

京都〈ゆうゆうの里〉入居者インタビュー

夢に向かって

自分らしく暮らしたい！

安田 堯 様 (85歳)



里で元気に暮らされている、入居7年8か月目の安田様にお話を伺いました。

職員さんの笑顔で決めました

妻を早くに亡くし、一人暮らしをしていました。22年間過ごした彦根で退職後、胃がんで入院したのをきっかけに老人ホームの見学を始めました。最後に訪れたのが京都〈ゆうゆうの里〉でした。ここは、簡素だけど入居者本位に作られている。きれいに掃除が行き届いていて自然環境もいい。なにより、職員さんが笑顔で挨拶してくれるところに好印象を持ちました。暖かく明るい雰囲気が入り、早速体験入居を申し込みました。ここでの生活を想定して1回目は2泊し、2回目は1週間泊ま

りました。近隣の施設を見たり、歩いたり、近くにある山城運動公園内のテニスクールにも参加しました。ここなら自分らしく暮らせると思い入居を決めました。



アスレチックジムの職員さんと

目標を持ってトレーニング

昔から山登りが好きで、いろいろな山に登っていました。今最大の楽しみは、憧れの地を目指して

の山登りです。そこは、新潟県と福島県の県境の山深く、湧水を湛えた山上の小さな池です。訪れる人もなく、静かにそこに眠っています。「どんなところか見に行こう」を自分の目標にしました。目標があるので、毎日のトレーニングは欠かせません。20キロのリュックを担いで歩いたり、アスレチックジムで筋力トレーニングをしています。夢が達成した暁には、同行する勤務時代の山仲間と盛大に祝いたいと思っています。



トレーニング中!

自分らしく自由に!

趣味のテニスも続けており、地域のテニスクールで週1回汗を流しています。外部のサークルで若い人たちに交じってテニスをしている、いろいろな話が聞けて若

返るような気がします。先日はスクール交流会で優勝しました。



楽しくテニスを続けています

食事は、ほとんど自炊ですが、里の献立表を見て好物のときは食堂で食べています。一坪農園で野菜作りもしており、今年の夏はきゅうりが1株で二百本も採れ、食べ切れなくてお裾分けしました。何よりも、里は自由に生活ができ、介護になっても安心して暮らし続けられるのがいいですね。



自分のペースで生活を楽しまれている安田様、素晴らしい夢がかなえられることをお祈りしております。