

健康管理の野菜作り

放射線技術科支部 末森 慎治

このたびリレーエッセイの執筆を依頼され、好きなことを書いてくださいとのことでしたので、今私がストレス解消を含め子供たちのためにしている野菜作りについて書いてみることにします。

その前にこのたび川崎医療短期大学松丘会の幹事に就任しましたのでご挨拶をさせていただきます。思い起こせば私が松丘会に携わった最初のきっかけは川崎医療短期大学の放射線技術科を卒業した昭和55年に始まります。当時放射線技術科の支部長として軽い気持ちで引き受けたことでした。私が松丘会を離れて20年近くの時が流れ、今では学科も多くなり卒業生数も驚くほどの数になっていることです。また、事業も精力的に行われていることにも驚きを隠しませんでした。35年間お世話になった川崎医科大学附属病院を離れた事をきっかけに、また松丘会の幹事としてお声掛けをいただき光栄に思います。今後さらに同窓会がより良い会になるように微力ながら尽力させていただこうと思いますのでよろしくお願いいたします。

さて、本題の「健康管理の野菜作り」ですが、幼少のころより私は家庭の農業の手伝いをしてるとはいえ45歳ごろまでは仕事に研究にと忙しく、いやいやながら手伝っていた事を思い出します。そのうち息子たちも結婚し、孫ができ、遊びに来てくれるようになりました。そんな時、孫の一人が「じいちゃんの作ってくれた野菜が美味しいわ」と言ってピーマンを一つとって生のまま丸かじりをしているのではないですか。そんな姿を見て驚きました。普段はスーパーで買ってきた野菜を食べているので苦くて大嫌いだと……。それ以来、孫の喜ぶ顔が見たくて週末には畑に出て色々な野菜を作るのが日課になっています。もちろん最初から美味しい野菜が作れたわけではなく、失敗の連続でした。私の師匠はお袋です。長年の経験とお袋の日誌を頼りに基本的な野菜作りから始めました。目標は化学肥料を使わない、有機栽培で防虫剤や除草剤を一切使わない、安全な野菜を目指していました。今では、冬場にしっかりと土づくり、夏場は草取りとの戦いの日々です。残念ながら青虫との戦いは全敗ですが……。そのおかげかも知れませんが最近では体調も良く、イライラする事が余りなくなってきたように思います。お決まりのご近所さんにも野菜を差し上げられるようにもなりました。ただ、嫁からは趣味の野菜作りにはお金がかかりすぎると愚痴を聞かされます。そんな板挟みの中、今日も寒さの中、土づくりに汗を流しています。皆さんもいかがですか、ご自分の健康管理と美味しい野菜をご家族皆さんで、さあ「いただきます」。