



ねこだけ通信

南郷谷リハビリテーションクリニック便り

令和5年 7月発行 第6号

メモント・モリ

私は毎朝の習慣として、出勤前に妻を軽くハグをして「行ってきます」と言う。中学生の息子には「今日一日ベストを尽くせ」と言って背中を叩いてから自宅を後にする。夕方にはまた会えることを前提としているが、世の中ではそうならない事態が毎日頻発している。

12年前の東日本大震災では2万人を超える死者・行方不明者が出た。熊本地震では273名の方が犠牲になった。毎年約3千人が交通事故でお亡くなりになる。先日北海道では高速バスにトラックが正面衝突し5名の方が亡くなられた。連日、作業現場での突如の事故、子供や若者たちの水の事故が報道され、残されたご家族の悲しみを思うと心が痛む。

自然災害や「不慮の事故」で多くの方が命を落とす。その方々にとって唯一の共通点。皆さん誰一人として、その日の朝「今日限りで自分の人生が終わる」と気付いていた人はいなかった。残された家族にとっても、今朝の「行ってきます」が最後の別れになるのでは。「思いもよらなかった」



人の生死の分かれ道は正に紙一重だ。我々はただ呆然と立ち尽くし、運命を受け入れるだけである。

「どうして今朝あんな酷いことを言ってしまったのか」「今考えると、どうでもいい事に腹を立てていた」「どんなに悔やんでも、仲直りをする機会は永遠に來ない。」

そうならないためには・・・今し方まで夫婦で罵り合っていて、子供からウザいと煙たがられても、一旦気持ちを取りセツトして、毎朝家族への愛情をしっかりと伝えてから出発しよう。「別れ際」は最後のチャンスだ。

ラテン語に「メモント・モリ」という言葉がある。「自分を(いつか)必ず死ぬことを忘れるな」という意味だ。現代では「死を意識すること」で今を大切に生きることができると解釈されている。2022年の日本人の平均寿命は女性が87.07歳(世界1位)、男性が81.05歳(世界4位)であった。

豚小間切れ300g

「スーパーFで豚小間切れ300gを買ってきて」ある日妻からお遣いを頼まれた。お安いご用である。車で10分、スーパのお肉コーナーの棚に整然と並べられたパックの中から、「りんどうポーク小間切れ肉312g」を選び、急ぎ自宅に戻った。

「これじゃ、なーい!」買ってきたパックを見るなり妻は叫んだ。「私が言ったのはチラシに載っている特売の豚小間切れの方、探さなかったの?」



本日のチラシのど真ん中、特売品に指を突き立てて、呆れ顔で私を眺めている。買ってきたりんどうポーク細切れはそれより百円程高かった。

哀れ私のお遣いは頭ごなしに全否定された。私はそのチラシを見ていない。アンガーマネージメントの鉄則である「6秒間深呼吸する」を実践したことは言う迄もない。

人に何かを依頼して、その結果が自分のイメージしたものとかけ離れた結果で帰ってくることはしばしば起こる。理容室で「短くカットして」とお願いし、暫くウトウトして目が覚めると、鏡に丸坊主に近い己が姿を認めたことがある。女性でも美容室で希望のヘアスタイルを伝えたが「イメージとは違う出来になった」という経験があるのではないか。

自分の頭の中にあるイメージを相手に正確に伝えることは難しい。「長い・短い」「明るい・暗い」「広い・狭い」など、相対的な形容詞は受け手によって捉え方は様々だ。

人に何かを依頼する場合は、できるだけ具体的な指定が必要だ。「長さ〇cmで」「この色見本通りに」「広さ〇平米で」「文字数は〇字以内で」「品番〇〇を」と指定する。

人に何かを依頼して、その結果が自分が望んだ物と微妙に異なっている。「70%の出来」なら良しとしよう。先ずは自分の依頼のために動いてくれた人に感謝の言葉を述べよう。少なくとも、りんどうポークは差額分の美味しさがあったのだから。



希望

看護部 浅尾 美香

私は農家に嫁いで初めて、「畜産」を経験しました。畜産には365日休みは有りません。一日2回の餌遣りがあり、牛をリラクセスさせるためにラジオを聴かせることも欠かせません。畜産は奥が深く、今でも全てを理解するのは難しいと感じます。医院の休日や農繁期には私も牛の世話をしました。

春から秋にかけて牛たちを山に放牧します。時々配合飼料を車に積んで山に行く時、車の音に気付いた牛たちが寄ってきます。その姿はかわいらしいものです。間近で見ると牛の瞳はとて綺麗で睫毛が長く、私に何かを語りかけている様です。

秋が深まるころ再び麓の牛舎に連れて帰ります。牛一頭ずつそれぞれに性格があり、自らトラックの荷台に乗り込む牛もいれば、ロープで引っ張ってやっ

と乗せる牛もいました。4月から5月は春牧草を刈り取り、大きなロールにし、ラックを掛け、ローダーを使って牛舎の2階に収納します。8月に刈り入れる「飼料稲WCS」という品種も、春牧草と同様の作業を行います。天候に左右される作業なので暑い日、雨の日は大変でした。



仔牛の出産に立ち会うこともありましたが、母牛の陣痛が来るたび私たちは母牛の周りでサポートし、無事出産出来るよう祈りました。難産の場合は仔牛の前足にロープを結び陣痛に合わせて皆でロープを引っ張りませした。生命誕生の瞬間を見ると感動して涙したことを憶えています。出産後は母牛、仔牛の観察をします。母牛は仔牛が初乳を飲むまで仔牛の体を舐め続けたり、初乳を飲み、元気に飛び跳ねる姿を見ると一安心です。

約10ヶ月後には仔牛は肥育農家に引き継がれていきます。種付けから出産、これまで育てた期間を思い出すと寂しく悲しい気持ちになります。仔牛の競りが始まると感情をコントロールしながら仔牛を引いてどの肥育農家に決まるか待ちました。

7年前の熊本地震を契機に、我が家は畜産をやめました。全くの未経験からの畜産との関わりで色々な困難がありました。素晴らしい思い出が残りました。

恩返し

事務長 緒方 明宏

「よしっ、5km」。これが、私の10年以上も続けている日課であり趣味の一場面でもある。

二〇一一年(平成23)年8月10日、初のゴルフコースデビューの打ち上げで羽目を外してしまい、3m以上の高さから転落し、熊本赤十字病院に救急搬送。検査の結果、左大腿骨転子部骨折を受傷。10日後にはリハビリ

目的で熊リハに転院。ベッドから起き上がり、トイレに行くのも大変でリハビリの重要性を再認識した入院となった。病棟の廊下を何往復も杖で歩き、エアロバイクと毎日戦っていた。体重は、みるみるうちに20kgも減り、何の入院か分からなくなる程であった。二カ月後には何とか職場復帰したが、完治ではなかった為、大嫌いなデスクワークの日々が続いた。その後、主治医から自宅訪問の許可を得て、ようやく大好きな利用者宅

訪問を再開する事が出来、本当に嬉しかった。ここ(南郷谷リハ)に異動する前は、同法人内(居宅サンライズビル)でケアマネをしていた。



今、その当時の事を思い返すと、許可が下りたその日から自宅周辺の歩行訓練を兼ね、歩き始めた事を記憶している。当初は、高森町内を30分程度、そして色見方面や白川水源、いつしか妻もついて来るようになっていた。しばらくすると妻の体調が悪くなった為、数回一人で歩いたある日、妻から「出来たかもしれない」との言葉。そう三人目の妊娠であった。二人目と八年も間があいていた為、出産後の生活は、大変だったが全てが新鮮でもあった。

一人歩きはその後も続けたが、出産後に妻の体調があまり思わしくなかった事もあり自宅に早く帰らないといけないとの一心で駆け足になっていった。そう、この日を境に私の日課が歩きから走りに変わった。

これまでの走行距離は、地球半周の約2万km。現在は、高森町から転居した為、えがお健康スタジアム周辺を散策しながらほぼ毎日ランニングをしている。

今、日々実感している。この高森町を離れてみて、この町の人や土地の心地良さ、素晴らしさを。そして、この南郷谷リハを通してこの地域に恩返しをしなければと。

*ちなみに週末のお酒の本数は、その週に走ったkm数×日数で決めている(5km || 5本 + 8)。

