

はぐくむ光のびる若芽

194

二又 越川 祐子

我が家の息子は小学2年生の長男と小学1年生の二男の年子で2人兄弟です。

よく周りの方々に年子で男の子2人は、大変でしょうとなくさめられますが、本当にその通りで、毎日があたふたと過ぎています。

それでも昨年の4月に長男が小学校に入学し、改めて、息子が大きな怪我もなく、丈夫に育って、小学生になれたと一安心しましたが、それも束の間で、今までの保育園生活とは一変したので、親も子も、新しい生活に慣れるのが大変でした。学校での息子の様子に一喜一憂し、どうすれば良い方向に持っていけるのか、今でも模索しています。

そんな長男も今年2年生になり、二男が入学しました。二男は兄が学校に通う姿をみて、自分も早く小学生になりたいと、

とで、安心して学校に行っている様です。

保育園の頃から兄のランドセルを背負ったりしていましたが、希望に胸をくくらすせての入学となりました。早生れの二男なので、長男と比べるとやはり幼く、

普段はけんかしたり、兄の権威をふりかざして弟を押さえつけることが多いのに長男は自分なりに兄としてできることをやってくれている様で、

いろいろな体験をさせて自立できるように成長してほしい



親はその成長かりを感じました。日々の生活の中のかとした時に、子供達がつまにか、こんなに成長したんだと思えるようになり、生まれてから今まで、家にいる時は目を離せなかつた子供達、だんだん一人立ちにむかつて準備をはじめ

親は少し心配していましたが、兄が弟の身支度のめんどうをみてあげたり、学校でも弟の様子を気にかけて時々みてくれている様で、学校から帰ってくると、弟の様子を説明してくれています。

二男も兄がいるというこ

思っています。

健康だより

シリーズ²⁶
今月の顔鈴木 くにさん (87歳)
(新井)

長寿の秘訣

今回ご紹介する鈴木さんは87歳の高齢を感じさせず、現在も営業のため、毎日お得意先に電話をかけ注文をとるという優れ者です。記憶力抜群で20件以上ある電話番号もほとんど暗記しているという鈴木さんに長寿の秘訣を伺いました。

と笑う鈴木さんはとてもいきいきしています。

ご本人のやる気もさることながら、これには、息子さんが昔農家を回って歩いてきた頃、現役を引退したお年寄りが、何もする事が無く寂しくしている姿を目のあたりにして、お年寄りを大切にするのは世間体を気にして何もさせないことより、好きに出来ることを自由にやらせることだと強く思った事が、現在のくにさんの姿につながっていると思えました。

◎仕事の後はビールで晩酌

8人家族の鈴木さんは何でもよく食べ、毎晩孫娘の夫とビール大瓶1本を2人で飲みます。「グツとくるのどごしが気持ちいい」と言い、そのせいか、床にいたらすぐ寝てしまうほど寝付きがよく、夜9時半頃

寝てから朝4時に目覚めるまでトイレに一度も起きません。

朝、ご飯のスイッチを入れ家族が目覚めるまでに、朝の支度を簡単に行い、その後、家族や自分の洗濯を行います。洗濯をするとき気がいいと話すくにさんに、曾孫達も学校から帰ると早速洗濯物を頼んでいきます。

◎一病息災で自己管理も確実に

20年前から、高血圧の治療を続けていますが、毎朝欠かさず服薬し、自己管理にも留意しているため、血圧も安定し、風邪を引いたり床につくこともありません。薬を飲むことは簡単なようでも忘れたり中断するなど管理出来ない人が多いなかで、病気を上手に自己管理した結果が合併症を起こさず安定した生活につながっていると思えました。

「家族が文句一つ言わないで好きなように仕事をやらせてくれるのでとても幸せだ」と笑顔一杯で話してくれた鈴木さん。これからも、素敵な笑顔でお仕事がんばって下さい。

(保健婦 土屋)