

# ふくじ草の会だより



福寿草の会  
愛川町介護者の会  
第169号  
2022年3月6日  
連絡先 愛川町社会福祉協議会  
Tel 046 (285) 2111



身近な自然が、本当にみずみずしく、花々は美しい色を競っています。けれども、悲惨な事故、そして凄惨な侵攻と、心痛む日々ですね。皆様には、いかがお過ごしですか？

今年に入り、知人の70代の男性が4人も亡くなりました。そのうちの一人の方の生前に用意されていた墓碑が「ひとやすみ」でした。大丈夫、死を恐れることはないよ、いつか休めるまで、休めるから、がんばってね、と励まされているように思えました。

## 3月のつどいから

23日(水) 会員11名と  
村上保健師参加

春日台センターへ行った感想や近況報告など、なごやかに話し合いを行いました。  
・話すことができるだけでもラクになる。  
・昼夜逆転があったり、便秘・下痢などは変わらないけれど、以前ほど気にならなくなった。  
・ボランティア(とは思っていないが)録音や卓球などをして、忙しくしている。  
・認知症の症状は、個々によって大きく違う。  
また、認知症は、予防できるものではないと思う。  
・近くに良い施設(春日台センター)ができて良かった。コロッケもおいしかったですよ。  
★フードバンクへのご協力ありがとうございました。

## 春日台センターセンター

3月26日(土) グラントオープン催しがセンター前の広場で行われました。

設計された金野千恵さん、冒険家の萩田泰永さん、洗濯会社社長の永松修平さん、施設側から馬場拓也さんが登壇されたフリートークでは、興味深いお話が聞けました。「器はできた。中身はこれから。地域住民の方々と、みんなで作って行く」「コミュニティって何だ?」「より合い所であってほしい」「むだ話と思えるものでも、その中から引き出されるニーズを拾い上げて行く」「子どもには「外で遊べ」、大人には「へんなおじさん」のすすめ」などなど、若い方たちの言葉は新鮮でした。地域住民の、交流の場、いこいの場、学びの場であってほしいですね。

## 80歳さまの(50年前)

### ひとこと①

わしが83歳ころらしい。ばあさんと二人どこかに連れられて行った。運転していた男は怖くてごつい若い男。しかし、その男には何となく親近感はある(後で息子と告げられた)。

初めての所、小さなアパートの2階、ばあさんはいたけど、ちっこい女の子と子供みたいなの母親と。嫁と孫だと教えられたが、そんなことすぐに忘れた。

こんな知らないところでお世話になってはいられない。帰らなくっちゃ。

〇〇は生まれた所、それははっきりしている。お世話になりました。若い女に引き留められたけど〇〇に向かう。あれ、どっちかな? まいいや、足の向くまま。足は違者だ。見覚えがあるような無いような。

やれやれ疲れた。その時あの嫁とかいう女が今日のところは家に泊まって行って下さいとリヤカーなんぞを用意してくれている。少しホッとする。

それから、なんか落ち着かなくて外を歩く。どこに行くのでもかまわない、外は気持ちいい。家では食べて寝るだけ。眠れ

無い時は家の中をずりずりと探検。夜なのか昼なのかはかまわん。眠い時に寝る、起きたい時に起きる。食べたいときは飯はまだかと言う。

居心地が悪くはないが、なんか落ち着かぬ。自分の家では無いからだろう。

(つづく)

小沼美枝子



50年も前の話です。私は20代。高齢者の介護問題に関心を持つようになった最初の体験です。

2~3日起きていて、2~3日眠り続ける。昼夜が逆転したり、食事も不規則—老人の生理って不思議だなと感じたものでした。

そして、この当時(1970年代)有吉佐和子さんの「恍惚の人」という本がベストセラーになっていました。そして、認知症ではなく、痴ほう症。

しかし、今になって自分のしてきたこと、良かれと思ってやってきたことが、される側にとって、どうだったのだろうか? わからないながら、想像してみようと思いました。それだけ私もされる側に近づいてきたのです。

介護された側からの体験談を、あなたも書いてみませんか?

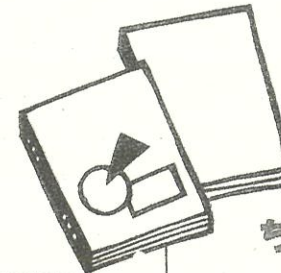
## 5月のつどい

24日(火) 午後1:30~3:00  
場所: 町福祉センター3階 会議室  
総会を行います。  
会費(1,200円)を集めます。

## 7月のつどい

26日(火) 午後1:30~3:00  
第4火曜日となります。  
詳細は次号でお知らせします。

マスクの着用など、感染対策は続けましょう。ご参加をお待ちしています。



## 本

の大好きなKさんから、楽しく読めた本のご紹介—読んでみませんか?—

ちよこつとずぼら老後は楽しい 保坂 隆著 海竜社

第1章 がんばりすぎていませんか  
第2章 生活を緩めましょう  
第3章 ちよこつとずぼらで脳を活性化  
第4章 人間関係もちよこつとずぼらで  
第5章 ちよこつとずぼらな手軽な健康法  
第6章 ちよこつとずぼらで毎日元気に  
第7章 リアルな声が聞こえるちよこつとずぼら体験

いいねいいね  
なっとくなっとく  
わかるわかる  
やってるやってる  
自分らしく人生を楽しむことと。楽しく読めました。図書館にあり