

入居してから見違えるほど元気になり、 以前の知り合いはびっくりにしています

京都(ゆうゆうの里) 竹林敦子様(82歳)

令和2年11月 一人入居

優しかった父が教えてくれたこと

子供は親に従って当然、女性はこうあるべきという時代にあつて、父からは「言いたいことを言いなさい。男女関係なく自分の好きなように生きなさい」と教わりました。父はいつも私の話を最後まで聞いてくれました。優しい父でした。私の考え方は父の影響を大きく受けていると思います。



こんなにラリーができるようになりました！

金融機関に就職すると、男女関係なく仕事をしたいと思いましたが、事務作業が帳簿から機械化される時代で、その移行作業を懸命にやり切りま

えば相手はどんな気持ちになるかと考えさせられました。その経験は今の自分に生きています。

厳しい義母でしたが、陰では褒めてくれていました

主人は父の教え子で、学生時代には私の家によく遊びに来ていました。10年程して再会し交際が始まると主人は毎日のように、私の仕事が終わるまで会社の通用口で待つていてくれました。「なんて優しい人なの」と、この人となら幸せになれると思いました。

結婚後は主人の両親と同居すること。決まりを重んじる格式の高い家で、厳しい義母には毎日叱られてばかりで、自分のやりたいように生きてきた私にとっては本当に辛かったです。両親にも相談しましたが、逆に励まされ腹をくくりました。褒めてくれることは滅多にない義母ですが、親族との集まりで「嫁はよくやってくれている」と話していたと又聞きしてから、うまく合わせられるようになりしました。

主人は亭主閑白、仕事一筋の人



お茶室でくつろぐ竹林様

で、家庭のことは一切私任せでした。子供の自主性を重んじる考えは一緒に、子育てで採めたことはありません。主人は厳しい反面、私の両親が要介護になった時には手伝ってくれる、やはり優しい人でした。

一人になった不安と思いがけない要支援認定

主人が定年になり、親の介護、子育ても終わり、これからは二人の人生を楽しみたいと、クルマで日本一周したり、海外旅行をしたりして過ごしました。好きなドライブがしんどくなると、温泉やスポーツジムが近くにあるマンションに引っ越し、フラダンス、卓球、プールで汗を流し温泉に入って帰る日々を過ごしていました。

ところが、主人が心臓発作で急死したのです。突然のことに、何もできなくなるほど落ち込みました。立ち直っても、これからの人生が不安になり、その気持ちを紛

らわすために、フラダンスの練習に打ち込みました。何と今度は練習のし過ぎが仇となり、両膝関節の半月板を損傷してしまったのです。痛みで炊事もできなくなり、要支援2と認定されました。週二回デイサービスに通いリハビリを受けられることになり、今まで漠然とした不安が現実になり、将来の不安はますます募りました。

今では卓球のラリー回数が目標を達成

リハビリ開始一年後、歩行器も松葉杖も不要になった時、出会ったのが(ゆうゆうの里)でした。馴染みのある関西が自分に合っていると京都に決め、仏壇を安置し、親しい友人が泊まって心置きなくおしゃべりできるように広いお部屋を選びました。

入居後一ヶ月もすると、里のジムのトレーニング指導や、整形外科の先生に教えてもらった体操を続けたことが功を奏して、膝の不安も全くなくなりました。卓球やフラダンスも無理のない程度に頑張っています。サークルの方々は膝に負担のない練習ができるよう助けて下さり、卓球のラリー回数が目標を達成するとお祝いまでして下さいました。親しい友人もでき里の中の自然を観察しながらお話するのも日課です。以前の知り合いが元気になった私を見てびっくりにしています。