

泉大津 包括だより

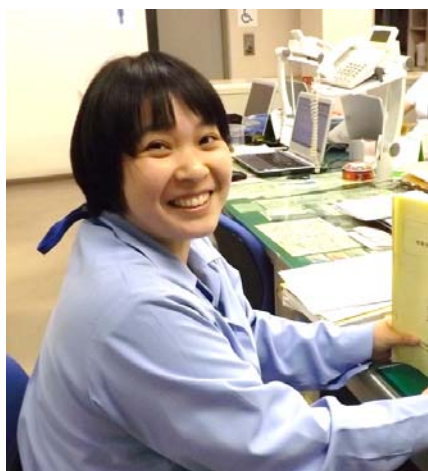
発行所・問い合わせ
泉大津地域包括支援センター
(TEL)0725-21-0294
〒595-0026
泉大津市東雲町 9-54

今年フレッシュさん!

今年 4 月、社会福祉士の^{かなやまひでお}金山英夫と、保健師の^{おかだ}岡田いづみの 2 名が
地域包括支援センターに配属されました。

4 月 1 日より、地域包括支援センターに配属となりました金山英夫です。泉大津市には友人も多く、穴師
プールでアルバイトをしていたこともあり、今回、
泉大津で働けることを大変うれしく思っています。

社会福祉士として高齢者の方の相談にのり、安心して
暮らしていけるようお手伝いをさせていただきます
ので、今後ともよろしくお願いたします。



この 4 月に地域包括支援センターに配属されました
岡田いづみと申します。休日には古池公園や池上曽根
史跡公園で犬と散歩しております。もしかしたらお会
いするかもしれませんね!

高齢者のみなさんが住み慣れた泉大津市で安心して
暮らせるようサポートさせていただきます。また、
みなさんから教えていただくこともあると思います。
どうぞよろしくお願いいたします。

地域のみなさん、よろしくお願いたします!

※ 今回は松之浜町にお住まいの90歳の男性に貴重なお話をお聞きしました。本人様のご希望により匿名でのご紹介となります。ご了承ください。



松之浜町
匿名希望さん
(90歳 男性)

紀州加太にて
ご本人撮影



Q. 今の楽しみは？

A. 演歌や歌謡曲などのCDやDVDを昔から聞くのが好きです。あと、将棋を毎週土曜日に、七人の同好会の仲間と楽しみます。昔は負けたら悔しかったけど、年を重ねてきたので、そういう域はもう超えました。音楽を聞いたり、将棋をしたりして心身ともに健全で毎日を通るのを楽しみます。

Q. 一番よかった頃は？

A. 娘が小中学生の頃に黒部ダムへ行きました。その十年後には、北海道へ行きました。バスの中で他の人と多少は話しますよ。南は鹿児島県へ二人で(奥様と)行きました。印象に残っているのは砂風呂の指宿温泉ですね。一年に一回のペースでツアーに行っていたので数にすると何十回という数になりますね。

Q. 健康の秘訣は何ですか？

A. 旅行とかではなく、こまめに体を動かすことです。こまめというのは邪魔くさがらずにすることです。例えば、床に物を落としたときに「今度なにかのついでで拾おう」というのはこまめではありません。能動的に動くこと、受動的でないということです。また、行動するときにあわてないようにしています。あわてるから、床に落ちていけるものに躓いたりするのです。

また、思っているだけではだめです。本を読んでも、その知識を生かさないという意味がありません。実行するための勇氣を持つことです。

Q. これまでの生活を振り返って思うことは？

A. 二十一歳の時に兵隊から戻ってきた時、焼け野原で食べていけない状況でした。親父と私の給料の大部分を使って六人の生活をしていました。戦後何にもない状況から働いて物を作ってきたんです。三十歳で結婚しましたが、家が病気になるってしまい新たな苦勞が始まってしまっただけです。小さい時の苦勞、兵隊の苦勞、兵隊から帰ってきてからの苦勞、結婚後の苦勞……。人間だれしも苦しみ・喜びがあります。でも、喜びから苦しみを差し引いた時に苦しみが多くなっている場合は、積もった苦しみの分、喜びや楽しみとなってかえってきてほしいです。

編集後記

健康の秘訣のこまめに動くことの大切さは、いくつになっても変わりませんね。どうしても後回しにしがちな方もいらっしゃるかと思いますが、こまめに動いて頭も身体も健康にすごしましょう。

追伸 90歳以上でインタビューを受けてくださる方を募集中！ ぜひご協力ください。