

## 入居者インタビュー

「入居三年目！新しい気づきを求めて」  
～ お仲間とのお付き合いを楽しむ毎日 ～

### 仕事の責任から解放されて

現役時代は仕事のことで毎日が張りつめていました。自宅と職場を行き来する毎日。時には、一日の段取りなどを考え夜も眠れない日もありました。定年になったら、張りつめた生活から解放されたいと思っていました。

定年後は、そのまま東京にいて、美術館巡りやデパートでショッピング、夜は水泳に通い、解放感を楽しんでいました。色々な教室に通い、教室の仲間とのお付き合いも楽しみました。習いたいと思っていた洋裁も始めました。その時に出会ったのが、洋裁教室の講師である小川方子さんでした。

### 東京の暮らしに決着をつけるまで

その小川さんが老後の事を考え、伊豆高原ゆうゆうの里に入居を決めました。私も老後の事を考えていて小川さんに相談。小川さんからは「私はここへ決めただけ、あなたはあなたの目で確かめて決めなさい」と言われました。敬愛する小川さんが決めた伊豆高原とはどんなところか見てみたいと思いました。

見学に行った時にちょうど文化祭をやっていて、入居者の多才な作品に驚きました。東京のマンションにいたら知り合うことの無いような人生経験豊富な方々に出会い、大変に魅かれました。

さて東京の暮らしにいかに決着をつけるかです。東京は確かに便利で、ショッピングも楽しめます。しかし、このまま東京にいたら格好よく過ごせるのかな、活き活きと最後まで過ごせる場はあるのかなとも思いました。まだ元気！もうちょっと東京にいたいという気持ちもありましたが、それがいつまでできるのかなと悩みました。でも悩んでいても始まらない。それなら生活を変えて、伊豆高原に住む魅力的な同世代の方々と一緒に過ごした方が楽しいのではないかと考え入居を決断しました。もちろん、緑豊かな環境、コテージ風の建物にも魅かれましたが。

### 今の楽しみ、これからしたいこと

好きなことを続けていくのが健康維持だと思っています。アスレチックジム、太極拳、グランドゴルフ。グランドゴルフは男女で楽しめます。成績を気にせず、お話ししながら廻るから楽しい。夢中になって気が付いたら4コースも周っていて帰りはフラフラになったこともあります。そして習字、パッチワーク等のサークル活動。同好の方との会話は楽しく時間が過ぎるのを忘れず。

歌ひとつにしても同世代の人が集まって、懐かしい歌が流れれば「あ～！あの頃はこんなだったわね～！」と会話が弾みます。元気な秘訣はなんといっても人とのコミュニケーションだと思います。

ここに入居して本当に良かったと思っています。

ここに来て3年目。今年度から運営連絡委員となり、入居者代表として施設運営に対する意見交換の場に参加します。意見が言えるように、入居者のこと、職員の働きやすい環境について学びたいと思います。



「毎日忙しいわ」辻井様