

子どものころから人生を見失わないように努力をしてきました。 私の一生懸命が、今報われていると実感しています

神戸（ゆうゆうの里） 中井好子様（80歳） 平成31年4月 一人入居

母の頑張る姿を見て 芽生えた自立心

兄二人の末っ子でした。父は戦地に行ったまま亡くなったので会ったことはありません。歳が離れた兄が父みたいな存在でした。母は子供3人を育てるため、家業の百姓一筋。そういう母の頑張る姿を見ながら育ちました。外でよく遊び、よく笑う子供でした。いつのまにか「ケラ子ちゃん」というあだ名がつくくらい。仲よしの友達が炊事を手伝っている子で、その子にご飯の炊き方を習いました。

主人は体が弱かったので「いつかは自分が家族を支えなければ」と覚悟をしていました。 そして40歳で就職

主人は体が弱いのお酒が好きでした。社交的な人で、職場の付き合い合いで帰宅はいつも22時過ぎ。日曜日でもテニス三昧と、本当に家庭を顧みない人でしたが、逆に私の事や子供の事に干渉しないので、居心地の良い夫でした。
飲みすぎが原因で胃腸を壊し入

院を繰り返していた時期がありました。30代の頃です。もし主人が先に逝ってしまったら、私が二人の子供を育てていかなければいけないと、簿記やそろばんの資格をとりました。そして40歳で就職が叶い、段々責任もある仕事を任せられるようになりました。忙しい時やトラブルがあると22時、23時なんて当たり前でした。コンピューターの時代になると、一から主人に教えてもらって勉強して、自宅でもパソコンを使って仕事するようになりました。大変だったのは、職場で目いっぱい働いてきたのに家に帰れば主婦業が待っているでしょ。しんどかったわ。でも、何があっても辞めずに、定年まで仕事を続けて本当によかったと思います。

主人の介護をしながら、 考えた自分の老後

主人は結局67歳まで勤めてくれました。45歳位で脊柱管狭窄症を発症し、手術を繰り返すたびに後遺症が残り、やがて車椅子生活になりました。それから約10年要介護の生活となりました。家の中で



ブラウスは、小千谷の着物をリメイクしています

は自分の事は自分でしてくれましたので、私は最後まで自宅で主人を見る事ができました。この介護体験から「もし私が要介護になったとしても、子供たちの生活を脅かすことだけは絶対しない」と決めました。

主人を見送ってから、本格的な検討を始めました。ジムトレーニング体験をしたり、朝早くに起きてどこから太陽が昇るかを確認して、各棟の陽当たりを見て回ったり、体験入居で里の生活を試しました。周囲の自然が気に入って、初めて来たときの紅葉が今も目に焼き付いています。

入居前より足が丈夫になり、 毎日が充実しています

5時半に起きて、6時ごろから



羽が落ちてくるタイミングがわかるようになってきました

朝の散歩を約30〜40分。歩数にして3〜4千歩歩いています。朝食後、8時半からラジオ体操に参加洗濯したり、新聞読んだり、買い物へ行ったり、趣味の洋裁をしたりしています。夕方涼しくなった頃に、また前の住宅街を散歩しています。日々の積み重ねつつございますね。この間、入居者に「ひよどり森林公園へ一緒に行きませんか？」と誘われて、てっきりバスで行くと思ったら約5時間のハイキングでした。

これまで続けてきた洋裁・編み物に加えて、バドミントンが新たな楽しみに加わりました。サークルで初めての経験ですが、羽が落ちてくるタイミングがわかるようになってきたの。

入居後二回めまいを起こした時は職員が車いすですで診療所に連れて行ってくれました。本当にありがたかったです。ここに来て不安がなくなりました。今は無理をせずできる範囲の楽しみを続けたい。