

看護師人生55年、退職直後に入居。

ここでは何かを始めることができる

伊豆高原〈ゆうゆうの里〉

中山美智子様（76歳）平成29年12月入居 入居時一人入居

母の背中を見て育ちました

母は助産婦でした。赤ちゃんはいつ生まれるかわかりません。呼ばれると早朝でも深夜でも妊婦さんのもとへ駆けつけていました。そんな状況で私たちきょうだいは人を育てているのですから、「母はすごい！」と子供心に尊敬してました。そんな母から教わったことは「これからの時代は手に職を

つけないさい。何か資格を取りなさい」ということ。姉や兄はそれぞれ、薬剤師や教師になって行きました。私は看護師の道を選びました。母のような365日、24時間体制の助産婦さんは避けたかったのかなと思います。

看護学校を卒業し、総合病院に勤務して外科病棟も内科病棟も経験させてもらいました。病院にはテニスコートがあつて、先生も看護師も事務職員も一緒に大会に向けて練習しました。ワイワイと楽しかった。そういう楽しみがあつて仕事も頑張れました。病院を退職した後、61歳からの特別養護老人ホームの勤務を含め看護師人生は55年となりました。

特養で働いて考えた自身の老後

特養で看護師として要介護の方々のお世話をする事になって、初めて老いの現実に気づきました。「自分一人では移動も、食事も、トイレも、お風呂もできなくなるん

だ」と。入居してから家族がなかなか会いに来てくれない方も多かった。そういう姿を見て、私は「ちょっと寂しいな。そういう老後は嫌だな」と、自分の老後を重ねました。折しも私の誕生日7月、伊豆高原〈ゆうゆうの里〉の広告が目に入り、そこは前に訪問した記憶が蘇りました。20年以上も前のことです。病院でお世話になった食堂の栄養士の方から、伊豆高原へゆうゆうの里へ入居したとのお手紙をもらい、看護師仲間と会いに行つたのです。その時目にしたホームは、森の緑に囲まれたコテージのようでした。もちろん一番大切なことは最後までこのホームに居られるか、最後までケアは安心できるかということ。確認に確認を重ねて、きょうだいからも背中を押してもらつて、決めることができました。

私もスポーツ吹き矢サークルを立ち上げたい

まだ現役の時にスポーツ吹き矢の存在を知り、地元のクラブで続けてきました。その魅力は歳をとつても長く続けられること。健康に良いこともありませんが、私は何よりも純粹に楽しめるのが好きでした。入居に際しては、スポーツ吹き矢を継続できるか否かは最大の

関心事。そこで職員に相談すると、伊東市内にあるサークルの一日体験に連れて行つてくださいました。

おかげで「ここなら入居後も続けられる」と確信が持てました。更に、京都へゆうゆうの里へでは、入居者の方が自らスポーツ吹き矢サークルを立ち上げて活動していると聞き、私も伊豆高原で立ち上げたいなと職員に相談したのです。そこから全てが始まりました。職員の協力のもと体験会を開くうちに、興味を持った入居者が次第に集まってきました。15名集まったところで正式にサークルが発足することに。指導員は伊東市内のサークルで出会った川田さん。入居者の栗本さんには広報担当をお引き受けいただきました。さまざま協力があつて実現したことに感謝しています。何よりも嬉しいことは、みんなが楽しいと言ってくださることです。



スポーツ吹き矢サークルのお仲間と一緒に（前列左から指導員の川田さん、中山さん、広報担当の栗本さん）

