

はぐくむ光のびる若芽

(255)

小田部 高嶋 京子

私の家族は、夫の祖母、母、今年中学生になった智美、小学六年生の和貴、私達夫婦の六人です。

子供達が小さい頃から私達は勤めていたので、子供達の面倒は祖母、母にほとんどまかせきりでしたから、育児ノイローゼもなくただただ時間に追われるまま過ごしてきました。

子供との関係が育児から子育てに変わった頃、親の思いと子供の気持ちは違うということに気づきました。私の思いを押しつけるだけでは子供には通じない、子供が自分で納得しなければなんの意味もない事なのだ。子供には子供の社会があり、その中で大人同様、嫌な事も楽しい事もあって毎日過ごしてる。大変ですよ。だから子供達と話をたくさんし

たいと思います。「うつとおしい」と思われても近くで子供達を見つめていたいんです。そして、ただ叱るのではなく、思いが伝わるように努力していきたいと思っています。

絆



近頃、子供達による犯罪をニュースなどでたくさん耳にしますが、とても心が痛みます。どうして人の痛みや悲しみを知る事ができなくなってしまったのでしょうか。私達の小さい頃には考えもしないくらい今の子供達は裕福ですが、その分大切な「思いやり」を失く

てしまっているようで不安です。物を失くせばすぐに新しく買い替えることができますが、「心」は買つことはできません。二人の子供達も友達の間でゆれ動いて迷ったり悩んだりしています。太きくなればなるほどそのゆれも激しくなるようです。しかし、親の私には「がんばれ」と背中を押してあげることしかできません。自分で意志を持つて強くなつてもらうしかないと思うからです。その中で一歩ずつ大人の階段をふみしめて上つていてほしいです。

子供も親も今の時代の流れにゆらされて時々自分を見失いそうにもなる時もありますが、どんなに迷つても子供達と一緒にがんばっていきたいと思います。親子の絆は、何があつても切れないもの。まっすぐに互いの心を見せ合い、子供達の良い道しるべになれたらと思います。

今月の顔 シリーズ ⑧

長寿の秘訣



関川 忠司さん(81歳)
(篠本二区)

5月に実施した大腸がん検診の時、81歳という年を感じさせない関川さんの顔をひと目見た瞬間『若さを保つ健康の秘訣が何かあるのでは?』と思い、早速訪問。長寿の秘訣を伺ってきました。

特製健康ジュース

自宅に伺い、ご夫婦の笑顔で迎えられた後、話始めるとすぐ、豆乳・バナナ・きな粉で作った特製の健康ジュースの話になりました。毎朝自分で作って、奥さんと2人で飲みます。関川さんのこだわりは、きな粉は黒ごま入りが良いそうです。とても体調がよいとの事でした。

第1の生きがい

【ソフトボールでの体力づくり】

「長寿の秘訣は、趣味・

生きがいをもって、一日一日を大切に生きることです。」と教えていただきました。また、「私の1番の生きがいはソフトボールです。週1回の練習がとても楽しみです。」と話されました。関川さんは光町にシニアソフトボールチームができた当初から参加され、ネーリングピックにも数回出場された程の腕の持ち主です。「打って、拾って、走ることはとても気持ちの良いものです。」と、笑顔で話され、健康づくりの大きな源になっていました。

第2の生きがい

【娘さんとの年1回の海外旅行】

カメラが趣味という関川さんは、娘さん2人と、年一回海外旅行に行くそうです。3月にはアメリカ西海岸に行ってきたと楽しそうに話されました。元気であれば行けないので、この旅行を目標に1年頑張るのだそうです。

「何か生きがい、あるいは目標をもって日々生活することが大切です。」と話されていました。

本当にそのとおりですね。生きがいのある方は目が輝

いています。みなさんの目は輝いていますか。

第3の生きがい

【50年書き綴られている日記】

「人には一日ごとに反省が必要です。書いてあれば過去のことを調べるのにも役立ちます。」と、毎日日記をつけているそうです。書く習慣も、大切な健康の秘訣ですね。

第4の生きがい

【将棋の羽生棋士との交流】

関川さんは将棋はやらないうえですが、将棋士の羽生さんの熱烈なファンだそう、家族ぐるみのお付き合いをされているそうです。「羽生さんが勝つた時は、うれしくてたまらない。これも生きがいです。」と話されていました。

12年間光町選挙管理委員会の委員を務められ、その功績もさることながら、『自分の健康は自分で作る』を、自然に身につけられている姿には大変感動しました。

関川さん、これからも健康には注意され、ソフトボールで気持ちのいい大きな場外ホームランをたくさん打ってくださいね。

(看護師 栗田)