

## はぐくむ光のびる若芽

224

二又 鈴木 和栄

我が家は8人家族です。小学2年の長男一成一成。

おっとりとしたやさしい子で、肩たたきが上手で、おじいちゃんやおばあちゃん、お母さん、お父さんの肩をたたいてあげています。ただ、あきらめの早い所があり、もつ少しガンバリがあるとよいのにも思います。

小学1年の次男晃平。ちょっとはすかしがりの気むすかしい子です。要領がよくて兄妹の中では何事も一番でないといふすまない子です。

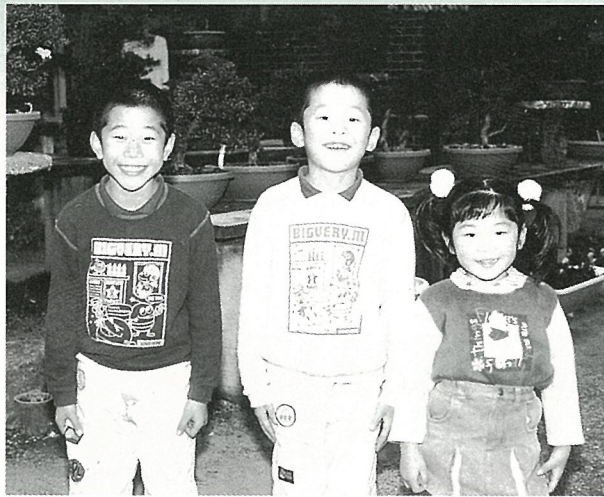
保育園年少組の長女舞香。いつも歌ったり踊ったりしている陽気でとても明るい子です。今は12月初めにあるお遊戯会をとても楽しみにしています。保育園で毎日練習をしています。

この3人の子どもに夫と私、夫の両親と夫の祖父の4世帯同居の家族です。「早くしなさい！」が

口ぐせになっていて子ども達に「お母さんはいつも怒ってる。」と言われた事があります。

「怒る」と「叱る」は違うと、ある講演で聞いた時、

も達をほめて私の事もほめてくれます。怒ってばかりではなく子どもよい所をみつけ、祖父のようほめてあげる事のできる親になりたいと思っています。

人の痛みのわかる  
やさしい子に育て欲しい

私は「怒る」の方だと思いましたが、つい感情的になり大きな声が出てしまつて、いけないと思いつつまた怒っている。

同居している夫の祖父は、いつもニコニコとしてグチなど聞いた事がなく、子ども

スの多い世の中ですが、人の痛みのわかるやさしい子に育ててほしいと願っています。

シリーズ56  
今月の顔齋藤 英さん (81歳)  
(橋 場)

## 長寿の秘訣

永きにわたる教員生活の経験が身も心も豊かにし、今なお自分を磨き、有意義な毎日を送っている元気いっばいの齋藤さんをご紹介します。

◎ぼけずに丈夫で長生きしたい

齋藤さんは、老人クラブ婦人部長を10年間務められ、現在も活躍中です。そのクラブの中でアンケートを行った結果、『ほげたくない』『体を丈夫にしたい』『長生きしたい』という意見が多く聞かれたそうです。そこでほげないようにするにはどうしたらいいかとみんなを考え、『自分のことは自

そのものでした。

◎頭と体をまめに使う

ペン習字を週2回・あけぼの会の舞踊を週1回・グラウンドゴルフを週2回、また老人クラブの文化祭では橋場地区のみんなで、楽しく合奏を行ったそうです。話をされている生き生きとした表情からは、とても81歳とは思えないエネルギーを感じました。頭と体を上手に使うことは健康の秘訣のようですね。

齋藤さんとの会話の中で、健康の秘訣とも言うべき言葉がたくさん出てきましたのでご紹介します。

- ・感謝の気持ちを持つ
- ・失敗しても気にしない
- ・間違っていたら素直に謝り言い訳しない、等

これからの人生の教訓になると思いませんか。

多くの子ども達と接し、時には母親的存在だったのでしょう。話をしているうちに、遠くにいる母親が恋しくなるような、厳しさの中にも優しさがある齋藤さんでした。これからも楽しい健康づくりの話を聞かせてください。

(看護師 栗田)