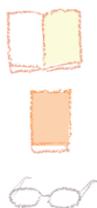


自分と 生きる

多くの高齢者は、人の世話にならず自立して生活することを望んでいます。自分の思うようにならないのが常です。在宅・施設という枠を超えて、人ほどのように人生の最終章を生きているのかをシリーズでご紹介いたします。

デイサービスは私の学校！



デイサービス100歳第一号！
お誕生会が盛大に行われた

町田市 樋渡つや子さん(100歳)
要介護1 変形性膝関節症

昨年11月で100歳を迎えた樋渡つや子さんを町田市の自宅に訪ねた。ベッドに腰掛け、にこやかに迎えてくれたが、背筋もシャンとしていてとてもその年齢を感じさせない。「私の学校！」である



カメラを向けると「写真に心が写る。きれいに撮ろうと思わないで自然のままにいる事が一番！」

デイサービスには、現在も週に3回通っている。本を借りては1〜2週間で読破し、積極的にオセロも教われば数読もやる。デイサービスの模範生だ。このエネルギーはどこから？

「くよくよ悩まず前向きに、いつだってその時に楽しい事があるはず。」と穏やかな笑顔が何ともチャーミングだ。

家では手すりにつかまりながらの歩行だが、ベッドでの起き上がりも手拭いを使って工夫してみたり、下着の洗濯も自身で行うなど、「できる事は人に頼らず自分で」が信条。「何でも自分でしたいという母の気持ちをお大事にします。だから unnecessary 事は一切しないで、時間

がかかっても見守っていただきます」と同居のご長男敏彦さん。



デイサービスでのひとこま

歳を重ねることに出来ない事が増え、つや子さんのあふれる好奇心を満たすには体がついて行かなくなっている現実も見て取れるが、そこを嘆かず新たな楽しみや感謝で心を満たしているご様子。それが結果として家族関係にも周りの人からも

係にも周りの人からも還ってきているのだと思う。

若い人たちに伝えたいことは？と聞くと、「そんなものはありません」とあっさり。「人は十人十色。その人その人の判断があるでしょ？でもいつも感謝の思いでいます。そうすれば心が伝わるから。そして自然体でいることね。」
お別れの際、「今度生まれ変わったらこんな仕事(この取材!)がしたいわ！」と。まさにつや子さんの好奇心旺盛ぶりを見た思いだった。