

CHIKATU 宅急便 July 第31号

社会福祉法人 M ネット東遠 地域活動支援センターM ネットかがわ

掛川市久保 2-18-19 フラワーB101 ☎ ・ Fax : 0537 (29) 8970

5. 13 座談会報告

私たちの生活は不安がいっぱい。これからの人生会議



真司: 現在、両親がいるので仕事を続けられています。将来心配なことは自分が家事等の家のことが一切できないので、親がいなくなったらどうなるんだろうということです。**舞子:** 私もそうそう。**司会:** 兄弟は助けられませんか。**真司:** 弟が隣に住んでいますが、私はあまり迷惑をかけたくないんです。**杏子:** 私もお母さんと二人暮らしですが、今はお母さんが助けてくれますがいなくなったら不安です。**舞子:** 私も心配だったんですが、相談員に相談したら、「どうにかなるもんだよ」ですって。(爆笑)

いろいろな制度・支援を使えばどうにかなるんですって。**司会:** 何とかなるそうですよ。**真司:** それは何とかなるのかもしれないけれど、今のうちに出来ることを増やしておかないといけないね。だけれど、仕事をしているので休みの日はただただ過ぎてしまいますよ。**司会:** 仕事をしていれば疲れますよね。**真司:** 休日、家に居るといけないですよ。1人で悶々と考えてしまい、悪いことしか考えられない。**司会:** 真理子さんは老後の心配ですよ。(爆笑) **真理子:** そうなんです。どうなっちゃうんだろう。**明美:** 私は夫と子供の3人暮らしですが、子供に障害があるので子供の将来が心配です。私も障害があるのでとても不安です。**杏子:** 私の友達は生活保護ですが、食事を作りが大変なのでヘルパーを頼んでいます。**司会:** できないことは、素直に人に頼む。人に頼る生き方ですね。**真司:** 兄弟には迷惑をかけたくないから、両親がいなくなったら「人の助けを借りる生き方」を受け入れるしかない。グループホームも考えています。**舞子:** 私も考えています。**真司:** グループホームはなぜ良いかと言えば近所の付き合いがないのがいいです。病気を抱えて、近所の目を気にしながら生活するのは辛いです。**真理子:** 私も集会で「あなたの来るところではないですよ。」と言われてショックでした。近所の人にそういう目で見られていることがわかり、辛くて泣いてしまいました。この悔しさを励みに生きています。**明美:** 私は近くに友達がいないので、悩みを相談したいときもその悩みを自分の中に閉じ込めてしまうしかなくて。**杏子:** 私の友人は旦那さんが障害を持っていて、そのせいかな何でも相談できるので助かります。



司会: 相談できる人もいないところで、生活していくことは大変ですね。親の老後どうしようか。**杏子:** 母と2人暮らしなので、母が亡くなる前は母親の面倒をみなければならない。**舞子:** 私の親は「子供には迷惑をかけたくない」と言いますね。**杏子:** 親には施設に入ってもらい、自分は仕事を続けて、空いた時間には極力面会に行きたいです。それなら自分の人生も大切にできますね。**司会:** 現在の不安の中で将来も考えていかなければならないのですが、自分の将来をどうしましょう。**明美:** 私は子供の成長を見守ってきたいです。不安ですが。**真理子:** 今の状態を維持できればいいかな。自分を大切に再発しないでいきたい





です。真司:不安がいっぱいですが、どこかで開き直ればいいのか。舞子:良いときと悪いときがあって、その波を小さくしてなって、平凡に生活出来ればいいな。人の助けを借りながらも生きていけたらいいな。「どんな生き方でも、生きていることが大優先です。」と今考えられるようになりました。杏子:友達に電話で話をしたりするんですが、その時間が楽しいんです。そんな時間を過ごすと、不安がいっぱいだけど、何とかできそうな気になります。「人生悪いことばかりじゃあないよな。」と思います。司会:楽しみがたとへ小さくても、あると違いますね。真理子:私から若い人たちに贈る言葉は、自分を大切に、楽しみを作って行ってほしいです。そして、「涙とともにパンを食べた者でなければ、人生の味はわからない。」ゲーテ 司会:うまい。長老が閉めてくれたのでこれでおしまい。ありがとうございました。

5・6月プログラム活動報告

1)夕食プロジェクト

| | | | | | |
|----------|----------------------------|----|--------|------------------------|----|
| 5月26日(水) | 鶏肉のトマト煮となすとピーマンの味噌炒め | 5人 | 11日(金) | 麻婆ナスとチョレギサラダ | 6人 |
| 28日(金) | カレーピラフとマカロニサラダ | 5人 | 15日(火) | 鶏肉ときのこの炊き込みご飯と厚揚げのみぞれ煮 | 6人 |
| | | | 16日(水) | ジャーマンポテトと豆腐のサラダ | 6人 |
| 6月2日(水) | キャベツのガリバター醤油炒めとほうれん草の胡麻和え | 7人 | 23日(水) | もやしのにんにく醤油炒めとほうれん草ソテー | 6人 |
| 4日(金) | 白身魚のバター醤油焼きともやしのカレーマヨサラダ | 4人 | 25日(金) | 豚肉と白菜のシャキ味噌炒めときのこソテー | 6人 |
| 8日(火) | 豚肉と大根のバター醤油炒めといんげんの胡麻マヨサラダ | 5人 | | | |
| 10日(木) | 鶏肉のクリーム煮とコーンサラダ | 7人 | | | |

2)昼食のひろば

| | | |
|----------|-----------------------|-----|
| 6月26日(土) | 唐揚げとむかごこんにやくサラダ-ボラ出前- | 16人 |
| | | |
| | | |

3)さぼりカフェ

| | | |
|---------|-----------------|-----|
| 27日(木) | ホットケーキ | 12人 |
| 6月1日(火) | 豆乳寒天(レアチーズケーキ風) | |
| | | |

4)操体法・脳トレ・DVD・クラシック鑑賞

| | | | | | |
|----------|---------|----|--------|-----------|----|
| 6月3日(木) | 脳トレ | 2人 | 9日(水) | クラシック鑑賞 | 4人 |
| 9日(水) | クラシック鑑賞 | | 15日(月) | 水彩色鉛筆 | 4人 |
| | | | | | |
| 5月25日(月) | アクセサリ作り | 5人 | 18日(木) | 手作りランタン作り | 6人 |

こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◆ 特別給付金が出たのでハードオフで fax を買ったのですが不良品でした。慌てて返品しました。(彦星) ♥ B 型事業所にお試しで行ってきます。(流星) ♠ 最近、ビーズアートに凝って、地活に来てビーズを張り付けています。集中するぞー(美河子) ☹️ 悩みながらも仕事継続中。仕事するぞ…(織姫)

