

----- (はじまり) -----

タケシ「腕が三本あるといいんですがね」

アスカ「ちょっと早くしてよ。重いんだから」

タケシ「エレベータのボタンと箱の角が合わなくて…。あ、押せた」

(二人してエレベータに乗り込む)

アスカ「ふうっ。荷物があると、このエレベータの中も狭いわね」

タケシ「いいじゃないですか。先輩の箱は軽いんだから。僕のなんて重すぎですよ。絶対15kgはありますよ」

アスカ「紙って結構重いからね。年に一度はこうやって使わなくなった資料を箱詰めして地下倉庫に入れてるのよ」

タケシ「あ、着きましたよ。よっこいしょっと…。重すぎです。腰痛くなっちゃいました。僕、これでも腰痛持ちなんですよ」

アスカ「あら？さらっと、カミングアウト？若いんだから甘えないの。そういえば、その箱の上の資料に面白いデータが載ってたわよ。腰痛は笑いで緩和するんだって」

タケシ「う、うそだあ。笑って治るんだったら、医者なんて要らないじゃないですか。あれ？そういえばこういった話題って、昔にもありましたよね。そうだ！癌が笑いで治るって話でしたよね」

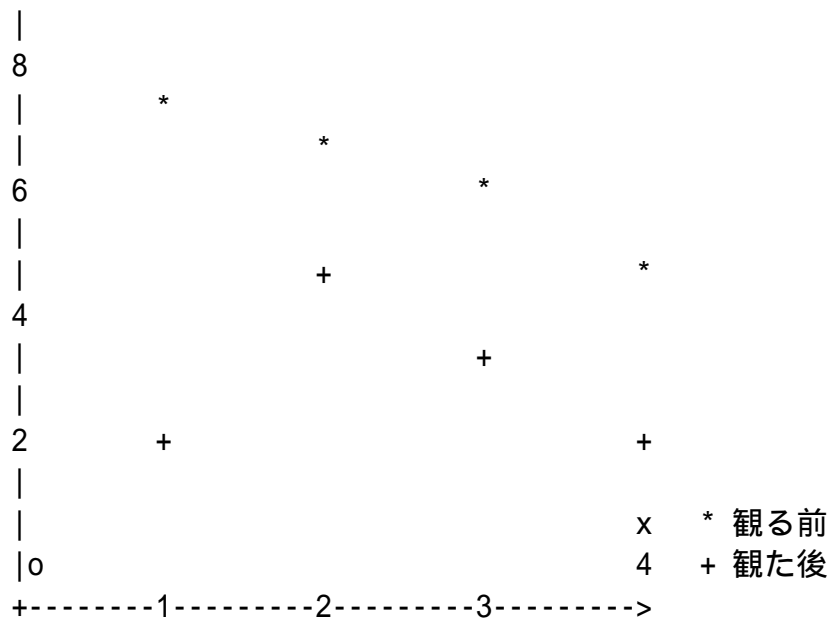
アスカ「あれは治療自体に効果ありそうなんだけど、今度のは緩和するだけで治るわけじゃないのよ」

タケシ「そうなんですか…。それでも信じがたいですけど。腰痛って本当に辛いんですから…。あ、あった。この資料ですね。えっと、寄席を観る前と後で腰痛の具合を自己評価してもらったのか…」

No.1 No.2 No.3 No.4

=====

寄席を観る前	8	7	6.5	5	
寄席を観た後	2.5	5	3.5	2.1	0~10までの自己採点



アスカ「ほら、痛みが減ってるでしょ」

タケシ「4人だけですか…。サンプル数としては少ないんじゃない」

アスカ「お、言うようになってきたね。そうよ。少ないから話半分程度に思ったほうがいいし、自己評価というのどうかなと思うけど、検定すると一応、有意差が出るのよ」

タケシ「平均の差の検定ですか？」

アスカ「正確には、標本に対応のある母平均の差の検定ね。えっと、計算すると…統計量は4.46006か。確率は2.35%だから帰無仮説は棄却ね。ま、サンプル数が少ないから話半分に聞いてね」

タケシ「なるほど。でも、どうして痛くなくなるんですか？」

アスカ「資料にあるけど、痛みを感じると脳の側坐核からオピオイドっていう神経物質が出て痛みを和らげるんだって。それがストレス状態にあると出が悪くなって、より痛く感じる仕組みなんだって」

タケシ「笑うとリラックスするからオピオイドが出るのか…。へえー、ちゃんとした理由あるんですね。少し納得しましたよ。どうして職場に行くと腰痛が激しくなるのか。先輩のキツイ目線がきっとストレ…」

アスカ「何だって？」

タケシ「い、いや、なんでもありません。あ！でも、そもそも腰痛って何が原因なんですか？」

アスカ「今、誤魔化したでしょ。まあ、いいわ。それがね。面白いことに腰痛の原因が不明な人が85%もいるのよ」

タケシ「え？医者に行っても分からないんですか！？」

アスカ「そう。レントゲンにも限界はあるし、見えないものもあるからね。でも、痛みのある場所って、大きく分けると腰骨から上と下に分かれるのよ。上が痛いとは椎間板か椎間関節、下だと仙腸関節が原因」

タケシ「そうなんですか！じゃあ、見分ける方法ってないんですか。あ、ないですよ。医者でも分からないんだから」

アスカ「あるよ」

タケシ「え！あ、あるんですか。お、教えてくださいよ。僕も腰痛いし」

アスカ「それじゃ、まず、自分で痛いところがどこか分かる？」

タケシ「うーん。よく分からないですね」

アスカ「腰より上なら椎間板か椎間関節。下なら仙腸関節が痛みの場所なの」

タケシ「そうなんだ…。でも具体的にどこが痛いって言われても、意識しなかったからなあ」

アスカ「じゃあ、両手を腰に当ててみてよ。こんなふうに」

タケシ「こうですか？」

アスカ「そのまま手を下げていって、お尻のくぼみから背骨寄りの部分を適当に親指で押してみて。強くぐーっと。どこか痛いところはない」

タケシ「大丈夫です。全然痛くないですよ」

アスカ「それじゃあ、今度は前屈してみてよ。こうやって、手を地面につけるように」

タケシ「あ、はい。ぐっ！ちょっと痛いですけど」

アスカ「ははーん。じゃ、逆に反り返ってみて」

タケシ「よっと。あ、こっちは大丈夫です」

アスカ「指でお尻付近を押して痛いなら仙腸関節が痛みの場所。そこが痛くなくて、前屈すると背骨付近が痛いなら椎間板、逆に反って痛いなら椎間関節が痛みの場所になるのよ」

タケシ「え、じゃ、じゃあ。僕って...」

アスカ「おめでとう。椎間板ね」

タケシ「おめでとうじゃないですよ。このままだとヘルニアじゃないですか」

アスカ「ごめん、ごめん。腰に無理させないことね。あんた、椅子に座るときに足組んでるでしょ。あれ、腰に良くないよ」

タケシ「そ、そうなんですか。これから気をつけよう...」

アスカ「さあ、無駄話はおしまい。早くその箱持って、あの棚に入れて」

タケシ「分かりました。よっと、重いなこりゃ...。うーんっと...」

アスカ「あ、そうそう、忘れてた。特に重いものを持つときは注意してね。体に密着させて足を使って持ち上げなきゃ。そんなふうに腰で持つとアブな...」

タケシ「があ ; h j k g ! 痛ってー。は、早く言ってくださいよ ~ (泣)」

----- (つづく) -----