

「関心」というフィルター

世の中にはいろんな情報が氾濫しています。

例えば、街を歩いてもいろんな店があり看板を掲げて客を呼んでいますが多
くの方は目もくれずに通り過ぎていますが、
例えば、何かを食べようとか目的があれば、
それに関する看板が目に入って来ます。

私は Facebook ですが、SNS でもいろんな動画が流れています。

例えば、私は三波春夫さんの歌謡浪曲が大好きなのですが
ユーチューブで検索すると三波さんの曲以外の物が告知されていて
たまに気に入った曲があれば聴いている
という具合です。

AI のような物が過去の履歴から好きそうな曲を選んでくれるが
なにせ、三波春夫さんって、すでに大昔の存在に近くなっており
「浪曲」も消えかかっている状況だ。

しかし、NHK の「あの人に会いたい」という番組で
シベリア抑留生活や浪曲への思いを聞いて感動したので
それから関心を持っていたら
10 数年前の前職のOB 会があった時に
先輩から「来年、俵星玄蕃を歌え」という指示があり
家でユーチューブを何回も再生して覚えた
という次第だった。

また、当時、歌謡界では地元のヤクザが公演に関わっていたが
三波さんは毅然として断ったという話にも惚れたのだ。

つまり、「きっぱりとした男気」だ。

人は自分にはないものに憧れるというが
たぶん、これが欠けているのだと思っている。

そして、歌謡浪曲の多くは
「赤穂義士」の武士道を題材にした物が多く
これに感動した私は「決闘高田の馬場」「赤垣源蔵」と
赤穂義士に関連する曲を次々と覚えた。

いずれも約10分の曲なので、
カラオケでは他の方々から輦蹙を買うので避けているが
入浴時に鼻歌で歌って長湯の目安にしている
という副次効果もある。

この事から「関心はないものを求めるフィルター」という風に考えて
新聞を読む際にも漫然と読むのではなく、
その日のテーマになりそうな記事を見つけて深読みする
という風になっている。

最近の「関心」は「格言」や「健康」に関するものに移っている。

大動脈瘤の大手術をキッカケに自宅での新聞購読をやめて
喫茶店でモーニングを頂く際に産経新聞だが目を通すようになった。

新聞社の立ち位置がそれぞれ分かれているが
右傾向の産経新聞に違和感なく読めているし、
コラムなども毎回キチンと読んでいます。

その中で「健康」というフィルターで
新聞広告にあった「フレイル」に関して
記憶力・判断力・注意力・集中力のイラストがあり
目に止まったことがあった。

自分自身では大丈夫と思っていても
「人の名前」をすぐに思い出せないこともあり
苦手な料理では新しいことにチャレンジする気力も衰えており
少しずつ日常生活で支障の兆しがあるのだ。

また、かかりつけ医が高齢化で休診日が多くなり
たまたま、休診日に嘔吐して別の医師にかかった時に

血液検査で腎性貧血と言われて
自転車で運動しても別に支障がないと思ったが
大阪警察病院の腎臓内科を紹介されて専門医の診断を受け
4年前に大動脈瘤の手術を受ける前は egfr 値が 40 台だったが
術後に 20 前後に低下している事が分かり
このままだと 90 才で人工透析と脅かされたのだ。

同時に腎性貧血で鉄分を補充しながら
促進するダーブロック錠を服用する
生活になった。

かかりつけ医を変えた結果、判明した症状だが
医師から腎臓に負担をかけないように生活指導を受け
・減塩とタンパク質の総量制限（1日100g以内）
・コーヒーは1日1杯にして残りは水を飲む
と言う風になり
お蔭で尿タンパクは3+から1+に低下して
さらに努力するように言われている。

かつては±0の状況だったので
その状態に戻りたいと制限を遵守している。

こんな風に「関心」は状況に応じて変化しているが、
そこから得た新しい習慣を続けることが大きな課題なので
素直に続けたいと思っている。