

あしたば

発行所 平塚市平塚 3-9-24
 電話 32-2083
 (宮代明信会長宅)
 発行者 富士見地区社会福祉協議会
 編集人 支援事業部「あしたば」

この「あしたば」は、高齢で
 独居の方。在宅介護を要する方と
 その介護者。90歳以上の方に、
 隔月(奇数月)発行しています。



元気で平成 20 年を

銀杏の葉も日一日と黄金色になっていく今日この頃、皆様いかがお過ごしですか。

今夏は最高気温が 74 年ぶりに更新されるという猛暑でしたが、季節は正直なものです。

街には「年賀はがき印刷承ります」のポスターを見かける様になり、はがきの発売もまもなくです。先日訪ねたお宅で、ご主人がネズミの版画を一生懸命に作りながら、「毎年のことだけど、これが出来ない、後の事がなにも出来ないのね」と手を休めることなく笑っておられました。年末にならないと毎年手のつかない自分を反省しました。

明年春には富士見地区に桜ヶ丘公園が完成します。名前のように桜の木も数多く植えられるそうです。地区内に出来る公園でのお花見を楽しみにしたいですね。年末を迎えます。健康に留意し、新年を迎えましょう。

富士見社協会長 宮代明信

みのり会給食会

- ・ 11 月 7 日 (水) 午前 11 時 30 分～午後 3 時 富士見公民館 1 階和室
- ・ 12 月 5 日 (水) 午前 11 時 30 分～午後 3 時 富士見公民館 1 階和室

茶話会

- ・ 12 月 19 日 (水) 午後 2 時～ 富士見公民館

☆ 杜松子パーティー

12 月 2 日 (日) 午前 9 時 30 分～11 時 30 分 富士見公民館 ご来場お待ちしています。



同姓同名



同じ姓や同じ名前の人のことか。中学時代、数学と理科の先生に「長女が誕生して「君の名前をもらったよ。字は違うけど」とおっしゃって、「朋子」さん「知子」さんだったことを思い出します。

先日、新聞の本の広告欄に、「1日5分!『自分の磨き方』松尾友子」とあって、びっくり。全くの同姓同名。私が出版したような気分になり早速、本を購入。「たった5分で人生が変わるちよつとした心がけ」をイラストで説明している。著者は、マナーインストラクター。会社の研修や講演活動、著作でご活躍らしい。NHK連続テレビ小説「ち

りとてちゃん」は、ヒロインと同姓同名の子がクラスにいて、A子、B子と区別される。頭が良くかわいい方がA子。それに対してヒロインのB子は、A子の影になり、その切なさ、やるせなさは、小学校時代から続き、ドラマが展開している。同姓でも同名でも見たり聞いた時、妙な気がするものです。

遙かな尾瀬



照井 誠

三十年ぶりに尾瀬に行きました。八月に「尾瀬国立公園」となって今後は世界遺産への登録を目指して色々な準備活動が繰り広げられています。その一つに富士山でも話題になったゴミの問題がある。尾瀬は昔からポイ捨ては、ご

法度と、暗黙の固い約束事があり、長年守られてきている。目につく所には全くゴミが見当たらない。しかし、至仏山に登山中、数人のクリンボランティアの方々が岩や樹木の下に隠すように捨てられているゴミを探していた。見つける度に「捨てる人の気持ちからなない。情けない」と嘆いていたが、持っているビニール袋がいっぱいになっているのを見て私も閉口した。尾瀬の自然は実に豊かです。四季折々の顔を見せ感動を与えてくれる。色々な草花にも出会えます。時にはツキノワグマとバッタリという事も。自然を大切にすることが多くある事は喜ばしいことです。その心掛けを忘れないで尾瀬トレッキングを楽しんでほしいですね。



介護中の自分の人生を



市高齡福祉課 田辺道代

10月5日(金)に福祉会館の家庭介護教室に出席しました。講師のひとりには、自分の祖父母と両親、義母の五人の介護経験をもつ介護者の方でした。介護中の忙しい生活の中で、どうしても見たい映画があったとき、皆さんだったらどうしますか？講師の方は、お子さんに留守番を頼んで、半分ずつ2回に分けて見に行ったそうです。介護をしなからでも、同時進行で自分を喜ばす要素を取り入れてほしい。介護中でも自分の人生の主人公は自分。介護で死んで死んで残らないという話が心に残りました。

その一方で、自分の家族はもちろんのこと、親戚にも(金銭面も含め)どんどん協力を要請したそうです。介護者の皆さんは、自分にご褒美をしていますか？

長生きの秘訣



二宮やよい

近頃立て続けに三度地震がありましたよ。地震・雷・火事・親父と言われるように、私にとって怖い物の筆頭がこの地震。震度2位でも、ふとんから飛び起きてしまう。十月一日の事、一日所長を体験するとかで桜ヶ丘ヶアセンターへ出むきました。未明にグラリと揺れて、すぐテレビのスイッチを入れたら、なんと震源地が

神奈川西部と出た。いよいよ大きいのが来たのかと心配で、一時間以上テレビの画面を追っていた。少し寝不足だったので、次々といらつしやるニコニコ顔に、眠気もふつとびました。皆さんの深刺とじていて明るくお元気！九十代の方がたくさんおられて、お若い時から多趣味で好奇心旺盛！そして、共通して未明の地震を全く知らないのです。「ぐっすり眠っていて気がつきませんよ。」と、あっさり言われ、恐れいりました。これこそ長生きの秘訣！と思いました。ちなみに私の母も、地震に気づかずに、ぐっすりだったとか。やれやれ、ビクビクしているのは私だけのようなのです。

災害救助犬



片山美智子

最近、地震の被災地などで瓦礫の下に閉じ込められた人を探す災害救助犬の活躍を目にするようになった。平塚にも災害救助犬の組織があり、そのデモンストレーションがあるというので見に行つた。

シェパードやラブラドルなどを四頭の犬が車の中や瓦礫の中にいる人を探している。デモンストレーションでは、あつという間に見つけてしまったが、実際では、瓦礫で犬がけがをしたり、犬の嫌いな高くて不安定な場所にも怖がらずに行かなければならないだろう。でも、犬たちは、嬉々として指示に従う。すでに彼らは、

各地で何人も救助した実績があるという。この災害救助犬は、一般家庭で飼われていて、その飼い主のボランティアで訓練され、出勤費もすべて飼い主の自費であることに驚いた。今や、自衛隊や消防のパートナーとなつているので、国や自治体が動いて、育てていかなければならぬい事業だと思う。我が家に帰って、ひたすら倦眠を食っている愛犬を見て同じ犬？と思つた。

秋を楽しんでみませんか



上野静子

秋といえば、味覚の秋、食欲の秋、実りの秋。秋と食べ物切っても切れない美味

しい関係があるようです。が、食欲を少し忘れて秋の夜を楽しんでみませんか。「十月二十七日から十一月九日は、読書習慣です」。テレビゲームに接する時間が多くなり過ぎた現在の生活ですが、たまにはスイッチをオフにして、ほんの少しだけでも自分だけの時間を作って、好きな本を手にしてみてもいい。興味のある本ならあつという間に時間が過ぎてしまします。傍らにコヒーを置いて月をながめながら、素敵なひとときです。ね。小さい子どもがいる家庭なら寝る前に読んで聞かせてあげるのもいいですね。子どもはみんなお話大好きですから。大人になっても忘れられない大切な思い出になるのではないのでしょうか。