

# 隣の事情

ヒロシ

## 前川さんの場合

---

ぶよぶよの体をゴロリと横たえ、テレビを点けた。自然と「よいしょ」と声が出る。

「またそんな恰好してる。そこ邪魔よ」

直球ストライクな妻の一言にちょっとだけ体を動かして反応する。

妻の溜息が聞えたが知らん顔でテレビを見続けた。

「あなたね、そうやって毎日ゴロゴロしているからそんな体になったのよ」

そう。付き合っていた頃や結婚当時はどちらかというスリムな体型だった。腹筋もそれなりに割れていたし、ぜい肉という文字とはほぼ無縁だった。

若かったあの頃は毎日筋力トレーニングに励み、肉体を磨いていたのだ。付き合っていた頃もトレーニングは欠かさなかった。

気が緩み始めたのは結婚をして1人娘が出来た頃だ。結婚もしたし、かわいい娘も出来たし、もういいかな。などと勝手に納得し、トレーニングから少しずつ離れ始めた。

当然の様に体重は右肩上がり。日経平均とは真逆のラインを描き始めた。

「それで禿げたら典型的なオッサンだね。娘にも嫌われるんだから。ね～みっちゃん」

床で遊んでいる娘が「オッサーオッサー」と天使のような笑顔で言う。

「変な言葉教えるなよ。覚えちゃうじゃないか」

最近の娘は言葉をどんどん吸収していくので迂闊な発言ができない。家の中は勿論のこと、保育園でもいろんな言葉を覚えてくる。最近の保育園での流行語は「おならぶー」だ。

「今体重何キロなの」

「しばらく乗っていないからわかりません」

ブッとオナラをしたら娘がキャハキャハと笑った。

妻の溜息と共に頭に衝撃が走った。

私は妻に無理矢理連行され、体重計に乗せられた。

「79kgって。なによこれ」

「もうすぐ大台だ」

本日二度目の衝撃が頭に走った。

「結婚前って何キロだったの」

「あの頃は55kgだったな」

「なんでこうなっちゃったのよ」

「君と娘が作り出した幸福がこうさせたのさ」

本日三度目の衝撃を上手く交わした。

「甘い甘い、昔はシャドーボクシングで鍛えてたんだから」

「せめて60kg台に戻してよ。肥満は万病の元よ」

そういう妻はなるほど、付き合っていた頃の体型を維持している。一時は産後太りもあったがしっかりと戻した。

「痩せるまでお酒禁止ね」

「オー、ジーザス」

妻の目が本気であることは瞬時に判断できた。「今のあなたには到底無理だろうけど」という目。「今のあなたは豚以下よ」という目。

「さあ、まずはストレッチからいきますよ。両手を上に伸ばして。ワンツースリーフォー」

グッと腕を伸ばして深呼吸をする。

「次は膝を上げてその膝に反対側の肘をつけましょう。ワンツースリー」

簡単なもんだと思っていたが腹の肉が邪魔をして思うように動かない。あの頃は朝飯前だった動きが出来なくなっている。

あの日の後、車で10分ほど走らせたところにある会員制のフィットネスクラブに入会した。入会金1000円。月3000円。週に一回のレッスンだ。

本日のレッスンに備え、トレーニングウェアを買った。とりあえずやる気は万全のつもりだった。

10名程の室内に男性は私一人。周囲を見ると私のような体型の人もいれば、「あんたもうやなくて良いだろう」と言いたくなるほどスマートな人もいる。しかし男性が私1人というのが恥ずかしい。入会時に「男性もいるんですか」と聞いたら「はい、会員の3分の1程は男性ですよ」と言われたのだが。これとはまた違ったクラスがあるのだろうか。

とにかく晴れてレッスン初日という本日、常連の女性陣の端っこで私は必死になって体を動かしている。

「脚を動かして体を左右に軽くステップさせましょう。はい、ワンツー」

前で指示を出すトレーナーや隣の女性は軽やかなステップを踏んでいる。まだ汗ばむ心配すらない。一方私はすでに汗がダラダラ状態で首に巻いたタオルも重さを増している。ステップが追い付かず、足がもたついてしまう。

「前川さん、焦らないでゆっくりでいいですよ」

「はひ」

必死で動いていると後ろから「ファイトファイト」と声をかけられた。赤面する余裕もなく体を動かし続けた。

家に帰ってシャワーを浴び、着替えてリビングに行くと妻と娘が折り紙をしていた。

「どうだった。初日は」

「自分が如何に豚以下かというのを認識しました」

「でしょう。最低でも一ヶ月は頑張っただけね」

妻は鼻歌を鳴らし娘の手を取って折り紙を続ける。

夕飯前に体重計に乗った。

「69.5kg」

増えている。そう簡単な道ではないことは知っていたが増えているとはどういうことだ、ジーザス。そういえばさっき喉が渴いて水を飲んだ。そのぶん増えたのだろう。

ふと顔を上げるとだらしなく膨らんだ自分の姿が目に入った。鏡はなんて正直なんだろうか。

私は昔の体型を思い浮かべ、カッコいいパパを想像した。よし、一ヶ月と言わず二ヶ月三ヶ月と続けてやろうじゃないか。。

食卓へ行くと私のメニューがちょっと違っているのに気がついた。

「パパのはダイエット定食ね」

「だえーとだえーと」

ふとキッチンへ目をやった。料理本が置いてある棚に「満腹カロリー管理ブック」という本がある。なるほど、あれを見て作ったわけだな。

「ダイエットの基本その一、良く噛んで食べること。噛むことによって満腹中枢が刺激されて」

最後まで聞くんもりはない。本に書いてあったことの受け売りだろう。

「はい、良く噛みます。ご飯一粒100回噛み噛みですね」

100回でも200回でも噛んでやる。これではあのギャグ漫画の貧乏キャラじゃないか。

しかし「満腹」と名を打っているだけあって、食べごたえは中々のものだった。

「ハンバーグはね、豆腐が混ざっているのよ」

「ほほう。わからなかった」

感心する私を見て妻は「でしょ〜」とちょっと得意気な顔をした。

「ごちそうさま」とリビングへ行きテレビを付ける。いつもの様にゴロリと横になろうとした瞬間に妻の声が飛んできた。

「ダイエットの基本その二、食べたあとすぐに横にならない。太りやすくなるばかりではなく胃や食道にも負担が」

「はいはい、座ります座ります」

ソファに腰を降ろし溜息を一つ。昔はよく維持できたものだ和我ながら関心する。あの時の原動力は何だったのだろうか。綺麗な女性を手にするためか。いや違う。自分に負けないストイックな精神が好きだったのだ。今じゃ負けてばかり。

このままではいけない。私は懐かしい闘志がみなぎってくるのを感じた。

まずは筋肉からつけないとな。

腕立て伏せを始めようとすると娘が寄ってきた。

「よし、パパと遊ぶか」

娘をヒョイと背中に乗せる。

「だえーと」

「そうだ、ダイエットだ。パパ頑張るからな」

娘の重さを背中で感じながら腕を曲げた。

勝負は始まったばかりだ。