

おふ
たいま

心に響く！ 第九の舞台



京田辺市市民部長

松尾 憲雄 氏

部長になって3年。国保医療課や市民参画課など1室5課を束ねる。業務が多岐にわたる上、担当課が各階にまたがるため「あつちにこつちにと各課に足を運ぶ忙しさ」だ。

府内の市町村が人口減少に悩む中、京田辺市は子育て世代を中心に人口が増えている。「市民部は多様なニーズに応える市民窓口の最前線です。職員には市役所の『顔』としての自覚を持つようにと言っています」

医師に迫られて…

仕事が多忙になった2年前のことだ。人間ドックで中性脂肪と肝機能の異常を指摘された。昨年の夏、病院に行ったところ医者から「薬を飲むか、生活習慣を見直すか。選択を迫られた」と話す。ここは一念発起。覚悟を決めた。フィットネスクラブへの回数を週3回に増やし、30数年来続けている職場でのバレーボールも生かし積極的に運動することにし

た。ご飯を食べる前には必ず生野菜を毎食取るようにした。

地道な努力に目に見える結果がついてきた。「昨年の人間ドックで肝機能はすでに正常値に戻り、中性脂肪の数値も600からほぼ正常に近い170までに下がりました」。さらにこの1年で体重が6^キ、ウエストは4cm減になったという。「十一月の人間ドックが楽しみです」。こう言えるようになればしめたものだ。

バレー部では顧問兼58歳の現役選手である。「若い職員らと付き合っていると、いろんな刺激がもらえ『心の健康』になるんです」といい、「実は…」と話を続けた。

1万人でハーモニー

公募で集まった1万人がベートーベンの交響曲第九番を合唱する年末恒例のイベント「サントリー1万人の第九」に昨年、職場の仲間に誘われ参加した。10数回にわたる合唱レッスンに耐えた後、

「佐渡裕さん指揮のもと、壮大なハーモニーが大阪城ホールに響き渡った時は感動的でした。腹の底から声を出すので本当に気持ちがよかった」。魅力にとりつかれ今年も応募。早くもレッスンは始まった。十二月七日に再び「歓喜」の舞台に立つ。

もともと料理好きだったが、いつの間にか手作りの弁当を持参するようになった。公私ともに全力投球の毎日である。

