

はぐくむ光のびる若芽

(220)

芝崎 岩澤恵美子

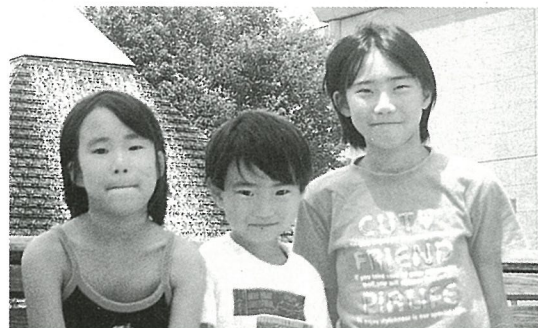
長女紫緒里6年生、料理が好きなしっかり者、二女奈緒3年生、絵を描くのが好きなさびしがり家、長男壮駿4才、大きくなったらウルトラマンになりたいあまえん坊、声の大きい元気印、いつも前向き頑張り家の主人、それと兎のボロちゃん一羽、これが私の大切な家族です。私はというと、自分の感情に流され、子供を叱り、後で必ず「なんであんな事言っちゃったんだろ」と後悔し、4人が一斉に話をするので大事なことが頭に入っていないというかり者の母なのです。

私達夫婦は、両親を早くに亡くしているの、嫁いで来た時には、右も左も分からず、地区のお付き合いや、出産、子育て等全てにおいて不安や心配な気持ちがありましたが、親戚の叔父叔母の支えや、近所の方達のや

の時間は貴重な物となっています。

さしい教え等もあり、家庭を持って14年、この地でなんとか生活することができました。子供達にはお祖父ちゃんお祖母ちゃんを知らなくても、叔父ちゃん叔母ちゃん温もりや、近所のおばあちゃんから頂いた枝豆のおいしかった事など、これからたくさんの人達とのふれ合いを通して「ありがとう」との気持ちを大切にしたいと思っています。

「ありがとう」の気持ちを大切に

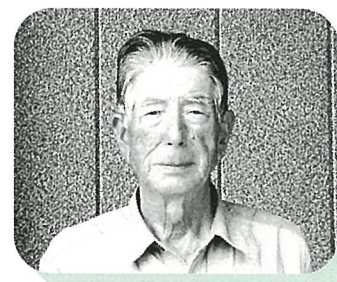


今の我が家では毎晩夕食を家族皆で取ることができるので、とても賑やかで楽しい時間を過ごす事ができます。学校の出来事、友達とのこと、ゲームやマンガの話、あそこ行ってみようとか、これ買って欲しいという放題ですが、何でも話し合える事、一緒に悩み考えられる事、健康で日々の生活を送れる事が大切だと思っていますので、一食のこ

をうれしく感じます。私達夫婦にできる事は子供達の成長を見守る事、時には励まし叱り褒める事。少しずつ親になってきている事を祈りながら岩澤家の元氣な一日が始まります。

シリーズ⑤2

今月の顔



平野 定さん (82歳)
(木戸)

長寿の秘訣

平野さんは13年度ゲートボール福祉大会の県大会で優勝し、全国大会に出場した5人チームの内の一人です。大変お元気であるとのうわさを聞き、長寿の秘訣を伺いたいと思い訪問しました。

べたとおり昨年広島で行われた全国大会にまで出場しました。

また、始めてすぐに審判員の資格を取得し、今でも審判を頼まれ出かけるそうです。平野さんの行動力には驚かされます。

ゲートボールは技術だけでなく、チームプレーで頭を使うため、難しい面もあります。家にいる時にも、試合の組み合わせを考えたりにしています。

ゲートボールを楽しく仲間と続け、頭を使うことが長寿につながっていると思いました。

◎自分のことは自分で

洗濯物はお風呂上りに洗濯し、自分で干してたたみます。また、バイクでゲートボールの練習に出かけた

ます。なるべく家族には迷惑をかけないようにしようと思い、自分でできることは自分でやるように心掛けています。

また、ゲートボールの時には、男性の仲間同士で交代に簡単な昼食を作り、食べています。男性が自ら調理しようという気持ちは素晴らしいと思いました。

◎週刊誌で情報収集

週刊誌は毎週自分で購入し、情報収集につとめています。テレビでも情報は得られますが、もっと詳しく知りたいことなど、興味を持って読んでいます。少しずつ眼が悪くなってきたのですが、社会の変化に敏感である姿勢は大事だと思いました。

平野さん自身は、特に長寿の秘訣があるわけではなく、とおっしゃっていました。が、このような毎日の意欲的な生活が、元氣の源になっていると思います。今年も全国大会目指して頑張ってください。

(保健師 大竹)

◎趣味はゲートボール
唯一の趣味はゲートボールで、週3回午前9時～午後4時まで練習に励んでいます。その他試合に出かけるなど、熱を入れて取り組んでいます。ゲートボールは昭和59年から始め、今年で18年目になります。この練習の成果が実り、先に述