

身近な「ハマる」

元プロ野球選手・清原和博氏が、覚せい剤の所持で逮捕されたことは、NOSAI上越読者のみなさまのご記憶にも新しいことと思います。清原元選手の事件は、有名選手の転落物語としておおいにマスコミを騒がせました。そして、覚せい剤の恐ろしさを、社会に強く印象づけました。覚せい剤の使用によって精神や身体が影響を受けますが、それだけでなく、使いつづけているうちに、覚せい剤中心の生活になってしまつて、社会生活が破壊されてしまふ点が重大です。清原元選手は一流のスポーツ選手ですから、もともと自己規律の力や危険を回避する判断力はあつたはずです。それなのに、やめることができなかつたのですから、相当な苦境におかれてい

たのでしよう。そして、覚せい剤を使い続けることにより、状況がさらに悪くなるという悪循環におちいつていたことと思われまふ。つまり、清原元選手は、覚せい剤の「依存症」になつていたので、「依存症」になつてしまつた時には、自分の力だけではやめることはできません。専門家の治療をきちんと受けなくてはなりません。

このような深刻なケースでなくとも、わたしたちの身近な生活の中に、多数の「ハマる」を見つけることができます。「ハマる」ということは、なにかに夢中になつてそれがやめられない状況を描写することばです。たとえば「連続ドラマにハマる」「筋トレにハマる」などが頭に浮かびます。これが「買い物にハマる」「ゲームにハマる」「パチンコ、競馬にハマる」だとは

うでしよう。周囲の人は、これを聞いて少し心配になつてしまひます。覚せい剤と違い、これらは違法でもなんでもないので、経済的な損失や不健康な熱狂、他者とのトラブルを連想してしまふからですね。そして、いったんハマると、なかなかやめられないモノの代表は、なんと酒です。とくに、飲酒が過ぎて依存症になつてしまふと、身体はおろか、家族生活や職業生活などが大きく損なわれます。

以上、軽微な「ハマる」から深刻な「ハマる」まで列挙してみました。すべてをひとくくりにして「ハマるのはよくない」といつてしまふと、生活がおもしろくなくなつてしまひます。ただ、朝起きたらすぐに「ハマる」行為のことを考えてしまふようなときは、それがなにてあれ「ハマ

りすぎ」を自覚した方がいいかもしれません。また、「ハマる」行為が原因で仕事・学校を欠席してしまつたとき、人にウソをついて言い訳してしまつたときは、どうぞ真剣に、「ハマる」行為をやめることを考えてみてください。

新潟県立看護大学

人間環境科学領域

講師 徐 淑子

