

銀泉

観劇飲み会
ず楽しんで
でおキ
で次男が
だいた事
ン出来まし
た。ご縁
心援をいた
かげと喜
んでおり

古 希

飲み会は、京阪沿線と滋賀在住者の会で、ほとんどの方がOBになりましたが、賑やかにお互いの近況を報告し、親睦を深めております。同期会、支店同窓会等のお誘いも身体と相談しながら、参加する事で元気をもらっております。

私達夫婦には3人の息子と3人の嫁、4人の孫がいます。息子家族は、神奈川と東京で住まいし幸せに暮らしており、有り難いことと喜んでおります。子供家族の帰省では、息子や嫁たちとお酒を飲みながらの団欒、孫達との交流を楽しんでおります。

みんなが帰ったあとは、夫婦二人の静かな生活に戻ります。これからは金婚式を目標に、夫婦二人で穏やかな生活を楽しみながら健康に生きたいと願っております。

度一切苦厄

鷲尾 孝二

古稀は中国唐代の詩人「杜甫」の「曲江詩」の語句「人生七十古来稀なり」に由来し、当時としては最長寿とされたとのこと。近年は長寿への入口と言っても過言ではない。さてその古稀ともなれば、諸先輩の様に高尚な趣味の披瀝とかボランテニア活動による地域への貢献、世界中の美術・遺跡の見学、あるいはまだ現役で元気に仕事をしている方等おられる中で、私はどれにも該当しない実に中途半端な有様です。

いろいろ考えた挙句、70年の間に何度も危ない目に会い乍ら命拾いをしたことが、少しは運が強かったのかなと振り返ってみることにしました。五木寛之氏の著書「林住期」にならって人生を4期に分けてみると、

1. 25歳まで(学生期)

(1)昭和20年5歳の時、西宮市が米空軍B29の絨毯爆撃に会い住居は火の海となった。直前に防空壕に避難したので幸い命は助かったが、住み家を失ない京都の叔父の家に移り、疎開した。目の前で家が焼け落ちるのはハッキリ覚えている。

(2)昭和22年7歳の時、近所悪童達と廃工場で遊んでいるとき、足を踏みはずし5メートル程下の地面に顔面から落下、一瞬気を失った。口の上を相当深く切つたらしく出血したが、仲間が血止めをして家に連れて帰ってくれた。すぐ外科医で何10針か縫ったが、今でも傷跡が残っている。もし後頭部から落ちていたらどうなっていたか分からない。

(3)昭和24年9歳の時、当時流行していた「肺浸潤」にかかり結局1年間休学し留年した。余り重態にはならなかったが、しばらくは体育の時間はいつも見学せねばならなかった。ただ授業は小3を2度受けたので分かりが良く、先生に誉められたのも覚えており、悪いことばかりでは無かった気がする。

(4)中学は何となく過ぎ、高校からは多分父親のすすめで山岳部に入り、以後学生時代のほとんどが登山漬けの7年間であったが、これが岩登り・冬山登山中心の本格的なもので、地元では六甲山・保壘岳、宝塚・蓬萊峽、姫路・雪彦山・また北岳・剣岳・穂高岳・谷川岳の一倉沢等々でのロッククライミングや冬山での夫々3回位命を落しそうになった。幸い私の在学中は事故はなかった。

が、山岳部は危険と隣り合わせで先輩、後輩の中には何名かの犠牲者が出た。さすがに社会人になってからは、時間的にも肉体的にも先鋭的な登山からは遠ざかってしまった。

2. 26〜50歳(家住期)

銀行生活25年で8回の転勤がありました。3人の子供に恵まれ成長するにつれ山あり谷あり悩みの多い時期であった。結果的には夫々自分の好きな道で、人に喜んでもらえる職につくことが出来たのではと思います。

長女はOSK日本歌劇団、次女は劇団四季で頑張り、長男は中華の調理師の道へ、そして妻は手話通訳士の資格をとり福祉の仕事は今もやっています。

3. 51歳〜75歳(林住期)

(1)再就職

銀行からの紹介で第2の就職先として、100年の歴史がある中堅の製造業で社長補佐の仕事をして11年間務めました。その間初めての海外工場進出(ベトナム・中国)、売掛債権の回収、大規模なリストラ、社長の急逝等々、銀行とは全く違う分野での仕事が出来た事は本当に良かったと感謝しております。

(2)膠原病の発病

退職後3ヵ月程経って生活のサイクルが変ったせい、原因の解らない足の痛みで医者を転々とした後、総合病院で膠原病の診断が出たときは病状が相当進行していた様で即日入院、毎日大量のステロイドを服用し約4ヵ月後やっと退院できた。

その間心臓、肺、胃、腎臓、脳、末梢神経、骨髄、骨密度そして2、3日おきの血液検査と、全身の検査で体重が10キロ減少した。膠原病とは国の指定する難病で、細胞と細胞を結びつける組織(膠原繊維)に炎症が起き細胞が死んでしまう病気の総称です。

薬の副作用、年齢等で起きる合併症としては感染症、骨壊死、骨粗鬆症、白内障、緑内障、動脈硬化、胃潰瘍、糖尿病、悪性腫瘍があります。現在は後遺症の足の痛み以外は、日常生活に大きな支障がないのは有り難いことです。チャップリンの「希望と勇気とサムマナー(少しのお金)」にならって、林住期を過ごしたいと思います。

4. 76歳(遊行期)

いつからか毎日般若心経を唱える様になりましたが、70年の間にいろいろな苦難厄難を乗り越えてまさに「度一切苦厄」の心境ですが、ある

意味強運の持主だった気もします。今の若い人達の将来を考えると、坂本龍馬の「日本を今一度洗濯いたし申し候」の如く「平成維新」が起ることを願うばかりです。

私の健康法

渡辺 博志

私が現在元気で生活できているのは「卓球」のお蔭だと感謝している。高校時代は古い講堂で、剣道部や柔道部等と一緒に練習したものである。

入行後は甲子園グラウンド内にある体育館に通い「住友各社対抗戦」や「インターバンク戦」に備えてよく練習したことが懐しく思い出される。昭和51年に河内長野市に引越して以来「河内長野市立体育館」(自宅より徒歩5分と至近)で、地元卓球クラブの練習に参加している。

現在「おもと会」という男女混合のクラブに所属し、他の「長野クラブ」「あすなるクラブ」(共に女性のクラブ)と合同で週3回(火木土の15時~18時)、約50~60名での練習である。私は前半は「硬式」を、後半は「ラージボール」(球の大きさは

44ミリで硬式より4ミリ大きく軟らかい為、スピードが低下しラリーが長く続きやすいので楽しめるが体力的には厳しい)に注力している。

ラージボール大会も硬式と同様「大阪卓球協会」主催の大会で、年間10回難波の府立体育館で開催されている。最近が高齢化で我々同様硬式からラージへシフトする人も多く、参加のチームも近畿一円と幅広いのでレベルは高い。当市は16年1月の第7回大会に初参加。4組からスタートし全勝優勝以来順調な成績である。その後は1組乃至は2組のポジションをキープしている。

現在は全部で9組で1組5チームとなっているが、当市の別チームは4組で活動している。因みに各組5チーム中、上位2チームが上位組に上がり、下位2チームが下位組になる仕組となっている。元々この年になって「勝った」「負けた」で一喜一憂することもないが、ランク落ちは面白くない誰かが一生懸命である。試合も当然白熱戦が多く、時には数メートル先のボールに飛びつき転倒したりすることもある。それでもケガなく引き続き試合に出られているのは、日常の練習やトレーニングのお蔭だと思っている。年を重ねて

一番恐いのは、ケガや骨折等で寝込んでしまうことである。私は毎日ストレッチ体操を中心に、ウォーキング等の項目を追加した「自己流」の管理表により日々のケアを継続している。

以上のような状況から「ゴルフ」には中々手が回らず、メンバーの皆様には大変失礼しています。しかし今後は現在のような卓球は体力的にだんだん厳しくなってくるでしょうから、先行きは「戦いの相手が自分である」ゴルフに注力して行きたいと思っています。

それから気分転換に旅行にはよく出かけます。昔からあちこち出掛けているつもりでも、まだまだ知らない所は沢山あります。共に体が元気なうちに、引き続き楽しみたいと思っています。こちらの方は家内が積極的なので任せています。

お蔭様で四国八十八箇所参りは昨年無事満願を致しましたが、再度お詣りしたいと思っています。

いずれにしても体が元気なことが何事をするにも基本ですので、「健志向」の卓球を引き続き継続して行きたいと思う此頃です。