

らぶらぶ☆ダイエット

世の中、可愛いかわ愛くないか、太っているか太っていないかで人の態度は違うと思う。特に太った女性に対する男性の扱いの酷さは、可愛い女の子に対するもの以上だ。

例えば、『ブスは三日で慣れる』とか『多少ブサイクでも暗いところでヤレば同じ』だとか……実際そう話しているのを聞いたことがある。

——でも、『デブだけはその気になれない』らしい。

わたしはどう見ても『その気になれない』部類のおでぶだろう。

どこまでがぼっちゃりで、どこからがおでぶかなんて境目は、その人の主観だけど、わたしは誰がどう見ても太っている。よく気を遣って『ぼっちゃりしてるだけじゃない？』などと慰めてくれる人もいるけれど、自分の体型は自分が一番よくわかっている。

大台に乗っても何年だろう……女の体重じゃないってところまで増えてしまった現状は悲惨だ。

わたし、ほそいちやこ細井千夜子。

『細井です』って名乗るたびに『ぶっ』って、嘔き出されるほどの……おでぶです。

1 おでぶも恋をする

「うっそお……」

その日は朝からサイアクだった。

寝過ごしていつもの電車に間に合わず、満員電車に押し込まれて汗だくに。会社に着いて急いでエレベーターに飛び乗ると定員オーバーのブザーが鳴る。わたしは皆の視線を集め、すごすご降りるしかなかった。

そして今、トイレで屈んだ時にプチッとウエストの辺りで音がした。なんとスカートのホックがちぎれてしまったのだ。制服のベストは以前からキツかったけれど、まさかスカートが先にダメになるなんて……

「まさか……また太った？」

どうするのよ、これ以上大きい制服は特注だつて言われているのに。

入社当時は今ほど太っていなかったから、制服も大きめぐらいで済んでいたけど……年々成長し続けて、とうとうスリーサイズアップだ。

「これじゃダメだよね……酷すぎる」

トイレの鏡に映る醜く太った自分の姿に辟易する。大学まではバレエボールを続けていたから、

意外と筋肉質で締まっていた。なのに就職して四年、まったく運動しなかったら、身体を覆っていた筋肉が脂肪に変わってしまった。そして体重はどうとうプラス二十キロ！ せめて背が低ければ、同じおでぶでも少しは可愛げがあったのに……一六九センチではデカくてゴツいだけ。

これまで仕事のストレスを全部、食べることで発散してきたのが悪かった。この体型じゃオシャレな服とは無縁だったから、衣服などにお金を使わない分、つつい食べる物につき込んでしまっていた。

「ダイエットしたいけど、とりあえず今は仕事優先だよね」

ここ一年は本当に忙しすぎて、ダイエットする余裕なんてなかった。無理してダイエットすると目眩がして倒れそうになるから……仕事に支障が出ないように控えるしかなかったのだ。

なにせ去年うちの営業部に配属された新人が最悪で、わたしは下手したらふたり分の仕事をこなさないとイケなかった。できないことは人に丸投げ、教えても覚えようとしな。彼女はどうかやお偉いさんの身内らしく、誰も強く言えなかった。それに見た目も可愛らしいから、周りからはちやほやされている。可愛い子はいいなって羨ましくなってしまう。

そんなふうにいるつつも、わたしはわたしなりに一生懸命仕事を頑張ってきた。最近ではその成果もあって、厳しい上司にそこそこ認めてもらえるようになった。そのことは嬉しいんだけど……「いくら仕事ができても、それだけでもんなあ」

プライベートが充実していないわけではない。とりあえず前向きで脳天気な性格が幸いして、友人には恵まれているほうだ。

だけど、恋愛経験ははまだゼロ……。彼氏いない歴二十六年目を——慕進中だった。

「やだ、細井さん。そんなとこに突っ立ってないでくださいよ。ただでさえ幅があるんですからー」  
長い間トイレの鏡の前でため息をついていたら、例の新人がやってきた。

皆川百合子、周りからは『ゆりちゃん』って呼ばれている。隣に並ぶのが嫌になるほどスタイル抜群だ。同じ制服姿なのに、この差はなんなの？

「いくら鏡見たって変わらないですよ。わたし、ランチに誘われてるから、早くお化粧直して行きたいんですけどお」

相変わらずのぼつちりメイクだ。仕事もそろそろ二年目、できればお化粧よりも仕事ができるようになつてほしい。

「ごめん、すぐにどくね」

一応わたしのほうが先輩なんだけど……なにが気に食わないのか、彼女はいつもわたしに突っかかってくる。揉めるのが嫌で言い返さないのが原因なのかな？

「今日はうちの篠崎チーフが、ご馳走してくださるんですって」

彼女は営業二班担当の事務で、直属の上司は篠崎チーフ。三十代なかばの独身でちよつと遊び人だという噂がある。仕事はできるけど、デブとブスには当たりが強いのでわたしにとっては苦手な人だ。

わたしが所属する二班の榎澤恭一郎チーフはそんな人じゃなくて本当によかった。うちの営業は担当地区に

よつて班分けされていて、一班のチーフは各班を統括する立場にある。というわけで必然的に総合的な事務のまとめもわたしの仕事となり、二班の皆川さんのフォローも、わたしがすることになっている。

皆川さんはさつきまでわたしがいた場所に立ち、口紅を塗り直しながら話しかけてきた。

「細井さんったら、ウエストのホック取れたんですか？　しばらくにも食べないほうがいいですよ。ちよつとは痩せるかもしれませんが」

「そ、そうね……」

それができるならとつくにしてるけど……でもそんなことして倒れたら、仕事が滞ってしまう。皆川さんが定時で帰っても、その後二時間残業なんてザラなんだから。それでも外食は避けてお弁当作つてるだけマシなはずなんだけどな。

「それじゃ、お先です」

お化粧、気合い入ってるな……彼女は職場で彼氏を見つけての寿退社狙いなんだろうね。

わたしの場合、結婚どころか彼氏すらできそうにない。友達は『運命の相手がどこかにいるはず』なんて言ってるけど、生まれてこのかた一度も見かけたことがない。奇跡的に痩せでもしない限り、一生無理そうだ。

だけど、こんなわたしでも人並みに恋をする。ただ、その相手が誰かは口が裂けても言えない。もし相手に伝わるうものなら明日から会社に行けなくなってしまうから。

そう——片思いの相手は会社の同僚だった。同じ営業部なので、毎日声を聞けるし話しかけられるこ

ともある。まるで夢のような地獄……だってアイドルやヒーローなら、テレビ越しに応援するだけなので、わたしがおでぶだってバレない。だけど、わたしの憧れの人はすぐ側にいるのだから、彼の前にこの姿を晒さなきゃいけない。それも毎日……いいかげん開き直ってはいるけれど。

とにかく女としてパスされるのは百パーセントわかっているから、せめて人としてパスされないよう一生懸命頑張ってきた。真面目に仕事をしていれば、いつか認めてもらえるはずなのだ。

だから、頑張れる。こんなわたしでも人を好きになってもいいのかなど、少しだけ自信が持てる——でも、やっぱりこのままじゃダメだ！ 制服がはち切れそうなもの！

どうしようと頭を抱えながらフロアに戻ったわたしに、ダメ押しの実感が突きつけられた。

「うげ……」

スカートのホックを安全ピンで留めて席に戻ると、社員旅行の写真入りのファイルが届けられていた。その中の、数人で撮ったスナップ写真が目に残る。そこには目を覆うほど、巨大化したわたしが写っていた。なにこれ……わたしってこんなに太ってた？ 脳内ではもうちよつと細かったはず……。それにあれだけ一緒に写真には写らないようにと避けていたのに、わたしの隣に本城さんのすわりとした姿があった。

「ダ、ダメだ……見せられないよ。こんな写真……特に本城さんには絶対！」

そう——わたしの憧れの人は、この優しく笑う王子様のような同期の本城俊也さん。背はそんなに高くなくて細身なので、わたしの隣にいますとマッチ棒かというほど華奢に見える。もちろん本城

さんは、見た目で女性を差別したりしない人だ。こんな体型のわたしでも、ちゃんと女性扱いしてくれる。だからといって、本城さんに告白して付き合いたいとか、どうこうなりたいって思っているわけじゃない。この体型だからね……とつくに諦めている。想いを伝えたりしたら優しい本城さんを困らせてしまうし、嫌われないだけで十分だ。

おでぶの恋ゴコロの行く末なんて、見えちゃってるんだから……ね。

「お、それは社員旅行の時の写真か？」

頭上から聞こえる低くて甘いバリトンの声に、思わず首筋がゾクリとした。

「な、榎澤チーフ！」

わたしは急いで写真を手で隠した。なのにチーフは無理矢理手元を覗き込もうとする。

うう、距離近すぎ！ チーフからほのかに香るマリン系のコロンが鼻をくすぐる。

「す、すみません。どうぞ」

慌てて写真のファイルをチーフのほうに押しやると、榎澤チーフはわたしの斜めうしろに立ったまま、長くて骨ばった指でファイルをめくりはじめた。

バツイチでもやたらと女性にモテるのは、仕事ができるオトコマエだから無理もない。クールで整った顔立ちに眼鏡は最強の知的コンビネーションだ。仕事面では部下にも自分にも厳しいけれど頼りになる上司。わたしは入社当時からこの人にしごかれて、人並み以上の仕事ができるように

なった。

「なんだ、これ？ おまえ……また太ったのか」

「ぐっ……」

やっぱり見ればわかるよね？ それだけ酷い写真だったことだ。

「自分の体型が嫌なら運動しろよ。いい加減なんとかしないと身体に悪いぞ」

心配してくれるのはありがたいけど、太りたくて太ってるんじゃない……なにしたらって痩せないからなにもしないんです！ いつもならそう言い返すのに今日は言い返す元気がない。だって、わたしなりにシヨックだったから……

「千夜子くん？」

チーフはわたしのことを下の名前で呼ぶ。『細井』と呼ばれるのが嫌いだと最初に言ったのを覚えてくれているのだ。

それにしてもこの人、やたらいい声をしてるんだよね。張りのある甘いバリトンで名前を呼ばれるから、ドキッとしてしまう。

「なんなら俺が通っているジムを紹介してやろうか？ おまえの場合、食生活と運動不足が原因だろ」

「わかってます……けど遠慮しておきます。ジムって泳いだりもするんですよね？ 人前でプールとか……み、水着を着るなんて！」

水着姿を人前に晒すなんて絶対無理！ それにチーフが通ってるジムって、格好いいセレブな人

が山ほどいそうで気後れしてしまう。

「そんなこと言ったられんだろう？ 泳ぐのが嫌なら歩くか走るかしてみろよ。このままじゃ本当に病気になるってしもうぞ？」

病気って糖尿？ メタボリック症候群？ うう、あり得るかも……確かに今年の健康診断の数値はヤバくて、もう少しで再検査になるところだった。太ってる割には低血圧で驚かれたけれど、あれはちよつとでも体重減らそうと前日から食事を抜いてたからだ。

「い、今は忙しいから……決算期過ぎたら、歩きます！ 夜とか……」

「いくらなんでも夜に歩くのは危険だろ？ ただでさえうちは残業が多いんだから。もしものことがあつたらどうするんだ？」

「だ、大丈夫です！」

心配してくれるのはわかるけど、チーフには太っているわたしの気持ちなんてわかるはずがない。彼は顔だけじゃなく『いいカラダしてる』ともっぱらの評判だ。学生時代は国体に出たこともある水泳選手だったというのは有名な話。社員旅行で一緒に温泉に入った男子社員達が羨ましそうに話していたんだから！

『植澤さんって脱いだらすごいんです、だよな。逆三角の体型で胸板も厚いし、腹筋も割れてたぜ。ありゃ女にモテるはずだよな』

わたしも脱いだらすごいんだけど、違うよね。

仕事もできる上に、顔がよくてカラダまでいいとくれば、悩みなんかひとつもないに違いない。

「おい、聞いているのか？ 健康のためにちよつとは考える。食ってばっかりだとまた太るぞ」  
「わ、わかつてます!!」

もう、そこまで言わなくてもいいじゃない！ でもね、その口調とは裏腹に、頭に寄せられたチーフの手は、やたら温かく優しく感じた。

「チーフ、それ以上言うとセクハラになりますよ」

「……本城」

「ほ、本城さん！」

いつの間にか側まで来ていた本城さんが、ちらりと写真に目をやる。

「ああ、この間の写真ですか？」

「ヤダ！ 見ないで！ その場にある自分が写った写真のすべてを消してしまいましたかった。」

「見せてもらってもいいかな？」

「ダメです！ おでぶなわたしが写ってる写真なんて、見ないで！」

「また後で見ろよ。もう昼休みが終わる」

本城さんが手を伸ばしかけると、チーフが写真を自分のデスクへ持って行ってしまった。見られなくて済んだ……まさかわたしが嫌がつているのを察してくれたの？

怪訝けげんそうになしながらも、本城さんは自分のデスクに戻っていった。席に着くと、ニコツと笑いかけてくれる。

ああ、やっぱり本城さんって優しい。うーん、癒いよされる！ 優しい笑顔に物腰ものこの柔らかさ。さらさらの前髪にどんな女性が相手でも發揮されるフェミニスト精神。帰国子女らしいけど、どこの国にいたんだろ？ 英国とかフランスって、イメージだね。

せめて横に並んで仕事しても恥はずかしくないようになりたいなあ……細身な彼の横には、とてもじゃないけど今のわたしは並べないもの。

「千夜子くん、今日中にこれとこれの資料を揃えて書類を作ってくれ」

午後からは皆が外回りに出払い、うちの班はわたしと檜澤チーフだけが残ってデスクワークをしていた。

「はい。あ、これサンプルいりますよね？ 取ってきます」

「ああ、頼む」

わたしは倉庫までサンプルを取りに行くために、階段へ向かった。エレベーターを使えば速いけれど少しでも運動するために。

「あ、本城さん達だ……」

休憩用スペースにある自販機の前。本城さんと他に数人の社員が、外回りから帰ってきて一息ついていた。彼らが帰ってきたなら、早くフロアに戻らないと……営業が戻ると報告書が出される。倉庫へ急いそごうとした時、彼らの話し声が聞こえてきて、わたしは咄嗟とつさに柱の陰に隠れた。

「あー帰りたくねえなあ……営業から戻っても俺ら一班には癒いよしがないんだよな。二班なんて見て

みる、ゆりちゃん可愛いよなあ。あれこそ癒しだよ」

癒しって……会社にそんなもの必要？ 花とかお茶じゃダメなの？

「ほんとだよなあ、帰ってもしかめっ面の榎澤チーフと、デブの細井だけだぜ？」

うぐっ……陰じゃやっぱりそんな呼ばれ方してるんだ、わたし。

「だよな。けどよ、あの体型で細井っていうのは笑えるよなあ」

「おい、そんなこと言うのはやめろよ」

さすが本城さん。見てないところでもわたしの体型のことを言う他の社員を窘めてくれた。

「なんだよ、本城。同期だからってかばうけど、おまえもアレはパスだろう？」

「そうそう、おまえだってあの細井に惚れられたらどうする？ 告白されたら付き合えるのか？」

「……………」

押し黙る本城さん……そして苦笑い。

そうだね……いくら優しくしても、人間ができていても、それはそれ、これはこれだよ。

「だろ？ 俺だったら迷惑だつづの」

「でも、細井さんはよく仕事をやってるよ。いつも前もって資料やサンプルの用意をしてくれるから、僕らも仕事しやすいよね？」

「けどよ、仕事だけじゃなく癒しが欲しい時があるんだよ……ああ、ゆりちゃん！」

「そうそう、細井じゃまったく癒されないよ、暑苦しいしさ。本城だってそう思うだろ？」

「それは、もう少し痩せたほうがいいとは思うけど……」

「だろ？」

それ以上聞いていられなくて、その場から逃げ出した。

わかってる。わかっていたけど……本城さんの口からは聞きたくなかった。

あ、ダメだ……涙が出そう。でも、こんな人目につく場所では泣きたくない。今泣いたら余計惨めだから、ここはぐっと我慢しないと。

わたしは急ぎトイレに駆け込み、水を流して嗚咽を隠した。

本城さんはそんなこと言わないって信じていたのに……。わたしは自分が思っていたよりもずっと本城さんのことが好きで、彼ならこんなわたしでも受け入れてくれるって期待してたことに気付いてしまった。

「すみません、遅くなりました」

結局、涙が収まるまで一時間ほどトイレから出られなかった。

「なにやってたんだ？ 営業に出た連中、戻ってきてまた出ていったぞ」

「そう、ですか……」

「どうした、なにかあったのか？ 熱でもあるんじゃないのか？ 顔が赤いぞ。目も……」

チーフが心配そうに声をかけてくる。ダメダメ、上司に心配かけてちゃいけないよね。

「いえ、なんともありません」

今度こそ、にっこり笑って席に着き、仕事に取りかかった。わたしの机の上には営業が置いて



いった報告書が山積みだ。

ああもう、いつまでこうやって強がらなくちゃいけないんだろう？ 傷付いても傷付いた顔すらできない。しちゃいけないってことはないけど、弱い自分を見せたくないかった。

でも、このままずっと我慢して、好きな人ができて想いを伝えることもなく諦め続けるの？ 一生、恋愛の希望も可能性もまったくないまま過ごしていくのだろうか。

痩せれば世界が変わるかな……せめて人を好きになっても馬鹿にされないぐらい。そう、とりあえずは学生時代ぐらいいままでに戻りたい！

——だけど、どうやって？

痩せて人生を変えようと、今まで何度もチャレンジしては失敗を繰り返してきた。

水飲みダイエットは水分を取り過ぎて浮腫んで大変だった。一日三食、リンゴなど特定の食品のみを摂取する単品ダイエットはすぐに飽きるし、栄養が偏って体調不良になってしまった。お腹がへっこむという下剤系の薬草茶も試したけれど、もともと快便なので下ってしまっただ変だった。

脂肪を燃やす系のサプリメントを飲んでも、忙しくてあまり運動できないから効果はなかった……わたしの場合、ダイエットをはじめると細い人と違って最初は急激に体重が減るのだ。だから、嬉しくてつい頑張ってしまう。でもすぐに体重は落ちなくなり、貧血と目眩を起こして倒れそうになって続けられなくなる。

学生時代は辛くて厳しい練習にも耐えられたのに、どうして食べることだけは我慢できないのだろうか。このままじゃ一生この体型のまま、誰かを好きになっても惨めな思いを繰り返すだけ……

心のどこかで、諦めている自分がいた。ダイエットしなくちゃと思いつつも、いつだってスイーツを山盛り買い込んでしまっていた。

こんなんじゃないダメだよね……どうする、わたし？ 変わりたいよね、わたし！

## 2 決意のダイエット

「細井さん、悪いけどこれ急ぎなんだ。お願いしていいかな？」

他の書類を片付けているわたしの前に、見積もりをそつと差し出すのは本城さん。もちろん彼はこの間の話をわたしが立ち聞きしていたことなど知らないから、いつもの優しい王子様スマイルで接してくる。

「急ぎって何時までですか？」

わたしは平静を装って聞き返す。

「三時までなんだ……申し訳ないけど最優先でお願いできるかな？」

「わかりました……やってみます」

あと一時間半。他の書類を一旦保存して大至急で打ち込みはじめる。よく作る書類の書式はテンプレートを作っている。今回の書類もそれを使うことで、かなり早くできそうだ。

「できました。本城さん、どうぞ」

なんとか時間内に仕上げ、プリントアウトしたものを本城さんに手渡すことができた。

「さすがだね、細井さん。本当に助かったよ、ありがとう！ でもごめんね。他の仕事の手を止めさせてしまったけど、大丈夫？」

「大丈夫ですよ、このくらい」

いつもならわたしを幸せの絶頂に引き上げてくれる気遣いの言葉も、今は拷問のように思える。優しさは本物だけど、わたしみたいなおでぶには想われるだけでも迷惑なんだよね？

「よかったら今度こそお礼にご馳走させてくれないかな？ いつも無理ばかり言ってるからね？」

「そんな……仕事ですから。気を遣わないでください」

本城さんは今日みたいに無理な仕事を頼んだ後、決まってわたしを食事に誘ってくれる。社交辞令だとわかっていても、嬉しかった……今までは。けど今日は悲しくなる。誘ってどうするの？ 本気にして一緒に出かけたりしたら、わたしでも変な期待をしてしまうよ？

所詮おでぶはおでぶ。王子様と食事に行く資格なんてないよね。

「本城、細井に奢ってたらおまえの財布がすっからかんになっちゃうぞ」

横から二班の篠崎チーフが出張ってくる。冗談で場を盛り上げているつもりなんだろうけど、言われたこっちはしっかり傷付く。笑われる人の気持ちなんて考えもせず人にやり玉に挙げる性質の悪い人……ホントに嫌だな。

「連れて行くなら食べ放題にしないと。なあ、細井」

なんでわたしに振るの？ どう答えさせたいっていうの？

「わたし……そんなに食べませんよ」

実際、人の財布を空にするほど食べたことはない。女性にしてはよく食べるほうかもしれないけど、男性よりは少ないはずだ。

「そうか？ じゃあ、なんでそんな体型になるんだ？」

「……さあ、なんででしょうね」

「寝てる間に、知らずに食べてたりしてな、あははは！」

「だったら怖いですね」

返事が棒読みになる。むこうはジョークのつもりだろうから、こちらも笑ってやり過ぎすしかなかった。どうやらわたしって、なにを言われても平気に見えるらしい。でもね、自分で太ってることを自虐ネタにするのは平気だけど、人から言われたらやっぱり傷付く。毎回毎回、心をショベルカーでえぐられる気分になるんだからね。

そう思いながら、ちらりと隣を見る。

やだ……本城さんまで笑ってるの？ 好きな人の反応は、さらに深く心をえぐる。

『明るいおでぶキャラ』を目指してたけれど、好きな人の前で言われるのはちよつとしんどい。

「とにかく、本城さんの財布を空にしちゃ申し訳ないので、今日のところは遠慮しておきます」

「じゃあ……また今度ね」

そう言うと、本城さんは申し訳なさそうな笑顔を残して、得意先へ向かった。

「あの、細井さん……俺もこれ急ぎなんだけど頼んでいいですか？」

そう言つて書類を差し出すのは二班の黒田くん。彼は入社二年目だけど仕事ができると評判だ。彼も人の体型のことを馬鹿にしたりしないほうかな。

さつきからうしろで二班担当の皆川さんが爪を磨いて手持ち無沙汰そうにしているのに、どうして別の班のわたしに頼んでくるの？

「これ、皆川さんじゃ無理っぽくつて。すみません！ 今日中に出さないとまずい書類なんです。だけど僕もこれから得意先と約束があつて……お願いできませんか？」

他の書類も今日中なんだけどなあ……。まあ、いいか。今までにもよくあつたことだしね。皆川さんは急ぎの仕事を回しても『できませんでした』と言つて平気で帰つちゃうし、難しい書類は『わからなかつた』と言つて後回しだ。結局わたしがやる羽目になるのなら、最初からこつちと言つてもらつたほうが早いかな。

「いいわ、そこに置いて。何時がリミットなの？」

「五時までには僕も戻ってきますので、それまでによろしくお願いします！」

黒田くんはそう言い残して自分のデスクに戻ると、鞆を抱えて行つてしまった。これで今日も残業決定だ。

片付けなければならぬ書類の束を見てため息をついた後、ふと顔を上げると櫛澤チーフがこつ

ちを向いていた。

な、なに？ なにか言われるのかな？ ドギマギしていると、チーフがわたしを呼ぶ。

「な、なんででしょう？」

「もしかして今日も残業するつもりか？」

「えっと……たぶんそうなると思います」

でないと明日の朝までの書類が間に合わない。

「今日の残業は許可できない。それまでに済みそうにない分は皆川くんに回さないさ」

「あ、はい……わかりました」

どうしたんだろう？ いつもならわたしが残業してもなにも言わないのに。もっとも、チーフが部下にだけ残業させるなんてことは滅多になく、いつも付き合ってくれている。

「へえ、チーフ、今夜は残れないつてことは接待が入ってるんですか？ それともデートですか？」  
同じ一班の間下くんが興味津々で声をかける。けれど、チーフはそれに「ああ」とニコリともせず答えて席を立つ。先ほど内線が鳴っていたから部長からの呼び出しかな。

あの言い方では特定できないけど、やっぱりデートかも。いつも厳しいチーフが認める彼女は、きつと仕事ができる素敵な人なんだろうな。隣りに立つて歩く姿もお似合いの女性のはずだ。

いつかわたしも誰かと一緒に並んで歩いても、恥ずかしくない女性になりたいな。せめてお礼の食事ぐらい素直に受けられるぐらいに——痩せたいよ。

だけど、とりあえず今は仕事だ。わたしは仕事を頼むため皆川さんの席へ向かつた。

「それじゃ皆川さん、悪いけどこの書類の打ち込みを頼んでもいいかな？」

急ぎの仕事はそのまま自分で、その代わりに一班の仕事でも難しくない数字の入力をお願いする。「やだ、それ一班の仕事でしょ？ わたしだってやらなきゃいけない仕事があるから無理です」

その言い方にカチンときてしまった。さつきから仕事なんかしてなくせに！ わたしが今からやる仕事は、二班の仕事だ。さつきの黒田くんとの会話もチーフとの話も聞こえていたはずなのに「爪を磨いてる暇があればできると思うから」

「ひどいっ！ どうしてそんなこと言うんですかっ！」

彼女の声が、急に大きくなる。その声を聞いて二班の男性社員が何人か駆けつけてきた。皆川さんの取り巻き連中ばかり……嫌な予感。

「なに？ 細井、おまえゆりちゃんを苛めたのか？」

「え？」

ちよつと待って。

「細井さんがあ……わたしも仕事があるのに、無理矢理自分の仕事を押しつけてくるんです」  
甘えた声……それだけで男性達が自分に味方してくれることを知っているんだ。

「酷いな、細井そのくらい自分でやれよ。おまえ、仕事ぐらいいしか取り柄ないだろ？」

「でも、二班の急ぎの仕事を受けてるから、わたしも余裕がなくて……」  
「だからと言って、ゆりちゃんに押しつけることないじゃないか！」

いや、チーフ命令で、言われたとおり皆川さんに頼んだだけなのに。

さつきわたしに仕事を振ってきた黒田くんはもういないけれど、わたし達の会話を聞いていた一班の営業は数人残っていた。だけど彼らは、にやにや笑ってこつちを見ているだけ。

あ、ダメだ……また泣きそう。逆らえばもつと酷いこと言われるのは確実だろうな。

「わかりました。自分でやります！」

「わかればいいんだよ。少しぐらい余分に仕事したほうが痩せるよ？」

わめきたいほど腹も立つけれども、これ以上なにか口にするど泣き出しそうだった。だからぐつと堪え、『金輪際、あんた達の急ぎの仕事は受けないから覚悟してよね』と、心の中でだけ悪態をついた。

「細井さん、どうせデートの予定とかないでしょ？ だからずーっと仕事してればいいのよ。本城さんや黒田くんだって仕事のことがないや、あなたになんて話しかけたりしないんだから！」

皆川さんはわたししの耳元で、他の人には聞こえないほど小さな声でそう言った。  
やめてよ、仕事のことまで引き合いに出さないで。頑張っていれば、いつか皆もわたしのことを認めてくれると思っていたのに。結局は可愛い子の味方なんだ……馬鹿らしい！ 悔しい……いつか見返してやりたい！

もしわたしが痩せたら……周りの反応は変わるだろうか？

もし痩せられない時は会社を辞めるくらいの覚悟でやってやろうじゃないのよ！

ダイエット——絶対やってやるんだから!!

その後のわたしは、誰ともしやべらず仕事に没頭した。その結果、時間内にすべての仕事を終わ

らせることができたのだった。

『はあ？ 痩せなかつたら会社辞めんの、チャーコ？』

その日の夜、保育所時代からの親友、風間一子ことイッコに決意のほどを電話で伝えた。彼女とは昔からぼつちやりさん同士で気が合って、今でもずっと付き合いが続いている。

『いや、だからそのぐらいの覚悟で頑張ろうかと……』

ダイエットをはじめたことをイッコに連絡したのは、彼女が健康相談専門のくすりやさんに勤めている健康指導のプロだからだ。なによりも彼女は一昨年、見事にダイエットを成功させているのだ。

『仕事好きなチャーコがそんなこと言い出すなんて、よっぽどだよね』

「うん、本気だよ。だから助けてほしいの。だってイッコが一番わたしの体質を理解してくれてるでしょ？」

彼女の実施したダイエット方法は、スタイルを良くするというよりも健康のための体質改善。太った原因を考えて、食事や運動、睡眠などの生活習慣を変えていくものらしい。ダイエットは身体に負担をかけるから、不健康なままでは失敗する。まずは体質改善からはじめたほうがいいらしい。実際イッコは体質を変えて体調を崩さないまま、きれいに十キロ近く痩せた。その後リバウンドもなく、以前よりも健康で肌もきれいになっている。

『やる気になったのは嬉しいけど、大丈夫なの？ 途中でやめたりしない？』

そんな素晴らしいダイエット方法があると知りながら、なぜやらなかったのか……それは少々お金がかかるからだ。天然の滋養強壮剤や漢方生薬、体質に合わせたサプリメントを使って、ダイエットに耐えられる、元気で痩せやすい身体づくりをする。それらを全部きっちり行くと、月々かなりの金額になってしまうらしい。

イッコが痩せた時、わたしも同じ方法を！ と飛びつきかけた。だけどちょうどその頃、兄が結婚し、わたしはひとり暮らしをはじめたばかりだった。今まで実家で気楽に暮らしてきたのに、なにかも自分でやることになり、金銭的にも精神、体力的にも余裕がなくなってしまったのだ。思えばあのあたりから急激に体重が増えたように思う……実家で毎日食べていたお母さんのご飯は、パランスの取れたありがたいものだったんだよね。

「週末の夜にでも時間取れない？ 今は決算前で仕事が忙しくて、平日は無理そうなんだ」

『いいわよ、わたしも今週は珍しく日曜に休みをもらったの。土曜は遅くなっても大丈夫よ』

「それじゃ、『あずまや』に行かない？ もしかすると遅くなっちゃうかもしれないから」

『いいよ。コータの店も……久しぶりだし』

少しだけイッコの声のトーンが下がる。『あずまや』というのは、わたし達ふたりの幼馴染、東浩太が親の代からやっている居酒屋だ。コータとわたしは親がいとこ同士だから、はとこにあたるのかな？ 身内の店だという気安さがある上に、料理がとても美味しく居心地がいいので、すっかり行きつけのお店になっている。コータは人懐っこい性格で友達も多いから、結構溜まり場みたいにもなっていた。

「ひとりで大丈夫？ 仕事が終わったらすぐに行くけど」

『コータのところだから、ひとりでも大丈夫だよ。カウンターに座ってるし』

大丈夫かな？ イッコひとりで。いつもはわたしと一緒にじゃないとコータの店には行かないようにしてるのに。子供の頃から引つ込み思案でおとなしかったイッコ。彼女は昔からコータのことが好きだった。でも小学生の頃、告白を拒否されて以来、想いを口にはしていない。ダイエットに成功してきれいになった時も、つつきり告白するもんだと思ってたけど……やっぱりしなかったんだよね。

わかってるんだ。ダイエットしてスタイルがよくなったからと言って、すべてが解決するわけじゃないって。つまりは自己満足にすぎないのだから。それに、スタイルが変わったぐらいで相手の気持ちが変わっても嬉しくないものね。

ただ、自分に自信が持てるようになれば、一歩踏み出す勇気が湧いてくると思う。

仮にもし、わたしみたいなおでぶを好きになってくれる奇特な人がいたとする。大人の付き合いなのだから、関係を続けていけば当然のごとくえっちをすることになるだろう。だけど今のわたしには、たとえ彼氏でも男性に裸を晒すなんてこと、怖くてとてもできやしない。いくら相手がこの体型でいいと言ってくれても、自分が許せない。だから、男の人と付き合おうとは思えないのだ。

でも、もしダイエットに成功して、痩せて自分のカラダに少しでも自信が持てたら……その時は食事したりお付き合いしたり、キスとかその先も大丈夫になるかなって思う。

そのためにも、とりあえずは体重を落とすこと。目標はせめて学生時代の体重……つまり二十キ

ロダイエットだ。

「それでさ、イッコ。今すぐくやる気満々で、すぐにもダイエットをはじめたいんだけど……なにをすればいい？ 甘いものや間食もやめろし、できるだけ身体を動かそうとは思ってるけど」

土曜までまだ五日もある。それまでなんて待てないよ。

『うーん、たくさんありすぎて電話で説明するのは難しいよ。食事法や生活習慣で気を付けてほしいことは山ほどあるの。どうして自分は太ってしまったのか、今までダイエットに失敗した原因はなんなのか、まずはそれをちゃんと知っておかないと同じ失敗を繰り返すからね』

「わたしさ、お腹が空きすぎると貧血みたいになって、手が震えてさ……結局我慢できなくて食べちゃうんだよね」

『それってもしかして低血糖症状を起こしているのかもしれないわ。空腹時に起きる貧血みたいなものなんだけど、手が震えたり目眩がしたりするの。食べると血糖値が上がって症状がなくなるから、身体は食べさせようとするの。その症状はちよつとしんどいわよ……長く空腹にならないように気を付けないとね』

「わたしって、そんな体質だったんだ……」

『原因に合わせて食事内容や体質改善の方法を工夫するの。それに、運動もせずに楽に痩せようなんて考えは甘いわよ。覚悟はできてる？ 中途半端にやるなら、やめておいたほうがいいと思うわ』

「やるよ……今回は本当に本気だよ。とにかくこのまま痩せられないのなら、会社を辞めるぐらい

のつもりなんだ。絶対に痩せるって、決心したんだから！」

生半可な決心じゃ無理だってわかってる。何度も失敗してきたのだから。

『ねえ、そこまでする理由を聞いてもいい？』

「もう嫌なの。好きな人ができて付き合うどころか告白すら……うん、側にいることさえ恥づかしくてできないなんて。せめて、隣に並んでも平気になりたい。少しでも自分に自信が持てるようになりたい」

『チャッコはすごくいい子だよ。それはわたしが保証する。だからそこまで自分を卑下しないで』『今の自分が許せないの……友達という時の自分は嫌いじゃないし、バレーをしている時の自分も好きだった。仕事をしている自分も好きになった。だけど、おでぶなままじゃ恋はできないの』

『そうね。自分を好きにならないと恋愛なんてできないわよね……でも、痩せても変わらないこともあるわよ？』

「それもわかってる。でも、やるって決めたから。そのために必要なことは全部続けてみせる！」

思わず力んで宣言したけれど、イッコの声が聞こえてこない。もしかして呆れられちゃった？

『わかったわ。それだけ決心が固いなら今がはじめ時ね。きつと、恋愛が一番ダイエットに効くと思うわ。これはわたしの個人的な感想だけど……。わたしも応援するから頑張ってね！』

『ありがとう、イッコ』

『いいのよ、これはわたしの仕事でもあるんだから。本当なら今日からはじめられるよう、指導したいけど、それは土曜にね。それまで無理しないようにやれる？』

「うん、無理しないように頑張る！」

『実を言うと、ダイエットの原理ってすっごく単純で簡単なのよ』

『もう、なに言ってるのよ。ダイエットがそんなに簡単なわけじゃないじゃない』

『ホントよ。だって代謝カロリーよりも摂取カロリーを下げれば、その差の分だけ痩せるんだから』

『あ……なるほど、確かにそうだ。じゃあ、どうして失敗しちゃうの？』

『摂取カロリーを減らし続けると、身体がそれに合わせて燃費を下げる。つまりどんどん代謝が悪くなっていくのよ。そうすると少ない食事でも体重が減らなくなってしまうってわけ。代謝が落ちたままでは痩せにくいから、運動して代謝を上げないとダメなの。あと、急激に体重が減りすぎると身体が危険だと感じて防衛機能が作動して、リバウンドしやすくなるから気を付けてね』

『身に覚えがありすぎて、怖いよ』

『運動すると代謝は上がるけど、普段運動していない人が無理すると疲れてしまうでしょ。そうするとまた身体は食べることで体力を補おうとするから、それも気を付けなきゃだね』

『確かに疲れると食べなくなる……怖いなあ』

『だからうちのくすりやでは、生薬入りの滋養強壯剤を飲みながらのダイエットを推奨しているの。疲れもとれるし血行がよくなって代謝も免疫力も上がるから、食事を減らしてもダイエットの成功率がアップするのよ。わたしもその方法で頑張ったわ』

『確かにイッコはいつも飲んでたよね。それじゃ、お腹が空いてなくても、つい甘いものを食べた

くなるのはなぜなの？」

『ストレスが溜まった時、甘いものを食べると気分がよくなるってことを身体が知っているからなのよ。それは中毒に近いもので、我慢し過ぎると反動で過食してしまうの。だから、低カロリーのものでも満足するようにきちんと食べながら、痩せやすい身体を作るのよ』

「食べて……痩せる？」

『そうよ、太りにくい低糖質なものを、しっかりと食べるの。我慢するやり方は絶対にダメ。間食してもいいからある程度の満腹感を得られる食事法でやらないと失敗するわ。甘いものも、週に一度ご褒美として食べるのはいいと思うわ。後はゆっくりよく噛んで食べることで、栄養バランスも大切よ』

「間食してもいいの？ だったらわたしにもできそう！」

『糖質の取り過ぎはもちろんだメよ。後でダイエットレシピの資料をメールするけど、糖質っていうのは炭水化物も含まれているの。その中で一番マシなのは蕎麦かな？ おすすめしないのは、ラーメンとパスタよ。パンとご飯なら、ご飯のほうがお腹の持ちもいいわ』

「ラーメンにパスタにパン、それって好きなものばかりだよ！ じゃあ、食べていいのはなんなの？」

『タンパク質は身体を作る成分だから、しっかりと取らないといけないわね。タンパク質はお肉や魚以外に大豆や納豆、それから牛乳にチーズからも取れるわ。もちろん野菜やカルシウム、ミネラルも必要よ。チャーコにあった、美味しくて満足できる低カロリーのレシピを探そうね』

そのあたりは、ネットや本などいろんなもので探せそうだ。

『あと寝不足はダイエットの敵だからよく寝ること。それと運動だけど、わたしは苦手だったからジムに通ったの。チャーコは運動得意だから大丈夫だろうけど、毎日できそう？』

「それなんだけど、平日はなかなか時間がとれないんだよね。ジムって高いの？」

『わたしの通ってるジムはそんなに高くはないけど、チャーコの家からだちょっと遠いよね。移動の時にエレベーターに乗らず階段を使うとか、通勤時に一駅歩くとかだったら毎日できない？』

「わかった、できるだけ歩くのと、その食事療法をやってみるね」

『それじゃ、あとは食べ方だけ……』

イッコの指導はそのまま夜遅くまで続いた……とにかく明日から本気で頑張るんだから！

### 3 無理は禁物

翌日から決死のダイエット作戦を開始した。

決死っていうのはちよつと大袈裟かもしれないけど、痩せられなかったら会社を辞めるとまでイッコに言ったのだ。そのぐらいのつもりでやらなきゃ意味がないと思う。そんな情熱が空回りしてしまつて……早く痩せたい気持ちが抑え切れなかった。少しでも痩せて今の状況から、早く抜け出したかった。



昨夜は、なかなか寝つけなかったので、野菜スープを大量に作ってみた。コンソメ少しと、ベーコンやら玉ねぎなど冷蔵庫に残っていた野菜を色々入れたので結構なボリュームになった。作りすぎた分は冷凍して、朝はそれと常備しているヨーグルトにゆでたまごと野菜サラダ。お昼用としてポットに野菜スープを入れ、お弁当箱にはゆでたまごやハムなど冷蔵庫にある糖質以外のものを詰め込んだ。それから帰りには、キャベツや納豆、鶏の胸肉、白身魚などを買い込んだのだ。そして夜は、具だくさんのお味噌汁にキャベツと玉子だけのお好み焼き風というメニュー。これはイッコのオススメで結構美味しかった。明日のお弁当用には、鶏胸肉の塩麹漬けを仕込んで準備は完璧だ。

お米を食べなくても、工夫次第で結構美味しく食べられる上に、タンパク質は意外とお腹の持ちがいい。

だけど準備に手がかかるため、朝がせわしなかった。早起きしたけど、ウォーキングは行けずじまい。それと腹八分目っていうのはかなり辛い。イッコに言わせると、理想は六分目だそうだけど、そんなの絶対無理！ わたしの場合はいまままでの暴食でかなり胃が拡張してしまってるから、胃を小さくしなきゃダメらしい。そのため、イッコに教えてもらった食べ方に変えた。

『ゆっくりと噛んで食べることで満腹感が脳にきちんと伝わるのよ。チャーコは早食いでしょう？ だから満腹感が伝わるのが遅いの。おかずとご飯は別々に、汁物は最初に吞みきってね』

その通りやってみて驚き！ 噛む回数が増えてゆっくり食べられた。少ない食事で満足が得られるのだ。

ダイエットをはじめてみたら、自分が今まで食べてた物のカロリーと栄養素がとんでもないことにも気付いた。ついつい面倒くさくて、昼食は菓子パン三個とか食べていたわたし。でも菓子パンって、一個五〇〇キロカロリー以上あるものが多い。一食で一五〇〇キロカロリーを超えてしまう。それって成人女性の一日の摂取カロリーに近いよね？ おまけに炭水化物ばかりで栄養バランスも悪い。

忙しくてつい食べたくなったりしたけど、なんとか我慢して乗り切れた。おかげさまで初日から一キロマイナス。元の体重があるからだろうけど、それでも嬉しくてしょうがなかった。

決算期で仕事が忙しいこともあって、夜にも運動する時間は取れなかった。でもそのぶん階段を使ったり、帰りに少し歩いたりした。

『運動する時には、姿勢とか歩き方とかにも気を付けてね。きれいに立つ時には、無意識に身体の筋肉を使ってるんだって』

イッコのアドバイスに従ってみると、違いは歴然だった。しかも翌朝起きたら、身体のアチこちが痛かった。運動不足だったんだね、わたし。

ダイエット開始二日目。今朝も、出勤時に階段を使ってフロアに向かおうとしていた。わたしの所属する営業部のフロアは十五階だからそこまで上がるのは大変だけど、頑張る！

「もう、甘やかさないんだから」

「なにを甘やかさないんだ？」

「え？ あ、チーフ……おはようございます」

うしろから声をかけてきたのは櫛澤チーフだった。

「おはよう。歩くのはいいことだが、いきなり無理するなよ」

「は、はい」

確かに、少し無謀だったかもしれない。脚はもうガクガクだ。だけどチーフもここにいてるとは……毎日エレベーターを使わずに上がったの？

「無理そうだったら、途中からエレベーターを使えばいい。徐々に階数を増やすほうがいいぞ」

そう言っただけは、ポンとわたしの頭を叩いて先に階段を上がっていった。

「あ、ありがとうございます」

そっか、毎日少しずつ増やせばいいんだ。もしかして、チーフってこういう運動とか詳しいのかな？ 元水泳選手だけあって素敵な筋肉をしていそうだと、引き締まったチーフのうしろ姿に思わず見惚れていた。

結局今日は十階で限界がきて、そこからはエレベーターを使った。

「おはよう、細井さん。あれ、どうして十階から？」

乗り込んだエレベーターには本城さんがいた。もしかして今日は朝からすぐくついているかも！

「おはようございます。階段で上がろうと頑張ったんですけど……今日は十階でギブアップでした」

「そうなんだ、僕も最近運動不足だから、明日から歩いて上ってみようかな？」

「ほ、本城さんも？ ああ、——」

よかつたら一緒に歩きませんか？ と言おうとした瞬間。開いたエレベーターの向かいのガラス窓に映った不釣り合いなふたりの姿に、その言葉は引つ込んでしまった。

「ん？ どうかした？」

「いえ、なんでもありません……今日もお仕事頑張りましょうね」

につこり笑ってそう言うと、更衣室へ駆け込んだ。

ダメダメ、まだ一緒になんて口にするのはおこがましいよ。全然変わってないんだから……やっぱりゆっくりなんてやってられないよ、イッコ！

そうして焦った結果……無理をするなというイッコの言いつけを守らず、三食とも主食どころか脂も肉も抜くという無謀なことをしてしまった。そしたらなんと二日目でもう一キロ、三日目でもう一キロ、トータルで三キロも減っていた。す、すごくない？ この調子で続ければ、ひと月以内にマイナス十キロも夢じゃない!? と計算してしまっ

四日目もまた一キロ減っていて、思わず目を疑った。急激に痩せるのはよくないってイッコが言っていたけど、嬉しくてしょうがなかった。だからわたしは失念していたんだ。イッコにあれほど無理しちゃダメだと言われていた理由を。

「よしよし、もっと頑張るぞ!!」

四日目の今日は帰りに三駅分歩いたら、さすがにへロへロだった。でも、痩せていくのが嬉しくて、明日からはもっと歩こうと考えていた。

そろそろ我慢するのがきつくなってきたけど、この調子でいけば週末までにマイナス五キロだから、まずはそこまで頑張りたかった。

「ああ、なっちゃった」

五日目の土曜日の朝、トイレでがつくりうなだれる。

数日前から少し浮腫むくんできていたので、そろそろ生理だなど思っていたら案の定。体重は、水分を我慢していたので五日で五キロ減を達成したけれど……朝は怠たるくて起きられなかった。お弁当も作れなくて、いっそのことお昼を抜いてしまっても平気な感じだ。わたしの場合、生理前はやはり食べたくなるけど、生理がくると食欲はなくなるほうなのだ。

決算期で多忙のため朝から休日出勤し、わたしも営業部の皆も忙しく走り回っていた。

「細井さん、これやっといてくれる？ 急ぎなんだ」

「あ、俺もこれお願い」

「ちよつと、ぼーつとしてないでそこ早くどいてくださいよ！」

ダメだ……今日はちよつとヤバイ……かも。

朝から体調は最悪だった。もともと量が多く、血圧も低いほうだから気を付けなきゃならなかったのに……

決算前で午後になっても仕事は途切れず、お昼もともに食べられないまま忙しく動いていた。

ああ、だけどさつきから目眩めまいはするし、顔も手足も冷たくなって、冷や汗まで止まらない。でも

この書類は四時までだつて村井むらいくんが言っていた。これ、追加の資料もいるかな？ 倉庫に取りに行かなきゃ……

「あ——」

立ち上がった途端とたん、天井が回る。目の前は真っ暗で……もしかしてこれって立ちくらみ？ ずっと健康体で、朝礼や体育祭でも倒れたりしたことなくなかった。

——なのに、立っっていられなくて身体が床に沈んでいくのがわかる。

「細井さん？」

「千夜子くん！」

男性社員の誰かの声と、それに重なるようにわたしの下の名前を呼ぶ声が間近で聞こえた。

片方の声は、きつとチーフだ。わたしを『千夜子くん』て呼ぶのはあの人だけだから。

でもチーフの席は随分向ずいぶんこうのはずなのに……そんなことを考えていたら、意識はどんどん遠のいていった。

「ん……あつ」

気が付くと、応接室のソファに寝かされていた。頭がくらくらしてまぶたが重い。

「千夜子くん、目が覚めたのか？ どうだ、気分は悪くないか？」

「は、はい。大丈夫です」

目を開けると心配そうな榎澤チーフの顔があった。えつと……どうやってここまで？

「あの、わたしを……」

誰が運んでくれたの？ と聞こうとした瞬間、思いっきりチーフに怒鳴られた。

「馬鹿野郎っ！ なんて無茶するんだ、おまえはっ！ 真っ青な顔してぶっ倒れやがって……まさか、無理なダイエットをしてるんじゃないだろうな？」

「い、いえ、そんな無茶したつもりは……ただその、ちょっと……」

「なんだ？」

言っ正しいのだろうか？ 男の人に生理だつて。

「あ、アレの日でして……」

そこまで言うとおあ、と額うなじかれてしまった。わかったのかな？ やっぱり奥さんがいた人だから、そういうのにも慣れてるのかな？

「ま、まあ女性の身体が周期的に不調になることはわかっているつもりだ。ならば、そんな時ぐらい体調に合わせろ。いくら忙しいからつて、無理して倒れては元も子もないだろう」

ようやく口調も元に戻ったチーフは苦い顔をしながら腕を組んだ。

「すみません。あ、あの、今何時ですか？」

「五時過ぎだ」

「ええ？ あ、書類！ 村井くんが四時までにつて……」

「あれは村井の仕事だ。あいつか、本来の担当である皆川にやらせればいい。おまえが無理することはない」

「でも、わたしは仕事ぐらいしか取り柄えがないから……」

実はお昼過ぎ頃に、また嫌みを言われたのだ。本城さんに頼まれた書類を急いで作ってたら、村井くんが『オレもオレも』つて……彼は二班だけど皆川さんに頼んだら間に合わないと言つて、いつもわたしに仕事を回してくる。その時も『細井さんは仕事しか取り柄えがないんだからやつてよ』と言われた。

「とにかく今日はもう帰つて休むんだ。残っている仕事は皆に割り振つて終わらせたから大丈夫だ。それと身体がついていかないのなら、ダイエットもやめるべきだ。健康を損こなつてまでやることじゃないだろう？」

「はい……すみません、ご迷惑をおかけしました」

仕事に支障ししょうをきたしたのは、わたしの責任だ。社会人でお給料をもらっているのだから、やつてはいけないことだった。だけど……いまさらダイエットはやめられないよ。

「とにかく今日は送つていくから、支度したくしなさい」

「はい？」

送つていくつて、嘘……櫛澤チーフがそんなこと言い出すなんて！

帰り支度したくを整えたわたしは、チーフに促うながされるまま、彼の車に乗つた。

男の人に車で送つてもらうなんて、滅多めったにない。それも助手席……たまにコータや男友達の車に乗せてもらうことはあるけれど、その時はいつも後部座席だ。

「この道、右でいいのか？ それなら意外とうちと近いな」  
「そう、ですか」

わたしは助手席で小さくなっていた。チーフの車は排気量の大きな三チャンバー。座席も革張りでグレードの高い内装だった。チラチラと運転席を盗み見るけれど、なんか横顔格好よすぎじゃないですか？ 助手席ってやっぱり彼女が座る場所で、そこにこんなゴツいのが乗っているだなんて……思わず気後れきおくしていた。

今までそんな目で見たことなかったけれど、仕事中心とは違い少しリラクセスした感じで運転するチーフは妙な色気があった。ハンドルを持つきれいな指先にまで、ドキリとする。

「すまないが、少し話がある……おまえの家の近くに、車を停めておく場所はあるか？」

アパートの近くまで来ていきなりそう言われ、来客用の駐車スペースに案内したけど、車の中で話すのかな？ なんだらう、ちよつと緊張する……

「ここで話すのもなんだから、部屋に上がらせてもらいたい。無理ならどこかお茶でも飲めるところを探すが、おまえも今日は早めに食事したほうがいいだらう？ だが、ダイエット中は外食をあまりしたくないだらうと思つてな」

「それはそうですね……」

だけどいきなりわたしの部屋に？ いまだに誰も男の人を入れたことがないのに。つて、いくらなんでもチーフを疑うのは失礼だよ。厳しいけど差別もセクハラ発言もしない、信頼できる上司だ。それにモテるつて聞いているから女性なんて選び放題だらう。部屋に上がったところで、チーフ

がわたしを襲うとかあり得ない。わたしなんかはその気になる男の人なんて、この世にはいないのだから。

わたしはそう思い直し、チーフを自分の部屋に入れることにした。

車を降りて、わたしの部屋まで並んで歩く。それだけなのにやたらと緊張していた。

「あの……よかつたら、チーフも一緒に夕飯をいかがですか？ 簡単なものですが作ります」

今日は夜、イッコとあずまやに行く約束をしているけど、まだ時間も早いから軽めに食べるぐらいならいいよね。作りおきの野菜スープがあるし、ご飯も冷凍してるのを温めればすぐに用意できる。ダイエットをはじめから結構料理をしているので材料にも困らない。今朝は朝食もお弁当も作らずに出勤したので、材料は余っているぐらいだ。

「いいの？ だが、料理なんて無理しないでいいぞ」

「いえ、もう大丈夫です。送っていただいたので余計な体力を消耗しょうもうせずに済みました」

「この調子だとご飯の用意ぐらいいは頑張れそうだ」

「それじゃ食事をして、その後ゆっくり話をしよう」

ダイエットをはじめから、部屋は比較的片付いている。身も心も部屋も、きちんとしたほうがいいと思つたし、寝る前のエクササイズのためにスペースを空あけている。ワンルームだから、ベッドまで丸見えでちよつと落ち着かないけど……

「えつと、ど、どうぞ」

少々戸惑いながらも、チーフには部屋の真ん中に置いたローテーブルの横、ベッドと反対側に

置いたクッションの席を勧めた。すると、チーフは躊躇することなくそこに腰を下ろす。やっぱり、女性の部屋に入り慣れているのかな？

「安心しなさい。なにもしやしない。俺はおまえの上司だ。それに、今はアレの最中だろう？ そんな時に無理矢理やる趣味はないし、そう不自由もしてないから」

やっぱりビクビクしてるのが態度に出ていたらしく、気を遣わせてしまった。

「いえ、あの……じゃあご飯を作ってきますので、しばらくお待ち下さい」

そうだよね……女性に不自由なんてしてないよね。もしチーフが、なんて考えてた自分が恥ずかしい。こんなにモテる人が、わたしなんかにもその気になるはずがない。

それにもし今、急にそんな展開になったとしても、いろいろな意味で人前で脱げるような身体じゃない。下世話な話になるけど、今まで男の人とどうのこうのって考えたことがなかったから、むだ毛だつて処理してないし下着だつて特別なものじゃない。しかも少し痩せて身体に合わなくなつてきてたから、明日イトコと一緒に買いに行こうと思つていたところだった。

「ご馳走さま。思つたよりちゃんと料理してるみたいだな、よかった……」

手早く準備してふたたびで食事を済ませた。男の人には少な目かもしれないけど、同じ量でいいと言われたのでそのとおりにした。

「どうだと思われてたんですか？」

「いや、君がボクサー顔負けの減量をやってたら止めようと思つていたんだ。どうやら違つたみたいだ」

「だが」

食事もいつもの夕飯より少しだけメニューを増やしていた。野菜スープにトマトピューレを入れてミネストローネ風に。和風だし巻きをオムレツ風にして、ちりめんじゃこと大根おろしを添えた。後はキャベツをさつと湯通ししたサラダ。メインは豚肉の塩麴漬を軽く炒めて、冷凍ほうれん草のソテーを付け合わせにした。

「頑張っているのはわかるが、無理するな。女の子は少しくらいふつくらしているほうがいいだろ」

「なっ……」

その言葉にカチンときた。——嘘ばかり！ ふつくらとおでぶは違うでしょ？

わからないんだ、チーフにはわたしの気持ちなんて！ 世間からおでぶで拒否されて、女扱いもされなくて、心をズタボロにするような言葉を平気で投げつけてくる。それでこっちは開き直ると、『女捨ててるよね』って。『皿まで食いそう』『服が悲鳴上げてるよ』とか言われるし。なにひとつ、いいことなんてありやしなご。

「そんなの建て前ですよ？ そう言ってる人に限って彼女は細身の人が多いんですよ。自分の意思でダイエットしてるんですから、頑張つたって構わないでしょ？ わたしの自由だと思います」

「そんなつもりで言つたんじゃない」

「いいんです、もうそんな気を遣つていただかなくても。だけど男の人ってやっぱり見かけで選ぶ

じゃないですか。いくらおしやれしても、仕事頑張っても、わたしなんかいつも恋愛対象外ですから！ そりゃ、わたしみたいな女の子その気にもなれないだろうけど……でも、わたしだって一度ぐらい普通の女の子として扱われたいんです！ おでぶなことが犯罪で、人間じゃないみたいと言ってくる人もいるから……悔しくて。それに、少しぐらい体重が落ちたと言っても、まだおでぶなんですよ？ 標準サイズの服も入らないし、スタイルだって全然です。だからもっと痩せたくて、わたし……」

「千夜子くん、まさか……今まで男性と付き合ったことがないのか？」

「なくて悪かったですね！ 生まれてこのかた、彼氏なんてもの、できたことありませんよ！ チーフはモテるだろうから、わたしのこんな気持ちわかんないでしょうけど」

ええ、そのとおりですよ！ なくて悪いですか？ 相手が上司ということも忘れ、わたしの怒りのボルテージは上がっていった。

「そんなことない、わかるよ」

「嘘言わないでください！ チーフにわかるはずじゃないですか！」

仕事ができ、厳しいけど人格者で、スタイルも顔もいい。モテるって話は色々聞いてるんだから！

「嘘じゃない。俺も……昔は太ってたんだ」

なに？ えっと、空耳かしら？ チーフが太ってたって……？

「……え？」

思わずチーフに向かって顔を突き出し、見つめてしまった。すると彼は、口元に手を当てて目線を外してる……うわあ、もしかしてチーフ照れてるの？ 耳まで真っ赤だよ。

「その……俺は昔、小児喘息しょうにぜんそくでな、母親に過保護に育てられたんだ。薬の副作用と運動不足、過食と偏食と甘やかして、でっぷりと浮腫むくんだ子供だったんだ」

「嘘、ですよね？」

だって今のチーフは、筋肉質で男も惚れるほどの美丈夫びじょうふで……本城さんと二人並ぶ姿はボーイズラブの世界のようだ、腐女子で有名な総務の香川かがわさんがうっとりと言ったほど。そのチーフが昔は肥満児ぜいまんじだったというの？

「本当だ。喘息ぜんそくだったから、あまり激しい運動ができなくてな。動かずに食べてばかりいたら、ぶくぶく太ってしまったんだ。小学校に入る前に喘息ぜんそくの治療も兼ねて水泳をはじめてからは、症状は治まってきたんだが、肥満児ぜいまんじのまま……中学に入った頃から、これじゃいけないと両親を説得して食事を変えたんだ。いとこがダイエットにやたら詳しくだったので、献立けんたてや運動方法も指導してもらってな。体重が落ちると体力もついてきて、運動や筋トレをしっかりとるようになった。高校に入った頃からかなり泳ぎ込んで……身体も徐々に引き締まってきて、高校、大学時代はプールに青春青春を捧げてたな」

そうやって鍛たくえたから筋肉質になったというの？ わたしの筋肉は今じゃ見る影もないけど。

「痩やせたいというおまえの気持ちもよくわかるが、体重でなく脂肪を落とさないとダメだろう？」  
もちろん、それもわかっている。でも運動したくてもなかなか身体が動かないし、時間も暇も気

力もない……

ああ、ダメだ……言い訳してるうちはダメなんだ。ちゃんとやらなきゃって思うけど、できなくて焦る。それでつい食事を減らすことで結果を得ようとして失敗してきたんだ。

けれど、まさかチーフが肥満児だったなんて、誰も知らないよね？ もしかしてわたしにだけ教えてくれたんだろうか？ でもそれって……

「自分が昔太ってたから、わたしに同情してそんなこと言うんですか？」

「同情じゃない。ただ、俺も辛さを知っている。太っているのと痩せているのとじゃ態度の違う人間が多いのはたしかだ。俺だって十分、経験してきたよ。太ってる頃は見向きもなかった女子が、痩せたら途端にキヤーカー言っただけ……呆れるよ」

そ、それは自慢ですか？ わたしの場合、痩せてもそんな奇跡起こりそうにないんですけど。

「けど皆、昔俺が太っていたことを知ると、微妙な反応をするんだ」

「微妙？」

「ああ、もしかしたら、また太るんじゃないかって疑われる」

ああ、なんかわかる気がする。たとえ痩せても、太っていた過去は消せないのだ。

「でも、わたしはダイエットに成功して、今も体型を維持されてるチーフはすごいと思いますけど……」

「ああ、おまえはな。元々、人を見かけで判断したりしないからな」

それは……確かに。人にはいろいろな事情があるものだ。

「俺はな、本当のおまえを好きになってくれる人を見つけて欲しいんだ。おまえは、俺が離婚した理由を知らないだろう？」

「あ……はい」

わたしが今の職場に配属された頃、チーフはすでに離婚していた。

「誰にも言っていないし……表向きは『性格の不一致』ってことにしている、実は違う。本当は元妻が『あなたの子供を産むのは厭だ』と言ったからなんだ」

「え？ どうして……」

「子供の頃太ったことを、俺は黙っていた。だが結婚式の二次会で俺の幼馴染がバラしたんだ。その後、俺の実家で幼い頃の写真を見て……それ以来、肥満遺伝子を受け継ぐ子供なんて産みたくないって言い出したんだよ」

「そんな……」

「元妻は、ミスなんとかに選ばれるほどの美人でな。上司に薦められるまま見合いして結婚した。恋愛結婚ではないが、愛情ある家庭を築けると信じていたよ。だが、向こうは遺伝子まで完璧じゃないとダメだったらしい。結局、俺のほうもそんな妻を抱けなくなつて……性格じゃなくて『性の不一致』だったんだ。結婚してから離婚までの半年間、夫婦関係ゼロのまま別れたよ」

「酷い……チーフは、結婚した時にはもう太ってなかったんですね？ 過去のことなんてどうしようもないのに。それに、チーフがこの先太るかどうかも、子供が肥満になるかどうか、すでに決まっているわけじゃないのに」



「妻はそう思わなかったらしい」

「痩せることで周囲の態度が変わって、嫌な思いをする可能性があるのはわかりました。それでも……今は無理してでも痩せたいんです。だってチーフは痩せて結婚できたんですよ。今も彼女がいたりするんですよ？ 最初の結婚はそういう結果になったかもしれないけれど、まだ希望はあります！ でもわたしは……今の体型のままだと皆に結婚どころか付き合う気もおきないって思われてるんですから」

「そんなこと言う奴は放つておけ。ダイエツトは体調を崩してまでやることじゃないぞ」

「……心配、してくださるんですか？」

「ああ、可愛い部下だからな。おまえはよく仕事をやっているよ。他の班の分までフォローしてくれて、うちの部全体をまとめる俺も助かっている。ありがとう、感謝してるんだ。……最近、二班の奴らがおまえのことを悪く言ってるのにも気が付いてた。だが別のチーフがいる手前、二班のことに迂闊うかつに口出しするわけにはいかなかった。すぐに止められなくて、すまない。この間、おまえが泣いた時も……」

え？ わたし、いつ泣いた？ チーフの前でなんて泣いたことないのに。

「一度、泣き腫はらした目で戻ってきたことがあっただろう？」

やっぱり気が付いてたんだ。チーフってすごく人のこと見てくれてるんだ。

「おまえは本城が……好きなんだろ」

ど、どうしてそのことを知ってるの？ 隠してたのに……そんなにわかりやすかった？ わたし

「それなら協力してやろうか？ あいつは体型うんた云々で人を差別するような奴じゃない。ただ、まあ……自分から動くやつでもないから。おまえが自分に自信を持って声をかけられるようになれば、きつとうまくいくはずだ」

「そ、そんなの無理です！」

うまくって、付き合うってこと？ それはもう、ありえないって思ってるから！ だってダイエツトしたところで可愛くなるとは限らない。そりゃあ、痩せれば少しは自信がついて、食事の誘いぐらいは受けられるだろうって……でも、ただそれだけで。

「おまえはさ、今まで体型を気にして、誘われても下ばかり向いてただろ？ 少し痩せたんなら、自信を持って顔を上げていればいいんだ」

「自信なんて、欠片かけらもないですよ。わたしなんか、少々肉が落ちたところでちっとも変わらないんですから……」

「そうかな？ 例えばその胸。ブラウスのボタンを外してる隙間から見える白い肌に、欲情していた男性社員がいたかもしれない」

「え？ ま、さか……」

そういえば応接室で気が付いた時、ブラウスのボタンはかなり下まで外されてたし、ベストも着ていなかった。倒れた時、苦しくないように胸元を開けられたのかな？ あの後、慌てていたから『あれ？』って思ったけれどそのまま着替えてしまった。

胸はおでぶの割には小さいけど、谷間ができるぐらいのボリュームはある。というか、脇の肉と

かを寄せ上げて、胸つてことにしている。

「少なくとも俺には、その胸は魅力的に見えるぞ？ それにふくらした腰のラインも、柔らかそうでいいなって思う」

「な、チーフ！ それつて……」

「セクハラか？ おまえがあんまり自信がないって言うから、男が考えてることを教えてやったまです。しつかり俺をその気にさせるぐらい魅力あるぞ。おまえのカラダは、抱き上げた時も背負った時もなかなか素敵な感触だったからな」

「ひえっ!!」

昼間に倒れた時、運んでくれたのはチーフだったの!? しかも、ひとりで運んだの？ サ、サイアク……

「なあ、千夜子」

「は、はい？」

急に名前を呼び捨てですか！

「そんなに自信がないのなら、俺が自信をつけさせてやろうか？ 自信がいたら本城と食事に行くなり告白するなりすればいい。それまでは……俺がおまえに男の欲情を教えてやるよ」

「そ、そんな……」

「例えば」

チーフはいきなり立ち上がり、テーブルを挟んだ向かいの席に座っているわたしの隣に座り込

んだ。チーフのコロンの香りを強く感じる。今まで感じたことのない圧迫感をすぐ側で感じていた。体温だつて……わたしに比べたらすぐ高くて熱い。これが……男の人なの？

「男は魅力的な女がいれば、いつだって触れたいと思ってるんだ」

「あっ……」

腰を抱かれただけなのに……なんだかえつちな声が出そうになった。もっとも今までそんなことされたことないから、驚いて変な声が出ただけかもしれないけど。

チーフの手は、わたしの腰のラインを往復して脇腹を撫で上げてくる。その場所をすぐ意識するからか、なんだかその脂肪燃焼度が上がった気がした。

「チ、チーフ、これつて……」

「きれいに痩せさせてやるよ、俺が……運動と、おまえが自分を女であると意識することによってな」

「そ、そんなこと……チーフになにか得でもあるんですか？」

「役得かな？ おまえが俺の申し出を受ければ、こうしてセクハラまがいの接触をしても訴えられないだろ？ ——というのは冗談で、おまえが頑張ってるのを見ていたら、応援したくなったんだ」

「で、でも……」

「大丈夫だ、最後まで手を出したりしないよ。おまえがきちんと痩せて、彼氏ができるまで……いや、裸になって男を誘う自信がつくぐらいまで付き合つてやるよ」

な、なんて申し出なの！ 痩せて彼氏ができるまでって……裸になって？ それって彼氏とえっちできるようになるまでってこと？ 確かに、今の自分にはそんな自信はないし、たとえばダイエットに成功しても、彼氏を作るなんて到底無理だと思う。

「どうする？ 千夜子」

耳元で囁くその低い声に、首筋から背中までがゾクリと震える。この人の声って反則すぎる。どうしよう……わたしはこれを受けてもいいの？ ていうか、今の体勢……は、鼻血出そう！ わたしは一気にのぼせて、ふたたびその場でぶっ倒れてしまった。

これはきつと、夢なんだ……チーフがこんなこと言い出すなんて。

「おい、大丈夫か？」

「……チーフ、あれ？」

目の前にチーフのどアップ。まだ夢の中？

「あれ、じゃないだろ！ いきなり白目剥いたら驚くだろうが」

「つて、ああっ！ す、すみません!!」

いつの間にかチーフに抱きとめられていたらしく、大急ぎでその腕の中から這い出た。

「おい、いきなり動いて平気なのか？」

「だ、大丈夫です」

わたしは急いで正座して、平静を装った。

すごかった……チーフの身体。硬いつていうか逞しいつていうか、重いわたしの身体を余裕で支えていた。会社で倒れた時もチーフが医務室まで運んでくれたらしいけど、あれほど筋肉があるなら大丈夫そうだ。うーん、覚えてないのがちょっと悔しいような気がする。覚えてたら、それはそれで恥ずかしいんだけど。健康自慢なわたしが一日に二回も倒れるなんて。今までそんな経験はまったくなかったのに……ああ、よっぽど身体が弱っていたんだね。これは反省だ。

「千夜子？」

「は、はいっ！」

わたしの名前を呼ぶチーフの声が、少し甘いような気がして思わず身構えてしまった。さっきの話はきつと、冗談だよな？ それなのに、勘違いしてしまいそうになる。もしかして、わたしを女の子扱いしてくれてるのかなって……

「おまえは……本当に慣れてないんだな」

「えっ？」

「自信云々の前に、男にもう少し慣れたほうがいいな。いざ男と付き合うとしても、あまり緊張しすぎてると引かれるぞ？」

「そ、そんな……」

確かに今も緊張してるけど……今まで彼氏ができなかったのって、それも一因だろうか？

「それと、もっと体力をつけなといけないな」

「あ、はい……」

倒れて仕事に支障をきたすのはまずいものね。早くイッコにきちんとしたダイエット方法を習わなきゃ……って、ああっ！ イッコをコータの店で待たせっぱなしだった！ 今、何時なの？

「おまえ、俺と一緒にトレーニングしてみるか？ そうすれば少しは男にも慣れるだろう。それに俺も、おまえが無茶しないかどうか見張れるしな」

「えっ？ 一緒に……トレーニング、ですか？」

トレーニングって、走ったりダンベル持ち上げたり？ それをチーフと？ まさか……さっき言ってたこと、やっぱり本気なの？

「仕事のペースはほぼ同じだから、時間も合わせやすいだろう。俺は今でも朝走ったり週末にジムに行ったりしているんだが、付き合わないか？」

一瞬、付き合わないかっていう言葉が違う意味に聞こえてしまった。今日はいろいろありすぎて、脳が麻痺しかけているみたい。そんなはずなのに……

チーフはわたしに同情しているだけなんだ。この歳になって一度も彼氏ができたことがなく、男に慣れない上におでぶで無茶なダイエットをするわたしのことを心配して……でも、これ以上甘えられないよ。今まで自分でトレーニングをやっていたのなら、人と合わせるなんてすごく面倒なはずだ。それも体力が落ちまくってるわたしとじゃペース配分も違うはずだし。

「いえ、これ以上チーフにご面倒かけられません。なんとか自分で……」

「それでまた倒れるのか？ おまえに休まれるほうがよっぽど迷惑だな。だったら一緒にやるほうが安心できる」

わたしが休んだら……未処理の書類が溜まって現場の皆が困る。その長たるチーフがおそらく一番……大変だ。

「これからは迷惑をかけないようにちゃんと気を付けます！ 運動も自分でやりますし、倒れたりしないよう、食事も気を付けますから……」

「本当に大丈夫なのか？ せっかくなおまえがやる気を出してるのだから、俺はおまえを助けてやりたいと思ったんだ。仕事の時も、いつもおまえはひとりりでなんとかしようとするが、少しは甘えろ」

甘えろって言われても……本当にいいんだろうか？ わたしにとってチーフは頼りになる上司だけど、今まで仕事以外ではまったく付き合いもなにもなかったのに。申し訳ないよ……

「とにかく、運動やトレーニングはきちんとして管理してやったほうがいい。自分でできないならジムに通ったほうが確実だ。徐々に筋肉をつけながら脂肪の燃焼度を上げていくとダイエットも楽になるぞ？ 筋肉をつけてないと戻りやすいから、一時的に痩せてもあつという間に無駄になる」

「でも……」

「おまえにやる気があるなら、俺も本気で手伝いたいと思ってる。関わるからには、妥協も体調を崩すのも許さない。さあ、どうする？」

うう、なんでそんなに強引なの？ そりゃ痩せたいよ、素敵な彼氏を……とまではいかなかったも……本城さんからの食事の誘いに、断らずに乗ってみたい。

今日、午前中に本城さんに言ってもらえたんだ。『細井さん、痩せた？ 無理しないようにね』っ

て。ちゃんと気が付いてくれて、それが嬉しくて余計頑張っちゃったんだ。

もし、ダイエットできて告白もできるなら……頑張りたい！

この際、チーフの同情でもなんでもいい！ コーチがついて今以上の成果がでるのなら……

「本当に……いいんですか？」

「ああ」

「あの、わたし死に物狂いで頑張りますから！ チーフ、よろしくお願いします！」

思わず床に手をつけて頭を下げた。

「おいおい、死なれちゃ困るが……その意気だ」

笑いながらわたしの腕をとって、身体を起こさせる。チーフが声を上げて笑うなんて、珍しい。

いつもは難しい顔をしていることが多いのに。

「それじゃさっそく、明日の二時に迎えにこよう。早めに食事を済ませて運動のできる格好で待っているように」

「えっ？ あ、明日ですか？」

いきなり？ さすが、段取り上手なチーフだ。

「ジムの見学に連れて行ってやる。俺が通っているところは、設備もいいしリーズナブルだぞ」

いやいや、チーフとわたしでは金銭感覚が違うと思う。できれば、あまりお金をかけたくないところだ。だけどチーフに教えてもらおうとすれば、やっぱり水泳だね？ でもチーフの前で水着姿晒すなんて、無理！ 絶対無理！

「い、いいです。あの、場所を教えてくださいましたらわたし、自分で行きます。体験コースとかあるでしょうから」

「さつき死に物狂いで頑張ると言わなかったか？」

「ううっ、それは……」

「今日はもう休め。二度も倒れてるんだから、また明日な」

チーフは優しく笑うと、わたしの頭をポンと叩いて帰っていった。

#### 4 ダイエットの極意

「ごめんイッコ！ だいぶ待ったでしょ？」

チーフには休めと言われたけど、イッコと約束していたのでコータの店に急いだ。かなり遅くなったけど、イッコはひとりカウンター席に座り待ってくれていた。コータは他のお客さんの相手で忙しそうにしているのが見える。

「仕事、そんなに忙しかったの？」

「えっと実は、今日会社で倒れちゃって……」

「もう、なにやってんのよ！ チャーコ」

今日のことを報告したら、やっぱり怒られた。