

3年前のことだ。店を開けてしばらくした時、急にフラフラとめまいがした。入院したこともなく、寝たら治ると思っていた。ところが翌朝も同じような症状に襲われたため親戚の医者に電話したところ「脳の病気や」と言われた。「近くの病院に駆け込みMR I（磁気共鳴画像装置）検査を受けたら、脳梗塞やと診断されたんですわ」。リハビリを続け、幸い、重い後遺症は残らなかったが、左の手足は少し力が入りにくいという。

戦前からの米穀商を引き継ぐ3代目である。厳しい業界にあっ

他人事と思わず 全身の検査を

石原米穀店（京都市南区）
いしはら よしひろ
石原 義弘さん（73）



て今も幅広い固定客を持ち車で
の配達もする。米穀小売商業組合
や京都市食品衛生国保組合など
の役員を務める。

「毎年、特定健診を受け、胃や
大腸の検査はしてたんです。ところ
が頭なんか関係ないやろと、オ
プシヨンの脳の検査だけはして
なかったんです」。自らの反省を
込めて「そこそこの年齢になつた
ら仕事にかまけず、多少お金がか
かっても全身の検査を受けてお
くべきですなあ。それがみなさん
へのアドバイスです」。

午前5時半に起床し、自宅近く
の東寺まで早朝散歩に出かける
のが日課だという。いろんな所
にお参りした後、6時半になったら

境内で顔なじみの20人と一緒
にラジオ体操をする。「気持ちよ
ろしいで」。脳梗塞を経験してか
らは、用事がなくてもできるだけ
体を動かし塩分控え目、野菜中心
の食生活をしている。

「もう一つアドバイスが…」と
付け加えた。「私の経験では健康
に自信があると言うてた人ほど
病気になっています。人が患った
病気は他人事と思わず、自分にも
起こるんやと常に關心を持って、
医学知識も学んでおかなあきま
せん」。日々感謝し、家族が平和
で暮らせることが一番の願いだ
と話す。「そのためには何よりも
健康が大事です」。説得力ある言
葉だった