

## 第101回 令和7年10月10日（金）

### ケガの話し。

早朝のランニングで転倒しました。休日に川沿いを10キロ強走することが日課で、1年100本、最終的に1000本達成を目標にしています。

昨年アキレス腱を断裂して3か月走れず、ようやく昨年度の借金を完済して3年目、300本目標のところ9月終了時点で280本。もう余裕だと思ったところで下り坂転倒、アスファルトに打ち付けられて気絶しました。

通行人に起こされたときはどこにいて、何をしていたのか記憶があいまいでしたが、とにかく1時間ほど歩いて帰宅。帰ってから血だらけなのに気づきました。

日曜日なので救急病院に行ったら右腕の骨が2本折れていて、場所が悪いから予後が厳しいと言われました。頭も3針、膝も2針縫いました。

感覚がにぶいのか、昨年アキレス腱切った時も病院に行ったのは3日後。腱のところがひっこんでいたので行きました。

ケガをすると当たり前と思っていたことができなくなります。今はペットボトルが開けられませんか、クロームブック持つのもやっとなです。無事なはずの左手も言うことを聞いてくれません。

でも病院で見知らぬ女性が「身体の中と違ってケガは治れば元通りだからがんばってね。家族の支えがいかにありがたいかわかるわよ。」と声をかけてくれました。そう言えば日ごろまったく家の手伝いをしない下の子が病院に送ると言ってくれたのには少し驚きました。

心なしか、やんちゃな犬たちがいつにもましてペロペロなめてくれます。きっと弱っているのがわかるのでしょうね。

手術も全身麻酔もベテランになって慣れてしまいました。リハビリも根性だけはあるので大丈夫です。完全に右手の機能が戻る可能性は低いと言われましたが、可能性がゼロじゃなければ私はクリアできると思っています。

来週手術です。リハビリ頑張って早く復活して借金完済。来年は400本達成したいです。でもこれからは肘にプロテクターつけて走ろうかなと考えています。