

Mr. Y の日記

先日 85 才になりました。去年は愛犬のチビ太郎
が 19 才で亡くなりましたが人間に換算すると 100 才に相当
するそうです(獣医の話)。そこで私も 100 才まで頑張って
みようと思います。何か新しい事をしようと考え、ブログを
始めましたので気が向かれましたら覗いて下さい。

令和 7 年 3 月 4 日 認知症予防のため続けたいことは「ホームページ を作成し公開する」ことに加え「麻雀を復活する」更に「今まで通りデイサービスを続ける」などです。ホームページは作りましたが不十分なので気に入るものを作るべく努力中です。

麻雀も 10 年振りにやりましたが、やはり旨く行かなかったです。

今、本を読んでいます。

令和 7 年 4 月 3 日

15 日は近場へ退職者の会主催の旅行があり参加しました。私の所属する支部からは 2 名。私と親友でもある H さんとが皆

の後からついて行きました。そんなに疲れてはいなかったと思っていたの

ですが少し体調を悪くしました。今は元気になりましたが無理をするものではないなとちょっとだけ反省しました。

令和 7 年 4 月 17 日 麻雀をすることにし

ています。3 人は仲間がいますが 4 人打

ちをするので後 1 人を探していました。今日付き合って貰える人が見つかり喜んでいきます。認知症予防の目的もあるので 定期的

にやりたいですね。2 か月に 1 回程度になりそう です。楽しみです。

令和 7 年 4 月 20 日

4 月には JP 退職者の会の旅行、役員会、メーデーなどがあっ

て、行事それぞれに意義があり良かったのですが少し疲 れました

ね。しかし「飲み会」が楽しかったので、それで疲れも少 しだけ和

らいだなと思います。

5 月も「卒寿会」と言う飲み会もあり、麻雀もあるのでワクワクして

います。

令和 7 年 4 月 27 日

85 才にもなると友達も同じような歳なので何かあると心配 になります

先日も二人の友達にメールを送信しましたが二日ほど返信

がなかったので心配しました。結果は二人とも

元気だったので安心しました。自分も含めて連絡の取り方を 考える

必要があるなと思います。

令和 7 年 5 月 3 日 今日も「あるケア」に行ってきました

た。参加者は五人で五か 月では最

小でしたが進行がスムーズで早めに終了しました。 連休も今日で終わ

り。明日からは日常に戻ります。私たちには余り関 係ありませんが社
会全体では動き始めると思い

ます。高齢者も頑張らなければ・・・

令和 7 年 5 月 6 日

明日は卒寿会「90 才まで生きようと言う会」で楽しみにしています。

参加者は 8 名となり久し振りに会員全員がそろいます。食べて飲んで

で歌って 5000 円の店で 3 時間はかかります。楽しい会ですね。

令和 7 年 5 月 9 日麻雀をやる日が決まりました。

前は負けたので本を読んだり、役を暗唱したりと努力したのですが

思いがけない手を打つ人もいますので慎重に

対戦したいと思います。自分の手に固執する癖があるので 柔軟な発
想を心がける積りです。

令和 7 年 5 月 14 日

15 日に体調を崩し 16 日に点滴を受け薬をもらいました。吐き気と
食欲不振でデイ

サービスも休みました。100 才まで頑張るつもりですが少し

怪しくなりましたね。17 日にはほぼ回復しましたので 19 日 の幹事会
は大丈夫です。気を付けることになるのでかえって良

かったと思います。お互い気を付けましょう。

令和 7 年 5 月 17 日

体調が回復せず、19 日も病院へ。近くの内視鏡内科で 胃カメラ検

査と超音波による膵臓の検査を行いました。胃に

は明らかな腫瘍が一つあり細胞検査のため「細胞」を取りました。

後刻、結果が判明しますがどうでしょうか？ 脾臓のほう

は今まで指摘されていた内容と同じなので大丈夫だと思います。今

は禁酒なのできついです。

令和 7 年 5 月 21 日 昨日は

少し無理をしてデイサービスに行きました。先日よりは調

子がよく安心しました。ビールも 4 日振りに飲みましたが、やは

りおいしいです。27 日もディサービス、28 日は麻雀を 予定しています。

検査結果が気にはなりますがやるべきこ とはやっていきます。

令和 7 年 5 月 24 日

2 か月振りに麻雀をしました。珍しく勝ちました。終わってか らいつも
行くスタンドでカラオケを歌って帰りました。楽しい一 日でした。

令和 7 年 5 月 28 日

今日はカレーを作りました。毎週の日曜日にカレーを作るのですが明日は集会があって出かけるので繰り上げて今日にしました。レシピも頭に入っているので簡単に出来ます。かなりの料理が作れます。横着をしてカレーにしています。ボツボツ別の料理に切り替えたいと思っています。天婦羅か煮魚か煮しめか、そんなところでしょう。

令和 7 年 5 月 31 日

今日は MRI で膵臓の検査を行いました。結果は
6 日に判りま

す。胃カメラで細胞を取っているのも同日に結論が出るので楽しみにしています。そうは言っても両方とも悪い結果になるときついですね。しかし「ネアカ」なので頑張れると思います。

令和 7 年 6 月 4 日

MRI 検査では「膵臓の送管が細くなっているように見える」とのことで膵臓専門の「科」で再検査するようお達しがありました。明日「県立広島病院」に行きます。以前から指摘されていることなので大丈夫とは思いますが・・・

令和 7 年 6

月 9 日

10 日に検査に行きましたが検査の方法を聞き採血をした
ただけで帰りました。検査は 16 日と決まりました。

やはり膵臓に何らかの異常があるようです。

次の検査では今までに経験したことのない方法で行う
ようです。麻酔をかけて超音波検査

に胃カメラ撮影をミックスしたもののようです。

令和 7 年 6 月 13 日

16 日に胃カメラ検査と CT 撮影を行い今日検査結果全
てが判明しました。15 年前から指摘されていた「慢性
膵炎」と診断されました。今のところ大丈夫なのです
が膵臓の病気は進行が速いので年明けに検査するよう

勧められ 1 月 13 日に

CT 検査を予約して帰りました。

今回は膵臓癌の疑いから検査が始まりました。

胃カメラ検査 2 回、MRI 検査 1 回、CT 検査 1 回、超音波検査 1 回。検査費用だけでも相当掛かりましたが徹底的に検査して良かったと思います。

100 才を目指すのも無理かも知れないと一時は 思いましたが大事にならずに一安心です。

令和 7 年 6

月 17 日バタバタした 2 週間でしたがやっと落ち着きました。改めて 100 才を目指して頑張っていこうと思います。

ます。 それにしてもイスラエルのイラン核施設への攻撃に続きアメリカの同様な攻撃は許されるものではありません。 ノーベル平和賞を切望するトランプですがもっての外の行為です。 それにしてもと続けたいのですが、鳩山由紀夫という男は何という間抜けな男なのでしょうか。

中国の「駐日大使」との話の中で一つの中国を主張する駐日大使の言葉に対し「同意する」と言っています。 総理の時には「沖縄の米軍基地」を県外に移すと発言し顰蹙をかいました。 こんな男が国会議員であることが恥ずかしくなります。 令和

7 年 6 月 22 日

梅雨が明けたと聞きびっくりです。同時に夏の暑さが思い出されうんざりもしました。なる

べく日陰を選び水分を補給して頑張りましょう。

令和 7 年 6 月 28 日

昨日は久し振りに広島県退職者連合の仲間と飲み会をしました。会議ではしないような話をして楽しかったです。梅雨明けは結構なことですが

何と暑い事でしょうか。1000 歩がしんどいです。会議中は冷房が効きすぎて寒かったです。こんなことでは調子が狂います

令和

7年7月2日

参院選が公示され 20 日の投票日に向けて舌戦が始まりました。政党が乱立しどこがどうなっているのか整理しないと混乱しそうです。ワンフレーズで有権者の心を掴もうと必死になっています。

本当に実現できるのか?そのプロセスは?と聞きたくなります。悪く言えばアイドルの人気合戦の様子を彷彿とさせます。心地よいワンフレーズに飛びつくような社会で良いのでしょうか。政治には力(数)と実績の積み重ねが欠かせないと思います。数名が 3 倍になったとか 4 倍になったと言って大慌て(喜びすぎ)ではないかと思うのですが皆さんは如何ですか。

令和7年7月13日先日、「フロンタライン」という本を読みました。2年前から読書にはまり、ダンボール箱がすぐにいっぱいになりました。ブックオフで引き取って貰えるので邪魔にはなりませんでした。東野圭吾の作品は殆ど読破したので今時点では読む本がありません。松本清張、池波正太郎、司馬遼太郎の作品も数多く読みました。本屋大賞に選ばれた作品は全部読みました。現在は堂場瞬一の刑事ものを読んでいるところです。余談が過ぎましたがフロンタラインの話に戻ります。作者は、増本淳で脚本家・ドラマや映画の

プロデュースです。物語 (と言うよりノンフィクションに

近い) は 2020 年 2 月に新型コロナウイルスの陽性者を乗せたクルーズ船・ダイヤモンド・プリンセスが横浜港に

着岸したことが舞台になっています。テレビ局の女性記者・上野は事件に関わっていくのです
が事

態はドンドン変わり感染者も増えていきます。

3700 人を乗せた船の乗員は全員隔離されています。感染者の治療・感染者を病院に搬送する手配・事態の収拾のため医師・看護師・政府関係者が乗船し、自分が感染

するかもしれない危険な状況にも関わらず命がけで「こと」にあたります。それらの状況を知ることにより上野はこれまでの自分の報道姿勢に疑問を持ちます。私も読んでこれまでのマスコミ報道の受け止め方を反省しました。裏にある事情、身を切る献身を知り感動しました。これからはマスコミ報道を鵜呑みにせず、縦ゃ横も考えて受け止める事にします。

令和 7 年 7 月 14 日参院選が終わり自公 が過半数を確保することが出来ませんでした。参政党という訳の分からない政党が伸びましたが外国人対策、憲法草案などを見るとメチャメチャです。草案では国民の

要件を満たすのに「誓約」を求める、国民主権が明記されていない、人権条項がないなど容認しがたい部分が多くあります。自民党より「右寄り」です。議員の中には「核兵器」を認める「推奨する」発言をした者もいます。時間が経つにつれて徐々に正体が明かされると思います。

注視していきましょう。

令和 7 年 7 月 24 日

参院選の結果を踏まえて各党は色々な発信をしています。特に自民党は石破おろしを主張する者と続投で良いとする者とが激しいやりとりを繰り広げています。

石破おろしを主張しているのは主に裏金議員と旧安部派の連中です。自民党の敗北の主たる原因は自民党の体質・裏金問題・アベノミクスの失敗にあります。落選したのは裏金議員と旧安部派が多くを占めています。彼らが敗北の原因は石破総理にあるというのは可笑しいことです。国民もだんだん真実を理解するようになっておりアンケートでは石破続投支持が80%に達していますし、自民党の支持者でも70%が石破続投を認めています。石破おろしの連中

は

「世論が許さない」と言っているようですが許されないのは裏金議員と旧安部派の連中です。 2025.

7・29

暑いですね。昨日は散髪に行きましたが少し歩いただけで眩暈がしました。気候不順でどうなるかとの懸念はありますが早く9月が来ますように願っています。31日には地域包括支援センターの担当者(わたしの)の訪問があり、かなり多くのことを聞かれました。

今、要支援2なので週2回デイサービスに通えますが要支援1に格上げになりますと週1になります。

「良くなった」との評価がされるのでしょうか。 私は週 2 が一番良いと思っているのですが、いずれ査定結果が出るのでしょうか。

2025・8・3 先日、夫婦揃って体調を崩し、新型コロナではないかとの疑問を抱き薬局で検査キット 2 本を買って検査しました。二人とも「陰性」と判り一安心。5 類に下がっているとは言え感染者は 2020 年より増加しています。重傷者が減少しているので気にならないのですかね。バスや電車、病院ではマスクを着用すべきです。頭にくるのは外国人がマスクをしているのを見たことがない事です。日本にいるのだから日本の風習に従って貰いたいものです。日本人ファーストを唱える参政党に口実を与えることにもなりかねません。

どこに抗議すればよいのでしょうか？

2025・8・9 弟と昔

(小学生、中学生)の話をやり取りしていますが思い出が沢山あることに気づきました。今までは昔のことを思い出すこともなかったのですがピンポイントで昔のことが思い浮かびます。なにしろ 85 年間のことですから言えば切りがありません。今後は順を追って述べる努力をしてみます。

2025・8・15

腰が痛く右足がしびれるので目の前にあるク

リニックで X 線や MRI の検査をしました。「脊椎間狭窄症」と「椎間板ヘルニ

ア」との見立てです。院長が不在だったので 27 日に行って話を聞くことになっています。

そ

の時に今後の方針も明らかになるでしょう。

2025・8・24

27 日に病院に行きましたが院長不在で詳しい指導はなく、痛み止めの薬を貰っただけでした。薬が効いているのか日常生活には支障がありません。

何とか頑張ります。

2025・8・30

少し動くと右足が痛くなり痺れも来ます。シャワーを浴びても同じように腰と右足が痛くなりま

す。今のところは自分のことは自分で出来るので良いのですが、これ以上悪くなるとヤバイです。病院を変わることも考えています。

2025・9・5

9月13日に「卒寿会」を開催。7名が集まり食べて飲んで歌って楽しみました。政治の話・病気の話などで盛り上がりました。最後は歌合戦をして終わりました。こんな会は日常の生活を豊かにしますし、認知症予防の爲にもなりますので継続していきます。個人的には脊柱管狭窄症と椎間板ヘルニアになり苦労しています。少し動くと痛くなりますので

大変です。今はブロック注射と痛み止めで症状を抑えています但最终的には手術をするしかないようです。当分の間は通常治療に頼ります。その上で考えようと思います。

2025・9・13 ドキュメントを開くと、きちんと表示されるのですが何故か判りませんが9・20と9・28のものが抜け落ちています。心房細動の疑いが少しだけですが「ある」とのことで1週間検査でメーターを付けているので少し痒いです。8日までなので辛抱します。100才まで生きようとの思いで「卒寿会」に参加したり、HPを開設したりと「いろんなこと」を

やっていますが病気の方は待ったなしです。それを乗り越えていくには「気力」も必要なので大変ですね。「あと 15 年頑張ります。」と人に言えば言ったことに責任を持つことになるので「どんどん吹聴しまくります。

16 日には三次へ行き、旧友と会って語り合う (実際は飲み会) ことを予定しているので楽しみです。

2025・10・3

公明党が 26 年間続いた「自公連立政権」から離脱しました。政局を一変させる出来事です。高市自民は窮地に立たされ総理指名選挙での「高市総理」誕生も危うくなっています。しかし、政権交代の絶好の機会なのに野党は纏まっていません。

自党を守り発展させる、自党の影響力を高めることばかりを考えているので纏まりません。国民民主党の玉木代表は「総理になる覚悟は出来ている」「立憲民主党とは、原発問題と安保政策で隔たりがあり、そこで

一致しないと協力出来ない」と述べ立憲に方針変更を求めています。傲慢さここに極まれりとも言える発言です。この二点が立憲と国民民主に分かれている原因の最たるものですから一致することは無いと言っても過言ではありません。政局を断じることが現時点では無理ですが、政権交代の絶好の機会を逃さないで貫きたいと多くの人が望んでいると思います。今は状況を見守りたい。

2025・10・11

旧友の集まり(飲み会)があり、三次に行きました。5人なので人数は少ないですが昔話で大いに盛り上がりました。皆さん元気そうでこちらも力を貰いました。三次駅からも遠く「良く住んでいるな」と思うほどの風光明媚な場所で、一泊させて頂き、お互いの健勝を祈り、再会を約束して別れたところです。

2025・10・18

ディサービス(あるケア)で空いた時間には本を読んでいるのですが、それを見て「そんな文庫本が良く読めますね」と言われました。

「日頃掛けている眼鏡では読めないので老眼鏡を掛けているんですよ」と返事をしたのですが「私は 90 才なので小さい字は読めない、写真や絵の入ったものが好きだ」と言っておられました。その人は足が少し不自由そうですが頭はしっかりしておられ、話もスムーズにされます。私も 90 才になって「頭がしっかりしているか?」と問われると自信がないです。

2025・10・25

ここ最近はやは余り痛くないのですが、1年前から患っている「左右の膝の半月板損傷」は回復しておらず痛いです。「あるケア」では

足の不自由な人が数名おられます。原因は聞いていません。恐らく私と同じような事ではないかと思います。一緒に頑張りたいですね。**11月8日**は舟入の「シムラククリニック」で診察を受けます。その後「卒寿会」を開きます。今年最後の「会」なので盛大にやろうとっています。私は**85才**なので何とか「セーの判定」を得る積もりです。他の人は皆若いので大変ですが、私も最終的には**100才**を目指していますので、**90才**になっても**10年間**は**90才**を

目指す人と一緒に頑張ります。認知症が怖いですが予防の爲のメニューがありますので、それを実践します。例えば「ある

ケア」への通所を継続したり、HP を充実させたり、人の集まりには積極的に参加したり、度々脳検査をしたり、読書も続けたり等を行うことが大切だと思います。先は長いですが「のんびりと真面目に？」過ごせば、100 才は可能です。

2025・10・31 大相撲を観ていたのですが東北で地震があり、ラジオを含めてNHKは全てそのニュースを流したので大相撲の中継は中断されました。仕方ないのでフジテレビの「皇室のこころ」という番

組を観ました。皇室の「慰霊の旅」が紹介され、オランダ、インドネシア、モンゴル等を訪問した時の状況が映し出されていました。こうした慰霊の旅は今後必要だと思います。天皇制に対しては色々な意見があると思いますが、私は憲法に規定されている「象徴天皇制」は支持します。

戦後 80 年、平和が保たれてきたのは国民の「戦争を許さない」心があったことと同時に「象徴天皇制」があったからだと思っ

ています。2000 年続く天皇制に対し国民は「それを認めている」・「リスペクトしている」と思うので、戦争を抑止する力になっているのでしょう。そういう面からも「象徴天皇制」は堅持すべきです。

2025・11・9

高市内閣の支持率が高いですが、それも今年一杯でしょう。何故なら高市総理は日本会議国会議員懇談会の構成員で副会長を務めています。日本会議は会員 38000 名で我が国最大の右翼団体です。国会議員懇談会には自民党の国会議員のうち 200 名以上、地方議員

2000 名以上が加入しています。酷い時は閣僚
20 名中 16 名が日本会議国会議員懇談会の会
員と言う状況でしたし、高市内閣では確認で
きるだけでも 12 名がそうです。日本会議は
靖国神社参拝、憲法改正、戦後教育の否定、
「主権在民ではなく主権は国家にある」等を
主張しています。そんな日本を「美しい国」
と呼んでいるのです。高市総理の心には同じ
ような考えが燃えているのだと推測します。
スパイ防止法案の作成、台湾有事への対応と
して「存立危機事態」と認定すれば集団的自
衛権の行使を辞さない発言、憲法改正、非核

三原則の堅持を明言しない、国旗損壊罪の作成、靖国神社参拝に前のめり(今は参拝に慎重) 少しつつですが本性を現しています。通常国会になれば右翼的発想だけでは乗り越えるのは難しいと思います。自民と維新の政権参加の合意書は恐ろしいものです。野党(参政党、保守党は除く立憲民主党、国民民主党・社民党・公明党・共産党)で力を合わせ日本の保守化を阻止する必要があります。

2025・11・12

とうとう高市総理が本性を露わにしました。台湾有事で艦船を使ったり、武力の行使があ

る場合は「存立危機事態」として「集団的自衛権」の発動もあり得る事を匂わせる発言をしています。集団的自衛権を行使すれば相手は反撃します。そして日本が「戦争」に捲き込まれることを意味します。それで良いのでしょうか？何時も思うのですが防衛力をどこまで強化すれば安心なのか。いくら防衛力を強化しても日本が勝てる保障は有りません。戦争が激化すれば「核兵器」が使われる可能性が大きくなります。その事が念頭にあるのか「非核三原則」の見直しに着手するとしています。黙っていて良いのでしょうか？

参政党や保守党は喜んで賛成することは目に見えています。保守(右翼?)が一丸となってその政策を実現しようとするのは必至です。

我々はどうするべきか考えたいもので

す。立憲民主党・国民民主党・公明党・社民党・共産党・連合などが一体となって彼らの暴走を阻止しなければ、戦前回帰になってしまいます。スパイ防止法案は戦前の「治安維持法」を想起させます。最終的には連合が抗議集会を開くことを「反国家」の名のもとに弾圧することもあると考えられるのです。お互いに平和と国民の安全を守る事を真摯に考えてみ

ましょう。被爆地ヒロシマで参政党が多くの票を獲得したことは残念でなりませんし、彼らの本質を理解しておれば、そのような事態にはならなかったと思います。非核三原則すら変更されそうな今こそ、ヒロシマは深く考え行動する事が求められているのではないかと思います。いずれにしろ高市総理(自民党)参政党・保守党の口車に乗ることなく真剣に現状を見つめ行動しましょう。

2025・11・15

高市総理の失言により(本音ですが)中国がいろんな経済制裁を仕掛けています。そのこと

ばかり報道されていますが、この問題は大陸のことではなく我々の平和と命の問題です。あのような考えを持っていることが戦争への道に繋がるのだと言う事を真剣に検証する必要があります。極右の呼び名がぴったりの高市総理の発言ですから深刻です。高市総理が日本の最大の右翼団体「日本会議」「日本会議・国会議員懇談会」に加入していることは以前に述べました。自民党自体が日本会議に取り込まれていると言っても過言ではありません。何故なら、閣僚のうち 12 名以上が日本会議の会員ですし、自民党の国会議員 200

名以上が会員です。靖国神社参拝、国民より国家が大切という思想、憲法改正、戦後教育の否定などを標榜する「戦前回帰」の発想は怖いのです。そういう団体の役員までしている人が本当に日本の平和と国民の命を守ってくれるのでしょうか疑問です。スパイ防止法は必要ですか、国旗損壊罪は必要ですか、憲法九条の改正が必要ですか、安保三文書の改訂は必要ないです(非核三原則の見直しなど) 言えばいろいろありますが、今日はこれぐらいで止めます。

2025・11・23

22 日に 4 人打ちの麻雀をして、久し振りでもあり楽しかったのですが、後がいけません。26 日になって私を除く 3 人がインフルエンザに感染しました。大体、3 日くらいで潜伏期間が過ぎて発病するそうです。今日で 8 日目なので発病していないと言う事は、何とか感染をまぬかれたようです。熱も高熱ではなく 36・9 ですから大丈夫でしょうね。くじけず麻雀は続けます。

2025・11・30

85 年の人生を振り返った時、余り良い思い出はありません。「あの時にああすれば良かった」という反省が多いです。そういう中にもあっても楽しかった事もあります。高校を卒業して、郵政研修所普通部で 1 年間、100 名の仲間と寝食を共にしました。給料を受け取りながらの勉強でしたから、本当に楽しかったですね。全逓の役員を退任した後、全逓共済生協の、地方部長をさせて貰ったのですがその 4,年間も、非常にやりがいがあり、楽しかったです。60 才の定年後は沖美町で单身生活をしました。妻のふるさとでもあり、新婚の

時 9 ヶ月間は沖美町に住んでいたもので、思い出もあって充実した 7 年間を過ごすことが出来ましたね。船を買ったり、呉方面の友達が来て、麻雀も頻繁にやりました。67 才からは全通退職者会広島地区退職者会の会長を 6 年間勤めました。全国会議に出席すると、現役時代に苦労を共にした 仲間に会い、旧交を温める事も出来ました。73 才からは広島県退職者連合の会長を 9 年間勤めました、

82 才の時、急に体調が悪くなり、退任しました。その後は顧問を仰せつかっております。今も楽しくやっています。

2025・12・6 気温 11 度、風も吹き、まさに冬。その寒さの中「シムラ病院」に向かう。外科専門、特に腰の治療で、名が知られているとの事。腰の痛み、足全体の痺れと痛み、歩行の困難などの症状があり、自分のことは自分で出来るとは言え不自由極まり無い。

先生にいろんな話を聞き、手術をする方向で結論を出す。手術は年明けとなる。不安もあるけど決断する。

2025・12・13

久し振りに麻雀をしましたでしたが負けました。親の時に倍満を振り込み、ケチが付きました。四暗刻もテンパイはしましたが上がれず。最近、頭のキレが悪くなったように思うので、そのせいかも知れません。どうも体調が良くありません。腰とか足が悪いのがありますが、全体的に衰えているのです。滑舌も悪く耳も遠くなり、目も掠れ気味です。100才を目指しているのですが自信がなくなりました。卒寿会に参加していますが

90 才がやっとではないか??86 才になるので
90 才は固いと思います。それでも、認知症
には気を付けています。目標を下げるようでは
良くないので、従来通り 100 才までという
目標は堅持します。今から地域包括支援セン
ターの担当者が来られます。リハビリの状況
を話し合うことになります。しっかり聞いて
リハビリを頑張ります。

2025・12・22 手術が決まりましたの
で、年明けは忙しいです。うまく治らなけれ
ば、再度の手術もあるとか麻酔が原因で一時的
に認知症の症状が出るかも知れないとか、

脅かすようなことを言うので、ちょっと気分が悪かったのですが、予定通り中旬に手術は行います。

「86 年の歩み」欄を設けましたので、気が向かれましたら目を通してください。

2025・12・27

おめでとうございます。皆様にとって今年が良き年でありますよう祈ります。歳を重ねるのは「アッ」というまでです。友達も少しずつ減っていきます。今の友達・友人を大切にしたいと思っています

す。私は 82 才の時、急激に体力が衰えました。しゃべるのも億劫でした。それで退職者の会の役員も辞めました。しかし、不思議なことに、しばらくすると元気になりました。何故か判りませんが、たぶん気持ちの持ちようだったのではないかと思います。今年は気持を強く持ち、頑張ってい

きます。

2026・1・1

正月も終り、新たな気持ちで頑張っていこうと思います。昨年末から 4 日まで飲みす

ぎたので、普段通り一日缶ビール 500ml 一本の生活に戻ります。昨日は島根の旧友から電話がありました。全通の時代に一緒に活動した仲間でもあり、懐かしかったです。手術の日が近づいており、準備で忙しくしています。デイサービスにも明日から通います。

2026・1・5

昨日は卒寿会を開催し、食べて飲んで歌いました。会員が全員そろったので盛会でした。会が出来て2年が過ぎ、3年目に入り

ました。今後も継続します。 米国の
トランプ大統領によるベネズエラへの攻撃
は衝撃的でした。弱肉強食時代の復活で
す。ロシアのウクライナへの侵略、中国の
東・南シナ海での威圧行動などが勢いづく
のは必至です。

そんな中、高市総理が解散に踏み切るの
はないかとの報道がありました。それも、
今月の23日、通常国会冒頭ではないかと
言われています。残念ながら現状では野党
の苦戦が予想されます。高市総理が右翼団

体の構成員であることを忘れてはなりません。その思想が、台湾有事に関する発言、スパイ防止法案の策定、非核三原則の見直しなどの動きに現れています。集団的自衛権の行使を法制化すれば、あっという間に戦争にまきこまれることになります。選挙を通じて、このようなキナクさい流れを変える必要があるのですが、どうでしょうか。

24 日まで更新を休みます。

2026・1・11

脊柱管狭窄症の手術が無事終了し、今日退院しました。10日間入院していたので歩くところからつきます。直ぐには効果は現れないようですが、少しずつ回復するとのこと。「良かった」と言えるのは少し先です。

2026・1・24

歩くのは3000歩でも、痛くならないので

立つ動作が多いと腰が痛いですね。

例えば、掃除機をかける時や立ってシャワーを浴びると腰が痛みます。手術が成功とは言え、3ヶ月はリハビリが必要だと

す。デイサービスは先週の金曜日に思
行きますが、何ともありませんでした。
明日も参加す。

2026・2・2

衆議院選挙は大変なことになりました。
これ先どうすれば良いのか? さんざん考え
ましたなかなか結論が出ませんね。二者

択一・今反省点を改善して「中道改革連合」
で行くの全てをゼロにして新たな政党を結成
するのかところです。中道は比例で 1000 万
票(18%)をしており、これを大切にするか
うか、従来憲支持者のうち、56%しか取り
めていない三文書に対する評価を変更した
と、原発応が後退したこと=が原因とみら
れています田さん、斎藤さんが並んでテレビ
出ると公明が頭に浮かびます。新鮮さが全
くなく「に期待する感」が無かったですね。名
前もます。短期決戦ですから「判りやすさ」

がのに・・・残念ですね。どちらかと言えば、
民主主義・国民の安全等が政治のキモだと
理念まで曲げて公明にすり寄る事が許よい
か。もろもろ考えると「新党・改革」称
立ち上げ高市政権と対峙する方が良いに思
ます。もう少し考えてみます。

2026・2・11 先日、テレビで日本男
性の最高齢の人が **111** 亡くなられたこと
が、報じられていました。変な気がしまし
たね。私が目指している **100** 余り違わない

感じがしたからです。良く考えると「焦り」
だったので

す。100才になったら10年しか生きられない
か・・・という焦りです。100才は行けるの
でいかと逆に自信を持ってしまったのも事実
今のところ、毎日3000歩の散
歩、週二回のデイサービス通所、月1回
の

平均月1回の飲み会、ホームページの更
新、などでの認知症予防と体力強化のお
陰で「7前半」だとのお墨付きを理学療法

士二人からいらているので自信になります。不
気になってります。

2026・2・20

この世界はどうなるのだろう。米国のト
ランプは頭の血管が切れているのでは
ないかと思います。大統領令に署名して
は自分の思う通りに事を進めようとして
います。国内では政敵を徹底的にたた
き、関税を乱発し世界を混乱させてい
ます。ベネズエラを爆撃し元首を拘束。

とうとうイランを爆撃し、多数の子供たちを殺傷しました。最高指導者ハメネイ師を殺害したとのこと。カナダを51番目の州にしたいと言ったり、グリーンランドが欲しいと言ったり、個人の欲望を満たすために法と正義と秩序を破壊しています。民主国家と言われてきた米国の面影は消えてしまっています。「力があれば何でもできる」と思っているようですね。地球が滅びるのは星の衝突か、自然災害か、核戦争だと

思います。前二者は防ぐのは難しいと思いますが、現状を見ると「核戦争もありうる」と思わざるを得ませ

ん。理不尽な攻撃に対抗するために、核を使う国があるだろうことは否定できません。軍備を増強すれば日本を守れるというのは幻想にすぎないと思います。どこまで軍備を増強したら日本を守れるのか、聞いてみたいものです。世界的に右傾化が進んでいます。それは「力による

秩序」という思想だろうと思います。日本でも右翼団体の構成員である高市が総理大臣になって、スパイ防止法案の提出、憲法改正の促進、武器輸出の緩和、安保三文書の改定等が進められています。これらは戦争準備と言っても過言ではありません。戦争になって一番被害を受けるのは現役世代です。戦争に行くのも現役世代です。社会保障の話になると現役世代の負担軽減に名を借りて、高齢者の年金を据え置き、医療費

の窓口負担を増やす、介護保険料の引き上げまでにも言及しています。現役世代もいずれ高齢者になることを忘れているのでしょうか。

か。何故、熱狂的に高市内閣を支持するのか疑問です。

2026・3・1

先日、後輩と色々な話をする機会がありました。はっきり言って右翼団体の構成員である高市が、何で支持されてい

るのかの話になりました。野党がつまらないからだと言えばそれまでですが、果たしてそうでしょうか。現役世代の考え方に問題があると思います。後期高齢者は、しっかりと年金保険料と健康保険料とを払ってきました。今になって、現役世代の機嫌を取るために、必要な財源を高齢者に負担させる発想は如何なものでしょうか?? 平和の問題にしても、そうです。戦争が出来る国に突っ走っている高市が皆を守ってくれてい

るとの幻想を持っているのなら「どうぞ」と言いたいです。戦争になって苦しむのは「あんただろう」と言いたいね。後期高齢者になって苦しむのは「あんただろう」と言いたい。抽象的な咆哮に惑わせられない様に頭を使って欲しいとつくづく思います。

2026・3・7

自民一強で心配していたことが起きています。予算案の審議もまともにせず数の

力で押し切ってしまいました。参議院では少数与党ですが、否決されても衆議院で、再採決すれば予算案は成立します。このようにして国民にとっての懸案事項は、一方的に決められていきます。高市政権が誕生して、右寄りの政策が次々に出されています。スパイ防止法案、集団的自衛権の法制化、憲法第九条の改正、武器輸出の緩和、ホルムズ海峡への自衛隊の派遣??などです。これらは日本が再び戦争に巻き込まれる危険

性を孕んでいます。これに歯止めをかける政党がありません。立憲に期待していたのですが、公明との連携を急ぐあまり、理念を変えてしまったから期待が持てなくなりました。中道改革連合はリベラルではないと判断され、惨敗しました。理念を変えなければ立憲のままに戦っていたら、議員数は減少したでしょうが、今よりはましだったのではないかと思います。そうであればリベラルの灯は守れたのではないかと思います

ね。高市総理の訪米に注目しています。不利な要求を吞んででも日米関係は良好であると言い張るのでしょうか。

2026・3・16 最近、腹の具合が良くないです。起きる時に少し重いです。県病院で診て貰う必要がありそうです。

60 年来の友達が大腸がんになり入院しました。他人ごとではないです。日米首脳会談が終わり、評価する声が結構多いです。理由はトランプにホルムズ海峡への艦船派遣を言わせなかったこと

が良かったとのこと。「世界の平和と繁栄はドナルドにしか出来ない」と媚びを売って得た結果でしょう。いつ、51番目の州になったのですかね。情けないです。ベネズエラ、イランへの爆撃をし、キューバやグリーンランドを狙うトランプのどこが「平和と繁栄」をもたらすのか全く理解できませんですね。言葉には出来ませんが、まさに000外交です。参議院では少数与党のため思うようにいかないようです。こ

のことを有権者がどのように受け止めるか、次の参議院選挙で結果が出ます。どこかで暴走に歯止めをかける必要があると思うのですが。

2026・3・25 この一週間は体調不良に悩まされました。眩暈がし、胃腸が重くて痛く、吐き気がします。ディサービスも二回休みました。医者にも行きましたがハッキリしません。取りあえず

は、眩暈止めと胃薬を貰いましたので
少しは改善しましたが本調子ではあり
ませんね。こんなことでは *100* 才はおろ
か、卒寿も難しいと思ってしまいます。
6 年前にも同じような事がありました。
これは何とか立ち直りました。ビール
を飲むと楽になるので、困ったもんで
す。

2026・4・5

体調はスッキリしません。原因は風邪だと思います。微熱があり、喉が痛いです。それでもカレーを作ったり、散歩をしたりとやるべきことは、こなしています。

15・16は退職者会の旅行で「庄原」に行きます。同じ会員の人が送迎してくれるので安心です。

2026・4・12

庄原旅行は何とか終わりました。下深川からは「自家用車」で1時間20分で庄原に到着しました。途中、私の大好きな

「つつじ」や「山桜」が沢山「鑑賞」でき、幸せでしたね。俳句も2、3句詠みました。紹介は俳句の欄で。

2026・4・20

医療制度改革法案の成立が確定しました。その中には「ひっそり」と高額療養費の上限見直しが盛り込まれていますね。国民民主党と中道改革連合、立憲民主党も賛成しています。選挙では国民民主党、立憲民主党、中道改革連合を支持して頑張ってきました。しかし、高齢者の扱いはどうなっているのでしょうか。手取りを増やすをスローガンに掲げて現役世代の歓心をかうようなことをやっていますが、その財源は「高齢者

の負担を増やす」ことで賄っています。
後期高齢者の窓口負担を1割から2割とし、更には3割にする動きもあります。
年金は実質収入が増えないような

「マクロ経済スライド」制を適用しています。とうとう介護の世界にも手を掛けようとしています。選挙では集票マシンにされますが、高齢者を無視し

「高齢者の負担を増やす、高額療養費の見直しを盛り込んだ」医療制度改革法案に何故、賛成するのかと立腹します。

高齢者の処遇をどうする積りなのか聞きたい。今までは無条件で国民民主党と立憲民主党、中道改革連合を支持して来ましたが、今後は考え直す必要がありますね。国家情報局設置法案にも賛成するようですから始末に負えませんよ。

2026・4・27 先日「歩ケア」に行
って「整体治療」を受けました。その時

「メーデー」の話をしたところ「メーデー」とは何か?と聞かれました。正直驚きましたね。その子は国立広島大学の現役か卒業生です。そんな子が「メーデー」を知らないとは。中学生か高校生の時に教えられている筈ですが、今の教育に疑問を持たざるを得ません。社会全体の風潮にも原因があるようにも思います。電車に乗ると「若者」全員がスマホに夢中です。本を読んでいる子は

皆無に近いです。メーデーも知らない者が選挙で「高市右翼政権」を支持するのですから、世の中がおかしくなるのは当然かも知れません。満員電車では若者と外人はマスクをしていません。コロナの感染者は 2020 年の大騒ぎになった時と変わりません。予防接種の効果もあり、重症者は減少しています。だからと言って、感染者数は減っていません。新聞やテレビでも報じていますよ

「スマホが全て」の生活により、新聞も読まないのでしょうか。他人に感染させたり、自身も感染する可能性があるのに、そのことに気が付かないのですかね。外人もどうかと思います。そんなだから

「外人排除」の声も出てくるのではないのでしょうか。世の中がおかしくなっている、それらが選挙の結果にも出ているようですね。世の中全体の「構造的なおかしさ」を正さなければ、戦争へ

の道を止めることは難しいでしょう。

2026・5・2

昨日は「卒寿会」があり、いろんなこと
しました。歌も唄いましたが何と言って
メンバーの結婚話や現在の政局の議論が
面白かったですね。そうした中で「戦略
的」想し行動することが大切だなと思い
ました。

の人生では不足していた事でもあります。
過去を修正することは出来ませんが、今後

事であれば「戦略的」に対応することは可能
で頑張ってみようと考えています。

2026・5・10 土曜日は何時ものグループ
で麻雀をして負けました。良く考えてみる。
慎重さに欠けていたと思います。やみくもに
リーチを掛け過ぎたことを反省しました。人
生を振り返ってみましても慎重さを余り大げ
にしなかったように思いますね。次に麻雀を
するときにはなるべくリーチを避けてやっ
みよう。言い訳をすれば「血圧が高かった」
のです。

2026・5・17

今日は眩暈がし、腹部にガスがたまって
不愉ので病院に行きました。大きな病気
ではないことで、眩暈の薬と腹部膨張感を和
らげるって帰りました。漢方薬なので即効性
は有

んが、飲んだら気のせいかわ効いてきたよう
ますね。2020 年と

2021 年に大腸と胃がんの内視鏡検査をし
たですが、かなりの年数が経過しているの
で検査しようと言う事で 5 月 28 日に大腸の
8 月 2 に胃の検査をすることになりました。

2026・5・23 胃カメラ検査は「異常
し」でした。自分では「大腸」のほうがおか
のではないかと思っているので、8月25日
検査予定ですが「早めたい」。テレビなどで90
を超えた人が紹介されますが、皆さん、大変な
励みになります。あるケアにも90才の人が
ておられますがお元気です。私は欲張りにも
「健康な100才」を目指していますが90才は一
区切りだと思しますので、まずは
90才をクリアする努力をします。

2026・6・1

この一週間は苦痛の連続です。朝、起きようとすると、吐き気、ふらつき、頭痛のトリプルパに見舞われ、最悪です。病院も何ヶ所も行った。終いには自律神経障害を疑い、その手にも行く有様です。何とか薬を飲んで改善

あります。明日の「あるケア」には行けそうす。100才まで頑張ろうと思えば、様々な試遭遇するのは避けて通れないので

しょう。つ乗り越えて目的地に着きたいものです。

2026・6・8

二週間、苦勞しましたが、ようやく体調回復が見えてきました。今朝は久し振りに吐き
く起床出来ました。昨夜は一週間ぶりにを
飲み、寛ぎました。

2026・6・22 本調子になりました。

朝昼晩「歌」を聞いています。今までも歌
えていた曲を聴きなおして、人前で歌える
ように頑張っています。

今、一番歌いたいのは、「あばれ太鼓の無法
入り」です。本文は以前から歌っていましたが
「無法一代」の部分が難しいです。何度聞
も、なかなか覚えられません。元々音痴な
の

7月11日に「卒寿会」がありますので、そ
でに覚えたいものです。明日、先日取っ
た「ポリープ」の検査結果が判明します。問
題れば良いのですがどうでしょうか。

2026・6・28

体調が回復したのだと思いますが、昔からのことが気になりました。県内では呉方面、では千葉、愛知、兵庫、大阪に友達がいます。は全通時代からの先輩・後輩、連合広島(退)の役員を一緒に努めた人等が友達です。呉方面の友達では二人亡くな

り、二人が療養中ですね。千葉などの友達し振りに連絡しました。残念ながら千葉、愛兵庫のポン友は亡くなっていました。大阪

も出歩くのが厳しいとのことでした。考えますと私が 86 才ですから、その前後の友達に比べては寂しい限りです。県内で「卒寿会(90 まで頑張ろう)」がありますので続けていきたいと思っておりますし、私個人では 100 才まで頑張るつもりです。積極的に行動しながら目標を達成したいと思います。

2026・7・3

大腸ポリープは切除しましたので調子が良

とと思っていたのですが、残念なことに良くありません。酷くはないので日常生活には全く問題いのですが不愉快ですね。11日は「卒寿会日は「麻雀」、23日は広退連の「国政報告会忙しいです。デイサービスの「あるケア」

2日通っていますが、これも結構、負担に感じることがありますね。

2026・7・8

奇数月の第2土曜日と決めている「卒寿会」

11 日に開きました。都合の悪い人が多く
少でしたが、食べて飲んで歌って
楽しい 3 時間 30 分を過ごしました。勿
論、の話も長生きの話もし、今どきの若者
の考嘆きました。「あるケア」でアルバイト
に来る{理学療法士に合格した広大生}が
「メーデ知らない」ことに驚いた話もしま
したね。は「戦争が出来る日本」にするた
めの様々

策・法律が次々と成立している危機的な状況
機とっていない若者をどうとらえたら
良いのでしょうか。

2026・7・12

15日は月1回の麻雀をしました。前回からの流れに沿って打つことを、心掛けていました。大負けはなくなりました。ラーメン一杯分ですから負けとも言わないでしょう。負けはだと??そうですね。23日は広退連が国政報を開く予定でしたが国会の会期延長により

なりました。代わりに幹事会が開催されま
で一杯飲んで歌でも唄いますかね。

2026・7・18

86 才になったのを契機に、過去を振り返っ
たのですが、どうしても公にできないことな
りますので、中途半端になってしまいました。
から先の事をどう描くか決めていません。
えようと思います。よって86 年の歩みの項
はしばらく休むこととしました。明日は
広退連の幹事会があることは告知済みで
すが、久し振りに皆に会えるので楽

しみです。ビールを飲んで唄って・・・

2026・7・22

ディサービス(あるケア)に通っている男性
く70%は女性です。女性はおしゃべりをよ
います。男性軍は寡黙です。そんな中でも
いは話もします。皆さん、私よりは年上ほ
んどですが、88才と89才の人が判りま
した。私も3年位たつとなるのでは?と
思います。腰が曲がったり腰が弱って
上手く歩けない人が多いです。うはしっ
かりしておられます。あるケアにり、散歩を
して鍛えたいと思いますね。

2026・7・26

今日はデイサービスを休みました。急いでた
いものがあったからです。前回も書きま 豆
しうに自分では「若い」と思っているも 通
年月てくれません。88・89才の人を見ると
つくく、そう思いますね。足(膝)が不自由
のでりたいことにも制限がかかります。 注
Golf のも行きたいのですが以前、腰を悪く
したのでします。脊柱管狭窄症の手術を け
しましたので丈夫だとは思いますが・・
出来る範囲を、精一杯頑張るしかないよう
す。

2026・7・31

84才の友達が「脳梗塞」で倒れました。1
らい入院するそうです。先には同い年の
友達「大腸がん」で入院しました。幸いに
手術功し、今は回復しています。良く考えま
すと友達です。高齢者だらけですから、
いろいろのも無理からぬことだとは思いま
が残念が続き、少しショックです。10日に
見舞いに
きますが、早く元気になって貰い、一杯飲
ものです。

2026・8・8

昨日、墓参りに安芸津へ帰りました。
数年振りでもあり、東広島からタクシーにりましたが、入り口を見落とし、行ったり来たりして20分遅れました。
妹も旦那も元気でした。兄は脳梗塞で6年患っていますが、デイサービスに週三回通っています。少し言葉が不自由なだけで元気そうで安心しました。たまには墓参りに帰りたいなと思いましたね。

2026・8・14 この10日間は多忙
でした。13日には久しぶりに墓参りの
為、安芸津に帰りました。19日は麻雀
とカラオケ、20日は次男が東京から帰
ってきたので、妻と3人でホテルに宿
泊。その夕方からは駅西の行きつけの
居酒屋で、食べて飲んで唄いました。
22日はデイサービスに行き、帰ると
長男夫婦と孫も来ました。皆で宴会。
楽しかったですね。しばらくは静かで
すが激動?の10日間でした。

2026・8・22

最近は「歳かな」と思うことがあります。先日も14時から16時まで会議があり、そのあと飲み会をしました。一次会は広島駅の「みなもあ」にある「海鮮マーケット」という店でビールを5杯飲み、二次会はカサブランカビルのページワンというカラオケバーで飲んで唄いました。非常に楽しかったのですが、翌日は少し体がだるかったです。飲み過ぎなのか、疲れなのか判りませんが、どうでしょうか。飲むのがエネルギーの元なので、これからも飲みますが、体には気を付けます。

2026・8・29

衰弱死という言葉をよく聞きますが、どういう事かなと考えてみますと、多臓器不全になることだなと思いました。どこかに病変があり、それが原因で亡くなることではないようなので、ある面、困りますね。私も沢山の病氣・慢性膵炎、肺気腫、高血圧、不眠症などが現役で過去には心不全の手術、胃がんの手術、脊柱管狭窄症の手術もしています。ある意味、多臓器不全ですよ。しかし、今倒れるわけにはいけないので、もう少し持ちこたえたいです。

2026・9・5

「死者からの贈り物」という推理小説の題名と同じことが起きました。00さんという友達に、昨年の11月から断続的に携帯に電話しました。メールも送りましたが全く音沙汰がなく「何かあったんだな」と思っていました。ある時、昔の仲間に連絡したら、2人の友達が亡くなっていました。00さんは、喪中ハガキが来ていたように思う。とのことだったので、テッキリ亡くなっているものと判断していたところ、梨が送られてきましたので、驚きました。送り状の文字も女性のもので、思われたので、奥さんが気を利かせてくれたんだなと思いましたね。お礼の電話をしましたら奥さんが応対され、00さんのことを聞きましたら「カラオケ」に行っているとのことだったので2度驚きました。奥さんの言

では「伝えておきます」とのことでしたが、連絡は有りません。

2026・9・10

100才以上の人口が10万人を超えたそうです。1万人の町で18人くらいですね。ただし、女性が87%とのことなので、男性は少ないです。100才を目指している私にとっては喜んでいい数字だとは思います。平均寿命は男性が約81才、女性が約87才だそうです。卒寿会は90才を目標にしているので、少し厳しいですかね。兎に角、お互いに励ましあって頑張りましょう。

2026・9・16

65才以上の人口が3600万人、全人口の約30%を占めているそうです。高齢化がドンド

ン進んでいますが、高齢者対策は不十分です。特に 75 才以上の人々に対する施策は目に余ります。年金の実収入は増えず、医療費は増加するばかりです。介護保険にまで手をかけ保険料の引き上げと給付の質を減少させようとしています。何とかしたいものです。選挙だけでは解決しそうにありませんね。野党の中にもそのようなことを容認する党がいるからです。良く考えて対応したいです。

2026・9・21

事

