

## マイペースで暮らせる幸せを感じています。



今回お話を伺った  
山本 裕子さん

今回は入居されて8年目の山本裕子様  
(76歳)にお話を伺いました。

### 小学校の先生になったのは子供が好きだから

子供の頃は引っ込み思案な子でした。弟ができてからだんだん親にくっつかないようになりましたが、厳格な父が勝手に女学校への進学を決めた時も黙って従うという子でした。でも卒業後の進路は自分で決めたかったんです。教師を目指し学芸大学(教育大学)へ進みました。教師を選んだのは、「子供が大好きで一緒にいると楽しいなあ」、「子供の作文を読んだら楽しいなあ」と思ったからです。しかし実際は大変でした。小学校は全教科を教えないといけないので教材を作るのも大変。給食費の管理などの雑務も多く、毎日が残業の日々でした。その頃はプライベートな時間に趣味を楽しむといった余裕はほとんどありませんでした。でも子供が好きだったから定年まで頑張れたと思います。

### 自立のうちに入居を決めたい

定年を迎えてからの暮らしを楽しみにしていましたが、その直前に母が転倒し少しずつ介護が必要になりました。同時に叔母も介護が必要になり、私自身元引受人になり施設に入居しました。二人を同時に看るのは大変でした。その時、自分が要介護になった時は、兄弟などを当てにするのは無理だなあと感じたんです。自分の将来を早期に決めたいと思うきっかけとなったのは、体調を崩し、急遽入院になってしまった時のことです。まわりの人に本当に迷惑をかけてしまい、早く将来のことを決めないといけないと思ったんです。丁度その頃「友達を作ろう」というプロジェクトを新聞で見つけました。自分達の手でコミュニティを立ち上げ、元気な人同志で支えあって暮すというものです。少し魅力を感じましたが、のんびりと自分のペースで暮らしたいと思っていたので合わないと思いませんでした。それからセミナーなどに参加して、それができるのは自立の施設だと思っただんです。今の暮らしは、元気な時に自分で選んで、安心のもと自分に合った暮らしができます。私は一人でいたときはお部屋で好きな時間を楽しみ、話したいなと思ったら、お部屋から出てお友達とおしゃべりしたりしています。

### おしゃべりも旅行もずっと続けたい



友人との旅の思い出

教師時代とても忙しく趣味を楽しむ余裕がなかった頃でも、夏休みなどには必ず友人と旅行へ行きました。旅の目的は友人とおしゃべりです。日頃のうっぷんを晴らすの。だから一人旅はしない。素晴らしい景色を見た感動を共にしたいなと思うから。また、忘年旅行として毎年決まって信貴山温泉に行っています。温泉もいいけど思い切りおしゃべりしてきます。友人との旅行はこれからもずっと続けたいと思っています。

里に入居してからは、ジムトレーニング・コーラス・詩吟・麻雀などを始めました。特に麻雀はおしゃべりしながら打つんです。なかなか上手くはならないのよ。おしゃべりばかりだからね。

今は先の心配がないからかな。楽しみを見つけて、今していることはいつまでも元気で続けて行きたいと思っています。毎日忙しいんですが、ぼーっとしたい時はぼーっとしています。これからも自分のペースを守りながら暮らして行きたいと思っています。

明るくお話しされる山本さんは、ずっと笑顔で華やかでした。