

はぐくむ光のびる若芽

(247)

木戸 伊橋由貴校

私の家は、2人の子供と私達夫婦の4人家族です。

長女の優実は小学校6年生。小さい頃から手がからず、何事もマイペースな所があります。その反面、妹のめんどうを積極的に見てくれますし、毎日の食器の後片づけをしてくれます。

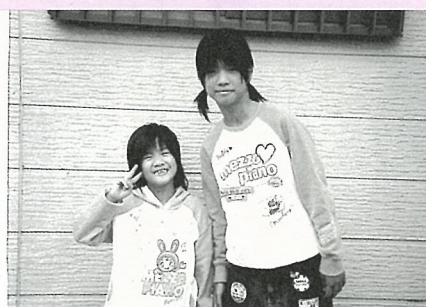
次女の優果は小学校1年生。長女と5才も離れてしまい、皆で甘やかしたりしたので、少々わがままな所があります。「ただいま」と元気な声で、学校から帰って来ると、毎日のように友達と遊び回っています。

私自身、まだまだ未熟な母親で、感情的に怒ってしまったりする事がありますが、子供達が素直に育っているのは、主人のおかげだと思っています。仕事

の都合でなかなか家族と接する事が少ない中で、子供達と一緒に過ごす時間を大切にしてくれる主人にとっても感謝しています。

近くに住んでいる主人の父母にも、いつも暖かく見守って頂き、とても

伸び伸びと大きく成長してほしい



心強いサポーターです。

最近、青少年の犯罪をめぐるあまりにも痛ましい事件のニュースを目にし、耳にする時代になってしまいました。同じ世代の子供をもつ親として、とても胸のしめつけられる思いでいっぱいです。

これから中学・高校と

難しい時期がやってきますが、どんな困難がきても、強い心で立ち向かってくれる事を願っています。

子供達には、共に助け合い、励まし合い、いたわり合う心を持っていてほしいと思います。

「人生は一冊の問題集

と言われているように、主人と共に子育ての問題を解きながら、一日また一日子供達と一緒に喜び合い、新しいものを見出し、

伸び伸びと大きく成長していく子供達を心から応援していこうと思っています。

また、そのために親として努力していく姿が、子供達への最高の贈り物になると信じています。

今月の顔 シリーズ 79



竹内千恵子さん(80歳)
(篠原)

長寿の秘訣

84歳のご主人と夫婦揃って今年も町の健康診査を受診された竹内さんは、今年、国民健康保険優良高齢者(3年間無受診)として表彰されました。その健康の秘訣について今回お伺いしました。

◎受けて安心健康診査

ここ3年間、医療機関に受診することなく、健康に過ごしている竹内さんは、毎年町の健康診査は欠かさず受け、結果も3年間異常ありませんでした。集落の仲間と毎月1回く2回お寺に集まり、半日心行くまで一緒にお茶を飲みながら過ごすことが、今は何よりの楽しみと話す竹内さん。

「みんなから医者にかかったことがなくていいねといわれるよ。」と話すお顔には、とても明るくて笑顔を絶やさぬ人柄がよく出ていました。昔は踊りもカラオケもやったというだけに、人を楽しませること、また自分も楽しむものをもっていたことが、人生を楽しくする秘訣と思いました。

◎みんなで楽しく働く

取材を進めるうちに、竹内さんの健康のキーワードは「楽しむ」ことではないかとだんだん感じはじめました。その中でも、「働く」ことについては、今でも農家の畑仕事や広いハウスの草取りの他、手先がよく動くため、ピーマンの袋詰めをお孫さんなど家族のみんなと話をしながら行うことが楽しみとなっているそう

◎「80歳 なのまだまだ役に立つ」

今年の敬老会で配られた祝長寿の手ぬぐいを壁に飾り、その言葉を指しながら、最後にある「気をながく心はまるく腹たえず、口つつしめば命ながかれ」ですと、私に諭してくれました。また、93歳と90歳の姉も健在で、会うのが楽しみですと話されていました。

お嫁さんが作った食事が美味しくよく食べられると話す竹内さん。来年も健診でお待ちしております。

(保健師 土屋)