



# なじょしたあ

米沢市社会福祉協議会  
生活支援相談員  
R1.6.1発行  
Vol. 81

6月1日、2日(2日間)開催された『東北絆まつり福島』の来場者数は、308,000人にのぼり東北の絆がますます強まったと感じられます。震災の記憶を風化させてはいけないと思います。東北の復興への道のりは、まだまだ続いています。力を合わせて、未来を築くために歩み続けなければなりません。来年は、山形開催になります。2回目の見学は?? 因みに、当時は『東北六魂祭』と呼ばれていましたが、2016年に山形で開催された際、H氏と見学してきました。

さて、季節は初夏、新緑のまぶしい季節になりましたね～。うっとうしい雨も恵の雨。この時期、梅雨の晴れ間に森林浴など、いかがでしょう。

ほっこり  
温泉で  
ゆっくり  
しませんか!?

開催報告!!  
令和元年5月21日

いよいよ始まりました令和元年度、初めての”ほっこり温泉”  
5月21日(火)、山形県庁の見学と天童最上川温泉「ゆびあ」に  
行って来ました。



(県庁一階ロビーにて)



お蕎麦とちらし寿司で皆さん、満腹、旬  
の天ぷらも実に、うまかった。☺



サウナもあって大好評、特に、露天  
風呂からの眺めは最高!

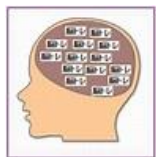


帰りは、定番のグッド山形でお  
買いもの

県庁では、秘書課職員の案内で、県知事室、県議会議事  
場、屋上?を見学。最後に、県の復興避難者支援室へ  
行って職員に挨拶。皆さん、VIPに感謝感激したので  
は?



## 心をほぐす LET'S 脳トレ



漢字の読み仮名を下の選択肢から選んで下さい

- ①蕪      ②玉蜀黍      ③糸瓜      ④辣韭
- ⑤大蒜      ⑥山葵      ⑦蜜柑      ⑧柘榴
- ⑨枇杷      ⑩無花果      ⑪胡桃      ⑫心太
- ⑬蒟蒻      ⑭羊羹      ⑮麦酒      ⑯餡子
- ⑰蒲鉾      ⑱牛蒡      ⑲胡瓜      ⑳西瓜

- ・かまぼこ    ・スイカ    ・にんにく    ・へちま
- ・ようかん    ・みかん    ・きゅうり    ・いちじく
- ・わさび    ・ざくろ    ・くるみ    ・らっきょう
- ・ところてん    ・かぶ    ・びわ    ・こんにやく
- ・あんこ    ・ごぼう    ・とうもろこし    ・ビール

※答えは裏面にあります



## “まちのお地蔵さん” (健康一口メモ) Vol.49

『病と共に生きる、健康に生きる』

被災地では、がんの末期の方の傾聴をさせていただいたこともよくありました。その方は、戦後復興、高度経済成長、経済大国化、世界に「ナンバーワンとしての日本」と言わしめた、日本の栄光のプロセスを全身全霊で生きてきて、やっと人生の実りを満喫できるかという刹那に震災に見舞われた人でした。度重なる避難生活の最中に、前立腺がんと全身の骨転移に見舞われてしまいました。「正直に、誠実に生きてきた私がなぜこのような目にあわなければならないのか」「東電への怒り」「やっぱり原発はよくないよ」こういう思いが、病気の苦しみと共に語られました。

自分人の貫いてきた、正直、誠実な人生の道への返礼が、それは自分の望むような形ではなかったけども、その方に助けられてきた人々の感謝とねぎらいの思いとして送り届けられました。奥様の献身も偉大なものだったと思います。

そういうことも力に変えていきながら、食事も満足にとれず、痛みに見舞われるなどの闘病苦、人生の理不尽、そういう一刻一刻、一日一日をサバイバルしながら、「これでよかった」という達観にたどり着いていきました。

「自分は、自分の人生を生き切った」という実感、自分の歩いてきた道がこれ以外ないという形で照らされ、そこに自分が歩いているという事実をそのままに受け止めていく。

病を通じて、自分にしかたどり着けない健康を生み出した。健康は定義できない。なぜなら、それはその人そのものだから、という真理を教え諭されたように思いました。私にとっても、生命体としての死が人生の道の偉大さに手を触れることもできないという輝かしい思い出です。これから「病と共に生きる、健康に生きる」をテーマにやっていきたいと思います。

Dr. 小林 恒司

