

2019年 1月～2月

1月2日（水）

朝のランニングの後、仕事片付けに会社に行く。仕事と個人の段取り整理を目的に来た。単純に営業結果報告として、昨年以前と比較しても、活動量、質、共に違いが歴然としてしまう。20年近くこの違いをいかに乗り越えるかが大きなテーマ、課題であったが、そうした問題として比較する事自体に無理があると始めから諦め意識が出来てしまう。とはいえ、なるべく例年に近い事を努力目標とすべきではあろうが、効果、結果として同数を期待することは、間違いの元になりかねない。そこで、迷惑をかけない程度に近づく努力はすべきであろうが、同じ結果を期待すると問題やら迷惑をかける恐れが起こり得る。少なくとも仕事の結果目標は、昨年の結果を参考に少しでも超える努力はすべきであろうが、一昨年以前の結果は参考にすべきではないだろう。

1月6日（日）

そろそろ1年が本格的に始まる為の段取り、下ごしらえをしなくてはならない。とは言え余談だが昨日は家内と房総、白子町まで温泉つかりに行った。で、昨日は帰って町内の防犯パトロールの日だったが、参加せずに1日終了とする。要は20日の町内の役員選挙の件で家内と話だけはした。要は今後のボランティア問題である。で、その事である程度まとめて、HPに公表すべきと先程考えた。

ホームページブログに記載 「ボランティア活動を断念する事になりました」

1月8日（火）

仕事を中心に動いているつもりでいるが、残念ながら現在のところ、中々良い結果は生まれて来ないようだ。ま、そんなものと言う感覚は今に始まった訳では無い。それよりもここ数日の精神状態もあまり良くは無いようだ。要は、否定感が強い。悪かったなと言う、いわゆる被害妄想的感覚。楽しく無く、肯定感が希薄状態。

1月25日（金）

色々な意味で乗り越えられなくて困っている。特に申し訳ないが家内とのトラブルは問題が後を引いて来る。特に会社、仕事関係で子供の様だけども連携、連絡の悪さがにトラブルに繋がっている。本当に仕事もお付き合いも心情的には全て御免なさいをしたいところ。とは言え、家庭生活上やり続けなければならないし、やり続ける事が自分にとっての健全性、活力になっている事も分かっているつもり。

2月1日（金）

携帯電話の入替やら、外付けハードディスクの購入やら、千葉リハビリテーションでの検査やら、JCOB会総会やら、この数日で忙しなかった。仕事の営業成績は全く実績を残せなかった。残念。それがわざわざ千葉まで検査に行かざるを得ない最大の要因になっている事は間違いない。何せ仕事は本当に結果が見えて来ないし、報われない。そもそもこれ程期待をかける事が、自分を苦しめる要因である事は、散々に指摘されて来た。とは言え仕事に限らず、何でも成果は期待したいもの。でないと、行動して来た痕跡、経緯として必要不可欠と考える。従来比4割が当然という感触で取り組まなくてはならない。それで良しと切り替えるのは、あまりにシンドイ作業である。とは言え、頭の中とか、行動パターン、作業性、例えば車の運転ひとつ取っても、他人からは迷惑な流れの悪さかも知れない。しかし根本的に、切替努力をするべき状況かも知れない。

仕事の合間に家内とのトラブル発生。自分の事故について損保との今後の対応について確認中、渡した資料は見たかの確認

（以下、3枠、メッセージ送信）

とに角、ツベコベ余計な事考える前に努力しろ、調べろ、やるべき事をやれって、全くその通りだけど、果てしなく傷付く。何度もだけど堂々巡り。

今日の予定全て狂ってしまう程、悩んでいる。資料見ているけど読みきれないし、どこの何をすべきなのか分からない。資料を渡す時に、このポイントって指摘しない限り、あん

2019年1月～2月（退院後）.txt

たより自分の方が分かっている苦勞してるんだという威圧以外何者でもない。

とにかく自分の努力不足。全体像の見えなさが仇となっている事は分かる。本の一冊数冊渡される事や、分厚い資料を渡され、これに書いてあると言われる。これである種の嫌味でしかない。あんたよりも自分の方が分かっているよという意思表示。嫌味でしかない。そうして渡された資料、冊子は確認すべき箇所、ページを示さない限り膨大な量であるが故に嫌味でしかない。悩んでいるアンタがよっぽど悪い。単純に無駄な行為。無駄な事一切行わずに、やるべき事を実行するのみ。だからクドクド悩んでいるよりもアクションが最優先であるなら、単純に全てを終わらせたい。それを最優先で考えたいと思う。

以来、自分の努力不足、対応力等々、本当に悩んでいる。ズバリこんな人生終わりにしたい。とにかく、精神面、肉体面何れにせよ自分の努力不足というだけの事だ。腹たつ程、不足している。むしろこの腹立たしさをエネルギーにすべきである。

2月4日（月）

昨日は町内のオビシヤ、節分との事で飲み会に参加。自分の病気、体調(脳内)の悪さを、なるべく多くの方々に説明したつもりであるが、毎日、毎日が堂々巡り。今日も毎日の様に家内と繰り返しの話を行う。要は自分の体調の悪さだからと言う訳ではないが、自分としては何をしようが楽しくない辛さを感じる。要するに、ここまで来ればという救われ感がないという事。果てしなく苦痛は続くと言う感じ。良くやったという報われ感をどこまで行っても感じれない辛さであろうか。そう言うことをクドクド言っただけで済ませたい。一体いつまでこうした苦痛を感じる事になるのだろうか。終わりなく、基本的にこうした苦痛と共にある事を覚悟しなくてはならないという事であろうか。

2月6日(水)

何をしても面白く感じる場面が極めて稀になりつつある現状。ふと思ったのは、例えば明後日のアソエイツ会議について気が重くなる要因は、参加している事に後ろめたさを感じて辛くなる事だろう。今までだったら、頑張っている会員を拝見するたびに自分も頑張ろうという励みを感じたものであるが、最近では、自分との差を激しく感じてしまう為、自分の出遅れを特に感じてしまう。つまり励みにならずに、ひたすら差を感じて帰って来た。これは何もアソ会に限らず、町内会でも、楽しめている周囲への羨ましさを感じるものの、その差違にとてつもないギャップを感じ、自分の出来なさに対する落込みを感じる訳だ。だからなるべく出たくない、避けたいという悪循環が生じる事になる。

2月8日(金)

そもそも自分の昨年15回、今年5回病院に退院以降、通っている現実は何を示しているのだろうか。通算の20回の内、一度として治療行為をした事はない。全て現状の検査、その結果として問診、診断、伝達の繰り返しである。簡潔に自分の高次脳機能障害という診断を把握、自覚し今後に向けて対処、対策方法についての確認という事になるのだろう。問題は通算で20回通わなくてはならないという現実である。もちろんその都度、診断費用がかかるという金銭負担と移動時間、診断にかかる時間の問題である。状況を把握する必要性は当然の事としても、これだけかけているという現実的なコストである。結果として状況の改善ではなく、改善に向けた対策の第一歩に過ぎない。今のところ具体的に何をすべきという事ではなく、現状はこうであるという把握に過ぎない。低下した脳機能が改善して行くという見込みではなく、改善なく長期に現状レベルが継続されるという把握に過ぎない。その事を20回に掛けて確認している。要するに将来的に今までに匹敵する程度に改善する事は現状不可能という把握である。まさに、どうせ、あなたは仕事が出来ないんだから、それに対する気休めを与えますというところである。

2月11日(月)

昨日、町内会の件で石原、葉山両氏と面談する。要は一方的な話であるが、自分の状況を少しでも冷静、正直に伝え、町内会の役員、メンバーから外して欲しいというお願いに出かける。良いも悪いも個人的に障害として通常の活動はとても難しい。地域活動の前に、個人の家族を維持する為の仕事も満足に出来ない状況である事を現状の数字からして説明する。現実の問題処理として一方事が進んだ感はある。逆にこれを行わないと問題だけが

2019年1月～2月（退院後）.txt

無駄に引き延ばされるだけである。今後の対処として、アソ会、観光協会、空体協関係が課題である。もっと言うてしまうと、自分の仕事を通じた家庭環境がもっとも深刻であろうか。

自分の状況が普通の人達と大差を感じられずに、一体何が起きたんだろうと思われているとしたら、とても残念に思われるだろうし、抜けてしまう事には、ある程度のズルさを感じられるのではとも思える。何度もの事になるが、個人の活動、特に仕事がある程度普通に出てこそその次元であり、仕事や家庭生活が危ぶまれている状態では何をやっても悪循環である。基本が出来ていない場合は、議論の第一歩にならないはずである。土曜、月曜と雪になった。折角の休み、旗日だったので通常のマラソンをしたいと思ったが雪道となっている為に通常のランニングを諦めて、体育館に行く。土曜日は2階のランニングコート、今日はランニングマシンで両日共に1時間をそれぞれ行った。

2月13日(水)

昨日も観光協会関係者、空体協関係者、アフラック千葉支社関係者に説明を行う。家内とは数字上、今後のあり方について相談をする。状況が少しでも自分で把握して行くと益々深刻さが見えてくる。あり方自体がとても深刻である事の確認である。要は会社、店舗の現状維持はとても深刻で、早急に転換を計らなくてはならない現実である。

2月17日(日)

少し遡っての記録である。水曜、金曜日、家内に一方的に送ったメッセージである。鬱陶しい記録であろうが、ある種自分を正直に物語っているところ。

現在、自分が行なっていること。昨日までやって来た事、全てが間違いで、対応処理が鬱陶しいという状態。対応すればするだけ雪だるまに膨らんでいく。仕事に、今後何を努力すべきかというよりも、何も存在を感じられるさせなくなる努力をすべきかという事だろうか。根本的にやるべき努力が違うとしか思えない。残念、悔しい。

とにかく、仕事をしてるのが間違いなんだという事。特に会社に居る事。誰からも歓迎されないどころか、迷惑がられる。で、何をすべきかがよく分からなくなって来る。何をすべきか、全く分からなくなって来たので、日赤の精神科にと思って問い合わせたところ、本日は一杯の為、来週再度との事だったので、諦めて聖マリア病院に行く。

記録の通り、金曜日は精神的に厳しかったので、聖マリア病院に行く。突然の診察だったので、前回の先生はお休みとの事。決して引続きで行った訳ではないので全く問題無し。どころか、前回の薬が若干残っているならそれを投薬するしか方法は無いとの話。段取り的には日赤の脳外科診断があるなら同病院に行くことが最善との事、一応それは分かっているんだけど、応急的にどこか無いかで来ただけと気持ちでは思っていた。理由は分からないがとにかく、今週後半辺りは厳しかった。

病院の帰りに、仕事も息抜きも何もすべき事、したい事が見つからない為、どうせ仕事もほぼ従来通り出来ないだろうと思えるので、今後の為に職安に行き、仕事の相談を試みる。とにかく自分の判断であろうが、一応仕事をピックアップして送ってみますとの事。今後の検討材料にしてみたいと思う。要は最悪、現在の仕事を諦めなくてはならない状況で、生活費の捻出以前の問題として自分の時間の使い方が大きな問題となる事は明白である。だったら単純作業だとして自分にとってやる事、居場所が有るだけでも救われ感がある。それだけ深刻である。

昨日、自分の今後の対応について弁護士事務所に相談に行く。正確には説明会に予約で参加する。意図するところは、自分達(家内と自分)が本来何をすべきかがよく分からないので、少しでも客観的に対応すべきは何かを確認したかった。肉体的精神的に辛い時は病院に行くのが、常識的な判断であろうが、現状はそれ以外に現実問題としてこれだけ仕事を含めた家庭生活に散々たるダメージを与えている自分の状況は社会的な対策という事になるだろうし、それ以外に思いつかない為、弁護士と相談し何をすべきかの確認を試みた。そこで近く予約の入っているリハビリ病院で最終結果が判明されるのであるなら、そこでの診断が最大の焦点である事を指摘される。どうやらここから弁護士事務所との連携が始まる様だ。ま、お任せするしか無いので、最善を尽くしてもらおう様、祈るのみ。

2月18日(月)

2019年1月～2月（退院後）.txt

昨年、2月に退院して以降の自分の症状であるが、書込み記録をザッと見たところ、退院以降早々は、機能的な問題の良し悪しというよりは、とにかく4ヶ月半の遅れを何とか取り戻す努力はしなくてはならないという意識でやる気、気合は充実しているという内容が読み取れる。それが、7月からは車の運転が可能になって、通常の営業活動に実質戻った訳であるが、ここら辺から読み取れるのは、条件は元に戻った様だが、仕事として実績はどうなのかという最もシビアな問題は一向に解決していかない。まだ7月は良いとして、9月辺りからはボディーブローの様に、ダメージを感じる様になる。通院歴で見ると、この月、日赤に半年後MRI予後診断で行っているが、覚えているのは、結果が全く良くならないという現実が精神的にシンドく厳しいので、別の角度から今後の対策を考えたいという希望で千葉の病院を紹介いただいた経緯がある。そうこうする内に、自分が求めている事は、精神的な安定感、不安の解決であると思うようになった。そこで、余りに辛い状況に対処する為、精神科への面談をしたいという事で、独自に聖マリア病院に通院する事になる。後は、ある種、うつ病との対処に明け暮れる毎日が続く。

で、何だというと、退院して約1年、その間、普通に、従来通りの仕事をして来たつもりであるが、結果はこの1年間横ばい状態で、事故の前と比較して、4割弱の状態が変わらず続いている。何を言いたいかというと、こうした状態は自分の事故が原因で起こっているとした自分では考えられないにも係らず、この1年間を第三者的に解析してみて、事故が原因ではなく、自分のストレス、仕事の方法、仕事への向き合い方、やる気、情熱、そうした個人的な対応方法から来るものであるとするなら、認定されるなら、個人的感情論は度外視するとして、まさにそれこそ、この仕事と自分の考え方には決定的なギャップ、格差が存在することになり、まさにこの仕事こそ、今後継続すべき職種ではないという証明、つまり現在の仕事は今後続けるべきではないという結論につながるだけである。逆に、事故の原因でこういう実績の低下につながっているのであるという裏づけが出来るのであるなら、今後も事故前と同様の数字的回復は見込めなくとも、3割、4割までの落ち込みでも良しとして、社会的、業務上、人間関係の責任として、現在の仕事を継続する勤めがあると思える。

2月20日(水)

久々に家内と千葉リハビリに行く。車中、いつもの様に、喧嘩まじりでの会話、確認をする。ある種いつものやり取りである。それにしても自分としてはこの病院との今後の付き合いが今ひとつよく分からない。ま、分からないのは、何もこれだけでなく、仕事への関わり方についてもどうすべきか、どうあるべきかも良く分からなくなって来ている。それにしても、残念ながら仕事の結果がこのひと月、全く伴わない。これで良いのかという焦りと倦怠感、落ち込みが続く。これも今に始まったことでは無いが、

2月22日(金)

先週に続いて、朝から日赤に来た。待ち時間の活用が難しい。日赤が終わって、夕方に石神医院に行く。終わって本店で今後の打合せを行う。残念ながらこちらは今回で最後としたい。自分の出番は残念ながら一応終了した感じである。一応、会社での仕事も終わりが近づいた感じであろうか。やはり何処かで決断をすべき状況かと思えた。

2月23日(土)

今朝起きたら無性に腹が立って来た。起きがけに結構珍しいかも知れない。退院してから自分の精神状態、脳機能障害は全く変わらないであろう。良いも悪いも別として、あえて何か良い所はあるだろうか？であるが、でそれらに付いて、進歩を期待する方がおかしいのではと思う。少しでも改善して今まで通りで復帰して欲しいと思ったところで、それは余りにも勝手過ぎるであろう。一応こちらでも回復しようと努力しているつもり。今まで通りを少しでも目指して同様の行動パターンを繰り返し訓練するしかない。で、やはり違いやギャップはその都度、確認出来てしまう。元どおりに戻す努力は無駄な苦痛を繰り返すだけなのではないだろうか。周囲はそうした、特に落ち込みギャップに苦労しているんだと、だったら引き起こした当人はもっと苦労し続けろと言っているに等しいだろうと思えてしまう。出来る事なら速やかに消滅したい。もう勘弁してくれよってところ。

2月25日(月)

何とも毎日の様に書き留めている。これという事も無いままであるが、気持的に何とも頼

2019年1月～2月（退院後）.txt

っている事も間違いない。特に仕事の今後を考えると、気持ちがまとまらない。現状の自分の仕事をどこまでやるべきなのか、恥ずかしい話、悩んでいる。現状の仕事にどこまで関わってこだわるべきか。思い切って断念して別の仕事に就くべきか。何とも考えがまとまらない。