの日かダンスも再開したい。

私は腰の怪我で本当に落ち込んだけれど、腰の怪我があったから、私は違う方向に目を向け、いろいろなことに挑戦できたと思う。

そして、これからがまた新しいチャレンジだと思っている。以前のようにできるようになるにはかなりの努力が必要だと思う。それでも大好きな運動をまた一から始めるつもりで頑張っていきたい。