

## はぐくむ光のびる若芽

238

篠本一区 前田 啓子

我が家は、2人の息子、私達夫婦、私の両親、猫と大型犬の6人と2匹の家族です。

私達は、4年前に私の実家に越して来ました。

長男は小5、次男は小4の時でした。環境の違い、仲の良かった友達と離れ、新しい友達がすぐになんてできるか心配でした。でも、日吉の皆さんに温かく迎えられる、不安もすぐになくなり「生まれた時から、ここで育ったよだね。」と言われるほど、日吉にとけ込んでいきました。

中2の長男、善之介は本が好きで、人前で話をするのが苦手という、のんびり屋でしっかり者。勉強よりもテニスに力を入れて、朝から練習に励んでいます。今年は、生徒会本部役員となり、また新しい自分の力を発見しようとしています。

中1の次男、真之介は成長過程で大切にされる

反抗期。口を聞いても、あ言えばこう言うで、なかなかの口答え。でも、私もハツとする言葉が返ってきた、反省しなくてはと気づかせてくれます。頑固で意志が強く、ひょうきん者。卓球でも「負けたくない。」

と言つて、練習に励んでいます。夕食の時など、家族全員に笑い声をもたせられます。

核家族でスタートした私は、夢中で子育てをしてきました。ストレスで怒つてばかりというような気がする埼玉での生活。現在は、両親に助けをもらい、2人の良き理解者になつてくれています。主人も、息子達という時は、しっかりと話をし、試合の応援に行つたりしてくれています。書

## いつまでもやさしい心を忘れずに

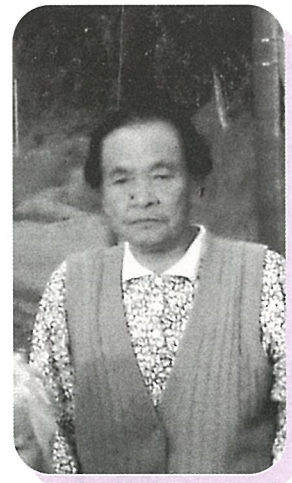


いつまでも、やさしい心を忘れずに、険しくなるだろう自分の道を、ゆつくりと歩いてほしいと思います。

の勉強をしている私も、

気持ちに余裕ができ、息子達との間に距離を置いて、口うるさく言わずに接するよになりました。難しい年頃になる2人は、少しずつ親離れをしてしまうので、これからの成長を応援しながら見守つてあげたいと思いま

## 今月の顔 シリーズ ⑦⑩



伊橋あささん (88歳)  
(篠本三区)

## 長寿の秘訣

篠本地区では、寒空にも負けず、元気なおじいちゃん・おばあちゃん達がゲートボールに集まります。「風邪はひかないかい?」「今日の調子はどうだい?」とお互いを気遣い支えあっています。今回はそのゲートボール仲間の一人伊橋さんをご紹介します。

しみになってきているそうです。お互いを気遣い、共に励ましあえる仲間はとも大切ですね。

## ◎ボケない工夫

伊橋さんは、ボケないためにと努力されていることが2つあります。1つは手芸です。古い着物や着なくなった洋服をリフォームし、巾着やアイムカパー等いろいろなものを作っています。「この生地で何ができるかな」と考えながら作るのがとても楽しいそうです。また、作ったものをゲートボール仲間や遊びに来た人にプレゼントしているそうです。手芸は手先を使う細かい作業ですが、伊橋さんはとても丁寧に手先をよくこなされます。

◎ゲートボールが元気の秘訣  
伊橋さんは、午後お天気の悪いとき以外は、ほぼ毎日ゲートボールに出かけゲームを楽しみます。ゲートボール場まで歩いて行き、1時間以上ゲートボールを楽しむことで、足腰の鍛錬になっていきます。

また、みんなで元気に集まり、笑いながらプレーできることが何よりの楽しみです。

ご自分で「ぼけないように」「元気でいられるように」と心がけ、日々の生活を送ることがなにより長寿の秘訣ではないでしょうか。

(保健師 山下)

