

### 目次

[令和5年度](#)

[令和4年度](#)

[令和2年度](#)

## 令和5年度

「自分が、くやしい」

あの日は、あっという間に過ぎ去っていきました。ある日突然会社の方より私をくびにする様な動きがあると、元上司より知らされました。私はその動きを知らされ、今私に出来る事は、家族を守る為、体の許す限り働くことと考え、勤務するしかありませんでした。私は、決して今まで無駄に生きて来たつもりはありません。しかし今よく思う事は今まで行ってきた事は果たして自分が目指し、また実行を行うのに、果たして満足のいく時間を過ごせたのか、疑問視しています。そしてこの十数年の間私は、毎日の日々を無駄な、また意味もなく、淡々と会社に通い夜遅くまで勤務し、週末は、疲れで寝てばかり、体を休めることしか考えられず家族との時間、特に小さな子供たちとの交わりは少なく過ごして行く毎日がやはり、十数年続きました。私も五十歳を過ぎ体調も少しながら回復方向にと向かって来たのか今思うことは、何か悔しさだけが、頭の中にくやしきだけで溢れてしまい今にも、爆発するのではないかと、自分がくやしい、年を重ねる今、当時置かれた自分に最良の方向性を見出す為に、考え、行動が出来なかったのかと、残念で、またくやしくて、くやしくてなりません。

最後に、私は、あの日を決して忘れません、そして これからも強く生きて行きます。

(令和5年12月13日記)

## 令和4年度

「元気ですか」

いってきますと家族に、いつもの様に声をかけ自宅を後に、勤務先へ向かいました。その日の天気は、どんよりと曇り今にも泣きそうな空でした。電車を乗り継ぎ、地下鉄四ツ谷駅より乗車し、サリン事件の被害に遭い、後の社会生活が、狂った重大な要因となる後遺症の始まりでした。後遺症により私の生活は一変し、家族へ迷惑をかけ、正常な勤務も出来ず、疲労感、頭痛と体調不良が、毎日の様に続きました。その間、精神科への通院と多くの薬の服用も同時に続き、私と

家族間、また仕事上多くの悩みと精神的にも大変辛い日々が二十年近く続き、自殺願望に陥った事も幾数回ありました。しかしその時、ふと我に返って見ると、家族、友人からの元気出せとの声援が、私の脳裏をよぎり、後の元気の源になりました。年を重ね、定年退職、六十歳を無事に迎えるころには後遺症に伴う、体調不良もだんだんと軽減し、事件後、二十七年と成る今、加害者の多くは、被害者を残して、先に逝ってしまった事が、残念で、悔しくて、悔しくて、泣いてしまいます。救済も済まないうちに？

しかし私達被害者は、命ある限り戦いは、まだ終わりません。

皆様に聞いかけます、「元気ですか」

「私も元気です」と。

(令和4年11月3日記)

## 令和2年度

---

気がつく病院のベッドに寝かされ色々な器具が体中に付いていた。まさか地下鉄サリン事件の被害者になったとは信じられなかった。

一週間程の入院、自宅療養1ヶ月の後、週1回の通院をしながら職場復帰したが、終電近くまでの勤務が続き、4ヶ月後に体調を崩した。

精神科の診断はPTSD、大量の薬が処方された。労災保険が適用され、2ヶ月の自宅療養となった。その後も自宅療養を繰り返し、やがて度重なるパワハラを受けるようになった。仕事は軽減勤務から定時勤務、そして再び深夜まで。しかし、定年まで家族のためにがむしゃらに働いた。今も通院と服薬は続いている。

オウム真理教に対する恨みは色々あるが、生活を守ることと体調管理で精一杯だ。死刑については、被害者の止めどない難儀、苦勞も知らないままに、早い執行が残念でたまらない。もっと油地獄を味あわせてやればいいのにとと思う事もあった。

家族との強い絆を築けなかった事、会社での地位や居場所を奪われてしまった事、一番大切に楽しい歳月を失った事が悔やまれる。

(令和2年9月27日記)