

## 【長寿寄稿】

## 喜寿を迎えて

藤田 昌博

(昭和39年建築科卒)



喜寿を迎えて今思い浮かべれば私なりに色々な事が有ったが、それでも人並みに無難に過ごせて来たのかなと思います。その意味で家族や世間の皆様に感謝申し上げます。

会社勤めも順調に過ごせて居た45歳の時健康診断で胃癌が見つかり湾岸戦争のときです。胃部全摘出と腸捻転癒着と一年に二度開腹手術と大変な年だった事が思い出されます。その時ベットの上で観念し人生最悪から幸に転じるにはと考えて、人間関係・仕事の仕事等気楽にストレスを貯めない生き方を選択する事にしました。

ストレス軽減健康維持に、まず退社しそれからボランティア活動や趣味のスポーツを楽しみながら60歳70歳と過ごし今年2月20日喜寿を迎えました。その趣味については思い浮かぶ事を著して見たいと思います。

ボランティアは2002ワールドカップ、東京マラソン、埼玉国体、学校防犯等難しい事考えず笑顔さえ有ればストレスが無く仲間で楽しめる事と思い出されました。

ソフトボールは42歳の時、地域のチームを立ち上げ 活動も順調になった時期にスライディングで左足首骨折し、早期治癒目指しスレート固定を選択しましたが痛みに耐えかねて二日後にギスス固定に変えリハビリに苦労しました。

現在は人数不足の時等試合成立させる為、参加して居ます。何歳になっても前向きに参加する事が良いと考えて居ます。

ゴルフも趣味の一つですが思い起こせば足首骨折し一年後のリハビリ中に前会長の三平君に誘われ参加した、秋工会ゴルフ(宍戸C.G)で優勝した事が有りました。足首をスラのサポーターで固定し術後最初のゴルフでした。無理をせず、スコア気にせず、自身の出来る範囲で久々のスレーを愉しめました。

スキーは群馬に配属された26歳頃から始めスキーブームで仲間も多く次第に腕をあげました。早期退職後冬になると昔の友人に誘われて、志賀高原のスキー学校で修学生の指導に当たりながら70歳まで楽しんで居ました。最近はスキー仲間も減り1月蔵王2月群馬5月月山と年10日程度となり、物足りなさも感じます。体力なりに調整すればいつまでも出来るスポーツだと思えます。



水泳は43歳頃前述のスキーでの疲労でぎっくり腰を患い外科医に水泳でもと進められ始めました。徐々に上達し3年後位からマスターズ水泳に参加する様になり2020年75歳区分の世界ベスト10に入る事ができました。

(100mフリー1分17秒60で9位、50mバタフライ39秒43で8位)

昨今はコロナの影響で試合が減り基礎練習をじっくり行う事で腰痛が改善されました。諦めないで続けた事が良かったと思います。

終わりになりますが元気な諸先輩に僭越と思えますが物事諦めないで自分を褒めながら程々に頑張れば物事少しずつ良くなる様に思えます。

老いと前向きに向き合い何歳になっても何事もたゆまぬ普段の努力かなと!今になって思っています。

\*\*\*\*\*

# 澤木萬國特許事務所

内外国への特許、実用新案、意匠、商標出願、侵害事件についての相談・鑑定・調査

所長弁理士 澤木 誠一

(昭和26年 電気科卒/東京秋工会顧問)

弁理士 澤木 紀一

〒105-0003 東京都港区西新橋2丁目4番4号 小里ビル2階22号

TEL : 03 - 3501 - 0937 (代) FAX : 03 - 3595 - 0059

E-mail : sawaki.pat@mbd.nifty.com