

年齢（トシ）を感じるこの頃

シニアリーグ理事

ペガサス 70 伊通元康

シニアサッカーを始めて 31 年が経過しているこの頃、にわかに身体の不調が気になってきた。

サッカーは高校卒業以来ペガサスに誘われる 41 歳までまともにボールを蹴っていなかったことが幸いし、身体の各部位の使い減りがなかったようで、身体の不調には無縁に過ごしてきた。ところが、70 の声を聴くころになっていままでも経験をしたことのない「肉離れ」をゲーム中にやり、とたんに身体に自信をもてなくなった。また、前後して「脊柱管狭窄症」の診断を受けて、鎮痛剤が常備薬となってしまった。朝起きると右臀部上部の痛みと右脚脛の痛みで我慢ができず、家内が起き出す前に食事を整え、鎮痛剤のお世話になる始末である。そして、昨年 11 月には左頬上部に皮膚がんの一種である「日光角化症」の症状から、4cm ほど切除手術を受けるはめとなった。この症状は紫外線が原因で、長らくシニアリーグや県リーグの役員を務めて、一日中ゲームの立ち合いでグラウンドにいたことによる職業病（？）のひとつと思っている。皆さんも紫外線ケアは、継続して忘れずに行ってください。

70 歳を過ぎて、なにもそこまで無理してやらなくても言われることがある。とくに一番身近にいるうるさい（？）女性から。だから、よけいに無理をしているのかも知れない。それでも、県外県内の各チームには膝や腰の痛みを耐え、懸命にボールを追っている方がたくさんいらっしゃる。まわりが何と言おうと、トシを感じても自己責任でサッカーを続けていければと思うこの頃である。