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６年　２月発行　第１２号

丁寧に暮らす・誇り高く生きる

役所広司さん主演の映画「PERFECT DAYS（パーフェクト・デイズ）」を観た。ドイツの名匠ヴィム・ヴェンダース監督の作品である。この映画で役所さんはカンヌ国際映画祭・最優秀主演男優賞を獲得した。

《あらすじ》

東京・渋谷で公衆トイレの清掃員として働く平山（役所広司）は古いアパートで一人暮らしをしている。決まった時間に目覚め、顔を洗い、髭を剃り、窓辺に並べた盆栽のような楓の苗に水を遣る。青いつなぎの作業服に着替え、アパートの玄関ドアを開け、空を見上げる。そして微かに微笑む。新たな一日の始まりだ。

自販機で缶コーヒーを買い、清掃道具一式が積み込まれた軽ワゴンで現場へ向かう。いつもの橋、いつもの信号を通り、最初の公園の公衆トイレに到着する。

彼の清掃作業は動きに一切の無駄がない。てきぱきとした所作で、飽くまでも丁寧である。担当する公衆トイレを決まった順路で清掃していく。昼休みは神社の境内にあるベンチでコンビニのおにぎりを食べる。

通りがかった神主と会釈を交わす。頭上を見上げると楓の枝から木漏れ陽が射している。平山はフィルムカメラ（写ルンです）で木漏れ陽を撮影する。一日の仕事を終えた彼は自転車で銭湯へ向かい一番風呂を浴びる。銭湯の帰りにいつもの居酒屋へ向かう。席に着くと店主が陽気に声を掛け、酎ハイときゅうりの漬物が出てくる。アパートに帰った平山は読みかけの文庫本を読み始めるが、程なく眠りにつき、一日の出来事を反芻するかの様な夢を見る。

★★★★★

映画は台詞が削ぎ落され、平山の繰り返される日々を淡々と描き続ける。彼がこれまでどういう半生を過ごしてきたのか、一切の説明は無い。全て観る側の想像に委ねられている。

単調な日々の中で、ちょっとしたトラブルが起こり、彼は困惑する。時に予期せぬ出会いがあり、平穏な生活にさざ波が立つ。彼は振り掛かった問題に対して自身にできる精一杯の誠実さで向き合う。

休日には、古本屋で一冊百円の文庫本を一冊だけ選び出す。彼の部屋には今までに読んだ文庫本と、お気に入りの洋楽が入ったカセットテープだけが並んでいる。彼の持ち物はそれだけである。

清々しい映画だった。

知足のつくばい

京都に枯山水で有名な龍安寺がある。本堂を囲む廊下を巡ると石庭の裏手には苔庭がある。そこには水を湛えた蹲踞（つくばい）が設えてある。ご存じ「知足のつくばい」である。「吾、唯足ることを知る」という文字が刻まれている。

足ることを知り、なすべきことを一つ一つ丁寧にこなす。誰に評価されずとも、謙虚に誇り高く生きる。人生はこれで十分だ。その日一日、ベストを尽くした満足感の中で寝に就ければPERFECT DAYである。

湯葉の様なもの

大学生の娘が年末に帰省した折、裏山（阿蘇中岳一五〇六ｍ）から立ち上る噴煙を見上げながら話した。

「火山性微動、山肌の微妙な膨張、噴煙の勢い、湯溜まりの色の変化などから、火山の爆発的噴火が差し迫っていることは、ある程度予測できる。噴火警戒レベルが４に上がったら、急いで逃げ出す準備をしなければならない。

一方で地震は世界中の地震学者たちが研究を続けているものの、今のところ「地震の正確な予知はできない」というのが彼らの結論らしい。プレートの歪み、活断層の走行のほかにも、月の満ち欠けや低気圧の接近による地盤の浮き沈みなど、考慮すべき要素が多すぎることが一因だ。南海トラフ地震は10年以内に30％の確率で起こると言われているが、何年後の何月何日に起こるのかは全く予測不能だ。

私たちが乗っかっている「地殻」は非常に薄いもので、例えるなら熱した豆乳（マントル）の表面にできる薄い膜、「湯葉」の様なものだ。そんな不安定な場所にへばりついているのが私達だ」「そうだねー」と娘は頷いた。

翌日、一月一日午後、能登半島で震度７の地震が発生した。被害状況は熊本地震を超えたといわれる。心より犠牲になられた方々のご冥福をお祈りします。

よろしくおねがいします

作業療法士
古川　みちる

２０２４年１月より、南郷谷リハビリテーションクリニックに仲間入りしました、作業療法士の古川です。

リハビリテーションには３種類あるのですが、「作業療法」というのはその中の一つです。日常生活で行う動作や家事・仕事・趣味等で行う動作全般が、よりよくできるように訓練していくものです。

今、南郷谷リハビリテーションクリニックの外来には作業療法士は私一人だけですので、動作に関してお困りなことがあったら、お気軽に南郷谷リハビリテーションクリニックにお越しください。皆様の力になれるよう努めてまいります。

自己紹介の場を頂きまして内容に悩みましたが、初めに皆様が尋ねられる事の中で一番多いのが、「どこから通ってきよっと？」でしたのでその話をしようと思います。

私は16年ほど前に南阿蘇村に引っ越してきました。思えば複数回引っ越しを経験してきました。

作業療法士になって23年ほど経ちますが、最初の就職で熊本から北九州の小倉に引っ越しました。その後千葉へ転勤となり、その後佐賀に引っ越しました。巡り巡って南阿蘇村に辿り着いた現在です。

初めての県や職場、出会う人たちなど、引っ越す度に「初めて」に出会うことが出来ました。住めば都と言いますが本当にその通りで、その土地その土地で経験できたことはいい思い出ですし、財産になっていると思います。

今回、南郷谷リハビリテーションクリニックへお世話になることとなり、久しぶりの「初めて」に出会わせていただいております。通ってこられる患者さんにも、職員の皆さんにも温かく迎え入れて頂き、ありがたい限りです。感謝の気持ちで私にできる精一杯を地域の皆様にお返しできたらと思いながら日々頑張っております。

不慣れな点も多いですが、よろしくお願い致します。

一年を通して

理学療法士
宮本　亮

昨年の二月より熊本リハビリテーション病院（以下、熊リハ病院）から南郷谷リハビリテーションクリニック（以下、当院）へ異動となり、一年が経過しました。今年の２月一杯で当院勤務の契約は満了となり、再び熊リハ病院へ戻ることとなります。そこで、一年間を通して当院で経験したことや学んだことを述べさせていただきたいと思います。

熊リハ病院では回復期病棟といって、脳卒中や怪我の後のリハビリ目的で入院する病棟があります。当院への異動前はこの回復期病棟に配属されており、入院患者様に対してのリハビリを行うことが大半でした。回復期病棟の入院患者様は毎日リハビリがあり、入院期間は病院内で生活することになりますので、身体の変化に気付きやすいという点があります。それに対し当院はクリニックであり、自宅から外来として来院される方に対してのリハビリを行なうことになります。

外来患者様の主な訴えは「痛み」であり、日頃の生活や仕事、農作業等を行いながら週に一回から多くても三回程度のリハビリということが多いです。これらの点から、①一日の生活状況を聴取し、活動量や痛みの原因となっている行動の把握②トータルでのリハビリの時間が短い為、自宅でできる自主訓練の指導③前回来院時と次回来院時での状態の比較、評価（痛みの度合いや歩行の変化など）以上の三点が、クリニックではとても重要であるということを感じました。

最後に、渡邉院長をはじめスタッフの皆様、そして当院を利用された患者様方、私に携わって下さった皆様には感謝の気持ちで一杯です。高森町の冬場の寒さには正直身体が堪えましたが、通勤中の事故や大きく体調を崩すことなく通えたことが何よりです。

当院で学んだことを次の与えられた場所で活かし、そして患者様に還元していけるよう、精進して参りたいと思います。皆様どうかご自愛ください。

STAY SAFE!!

南郷谷リハビリテーションクリニック
Tel：0967（62）3351
〒869-1602
熊本県阿蘇郡高森町高森2186－1　高森役場向かい
http:// kumareha.net//nangoudani/