

いろいろなところに提出する書類などの年齢欄に「77才」と自分の年を記入するその度毎に、いつも必ずビックリしている。そしてその後「よくもママこの年迄生きて来たなあ」と一人(ひと)ひと(ひと)感慨に浸るのである。

私はこの5年間に3回死に損(そこ)なった。

1回目は5年前の夏に「悪性リンパ腫(血液の癌)で余命1年」と宣告されたが、抗癌剤が医師が驚く程よく効いて、15日の入院で出て来て以来5年以上生きています。癌は5年生きるとセーフと言われているので、多分助かったと自分では思っているが、医師の言では「完治したのではなく癌細胞が大人しくしてくれているだけ」との由。血液と共に体中を癌細胞が巡っているのだから、転移しないことを祈るのみである。

2回目の死に損ないは、今年(平成23年)の3月末に朝

トマト 体を錆びさせない

とり胸肉 老化防止

納豆 脳梗塞防止

皮付きりんご 心臓老化防止

ブロッコリー 癌防止

果物ジュース アルツハイマーリスク76%低下

アーモンド 老化防止

これらを毎日摂取するよう心掛けています。

「運動」は自宅前の公園の木の下を毎朝1時間、犬の散歩からスタート。日中は車に乗らず、市内何処へ行くにも自転車を使うし、体中の筋を伸ばすストレッチと呼吸運動のスクアットを30〜50回くらい励行している。

3ツ目の「生き甲斐」は人と交わることを主とし、体調が完全に戻ればランドゴルフをしたいと目指している。何事にもポジティブ思考を意識して持つことを心掛けて、掛け替えない残り人生の1日1日を大切に、女房と寄り添って、なるべく同じ場所の空気を吸いながら楽しく過ごしたい。

我が女房殿は実は押しかけ女房である。私は若い時から「嫁さんイラン主義」で、31才迄結婚しなかったら、昔は男が30過ぎでも一人だと周りがウルさく、結局、いろいろ紆余曲折の挙げ句、当時の池田勇人首相の親類の女性と結婚する。披露宴に夫人の池田満枝さんがSP付きで出席して皆が驚いていた。

しかし、職業柄、到底家庭的になれず、11年で離婚。以来17年間独身貴族を謳歌していたところ、現女房が押しかけて来た。それから19年一緒に暮らしているものの、事情あって入籍はしてないが、国が夫婦と認めてくれて私の年金の扶養家族になり、手当も貰っているし、私の死後は遺族年金も支給されることになっている。

癒しの基地から



春の京都。



我が愛しき女房殿

の犬の散歩から帰り、新聞を読もうとした途端、胃に激痛が走り、「イテテテ」と胃を強く押さえてうつ伏せになっていたが、痛みは治まるどころか益々ひどくなり、さらに息苦しくさえなってきたので、「これは胃でなく心臓に違いない」と直感して、自分で119番通報して県立尼崎病院に救急搬送された。救急車の中でも「もうこれで巻の終わり」と覚悟したくらい、心臓の痛みと息苦しさが耐え切れなかったが、病院で処置を受けて治まった。

I・C・Uで眠っていると、電話を受けて女房が駆けつけて曰く、「てきり白い布を顔にかけられてベッドの上に寝かされると思ってた」。確かに医師から、来院がもう少し遅かったら危なかったと言われていた。

約1カ月の入院で精密検査に検査を重ねた結果、私の心臓は想像をはるかに超えるくらい悪く、体中に清浄な血液を送る大動脈の血液を逆流させない役目をする「弁」が殆ど作用していないため、心臓が正常な働きをしていないということ。こんななる迄自覚症状ゼロだったのだから心臓病は恐ろしい。

ゴールデンウィーク前に一旦家に帰され、5月6日再入院、5月9日手術と決まる。胸を喉仏の下から鳩尾迄切り開き、中の胸骨も切って心臓にメスを入れる大手術なのだから、私はもう2度とこの家には帰れないものと覚悟して再入院した。手術は9時に麻酔で眠らされて、5時間心臓を止め、人工心肺を使つての大手術だったが、無事成功し、3時にI・C・Uのベッドで目覚め、横に女房がいて手を握ってくれていた時、「ああ、生きていた!!」と心の底から喜びがこみあげてきて、実際に世の中バラ色に見えた。

かくしてしぶとく3度も死に損なって、書類に77才と記入しながらビックリを繰り返している現状だが、退院してからは自宅の陶芸教室と、県ビジョン委員会、及び市民館の陶芸教室の講師はやめる。さらに県と市の男女共同参画の審議会委員や推進員・アドバイザー・市民講師などのボランティア活動を全て退任する。いずれも10年以上続けて来た活動で、私の生活の根幹をなしていたので、途端にすることがなくなり、ヒマになつて、今後どう生きていこうかというものが当分迷っていたが、結局は女房と一緒に時々旅行したり、好きな旨いものをいっぱい食べて、当面ノビリ生活することに決めて心も少し落ち着く。

生きる限りは出来るだけ元気に生き抜きたいので、このため心掛け、励行していることは、「食事」と「運動」と「生き甲斐」に気をつけている。「食事」は、昔から食へることにはこだわりの一言持っている人なのでお手のもの、大食漢なので食べ過ぎぬよう常に気を使っている。特に気をつけて食べているものは、人参と南瓜 高脂血症と動脈硬化防止

今年のみゆうの会の会のハワイ旅行に2人で参加して、超遅まきながらの結婚式を挙げるべく、女房に内緒で、さんと、さんに計画と準備をお願いし、現地でサブライスウエディングをと、指輪まで用意していたのが、入院手術で全パー。

今では「よくもママあの時押しかけてくれた」と今さらながら感謝しているくらい愛する可愛い女房殿で、20年目には改めて私の方から「嫁さんに来て下さい」と正式にプロポーズして、の神社である川西の多田神社で正式に挙式する予定である。

人生は1回しかないが、その通過点の「喜寿」を、かくして元気に楽しく愛に満ちて生き抜いている。

ANNIVERSARY  
5th  
SINCE 2006  
みゆうの会  
設立5周年

みゆうの会  
設立5周年記念誌

癒しの基地に集いて

