

# はぐくむ光のびる若芽

(243)

白磯 向後 洋子

光町に嫁いで15年の月日が経ちました。自営業というまったく違う環境の中で最初はとまどいしましたが、多くの人達に助けられて、今日に至ります。3人の可愛い子供達にも恵まれました。

長女、は中学2年生。小学生の頃は、内向的で、みんなのする事を輪の外からじっと見ている様な子供でした。中学校に入学してからは、別人のようです。部活に勉強にと、積極的に取り組んでいる姿に驚くばかりです。大勢の友達もできています。難しい年頃に差しかかってきていますが、毎日元気に登校する娘の後姿を見送るながら成長しているんだなあとうれしく思います。

長男、匠は小学5年生。おあらかで優しい

子です。ちよつと忘れん坊なのが、気になります。が……。今は、光（ひかり）の力で「頼れるキーパー」めざして頑張っています。今年度より多くの方々の協力で中学校にサッカー同好会ができ、息子も今

## 『人とのつながりを大切に』



次男、篤は保育園の年中さん。歳が離れているせいか甘えん坊です。神経質な面もあるのですが、いつもおどけて家族に笑いの種をまいてくれます。

保育園・小学校・中学校と、子供達を通して多くの方々と出逢う事ができ、ありがたいと感じています。主人も仕事柄、いつも人とのつながりを大切にしています。人との関わりは、大変難しく面倒な時もありますが、楽しい事やうれしい事もたくさんあります。その中から多くの事を学んでほしいし、学んでいきたいと思っています。

から楽しみにしています。試合では、毎回、ハラハラ、ドキドキさせられながら、熱の入りすぎた応援をさせてもらっています。監督やコーチに迷惑をかけている様ですが、一生懸命ボールを追う子

## 今月の顔 シリーズ 75



鈴木千代さん (85歳)  
(宝米)

## 長寿の秘訣

田の緑が美しい5月、ポランティアさんたちが集落のお年寄りへ声をかけて始まった「あやめの会」に参加した85歳でお達者な鈴木さんに、今回お話を伺いました。

### ◎前向きに

嫁いで2年で夫が戦死し、子どもを抱えながら女手一つで苦労して自分の家を立て働き詰めの日々でしたが、「よくよしない。何でも働いていればできると思っていたから。」と明るく話す姿には、年齢を問わず日々を前向きに生きる力が力強く伝わり、年下の私の方がいきいきと生きているのであろうかと恥かしい想いがしました。

### ◎目・耳・足・口

歳をとつても衰えを感じさせない千代さんの元気さは、体で肝心な、目・耳・足、そして、口が何より達者だからと笑って話されていました。取材中も電話が入り、用人の受け答えや家族への伝言も難なくこなしていました。また、つい先

日は実家のある虫生まで竹

の子を取りに往復歩いていくなど、足は丈夫で、いつも足を上げて歩くせいか、つまづきもなく、足取りが軽いねと人からも言われるそうです。しかし、どんなに丈夫でも、歳をとつたら体は診てもらっていないといけないからと、東陽病院に月1回通院し、高血圧の治療を受けているおかげで、血圧も安定し、風邪もひいていません。また、今でも通院する際は、富下のバス停まで歩いていき、「歩く道中で知り合いにお茶を誘われたりすることが何より楽しみ」と話されています。

毎月1日の前には氏神様の掃除を行い、地区のお薬師様やお大師様にお花を添え、お参りすると気持ちがいよいよ清める昔からの習慣が備わっており、これが、人として自然の浄化につながっていると感じました。

いつも亡きご主人がそばで見守ってくれていると微笑む顔には、嫁いできた時と変わらない純なお姿が重ねて見えました。

(保健師 土屋)