

会員のひろば

■ 今を大切に生き 生涯学ぶことを忘れない

精華台4丁目 吉原征子



爽やかな初夏を迎え、木々の緑も日増しに深くなってまいりました。会員の皆さま、シルバー人材センターのお仕事お疲れさまです。

私の仕事は月1回の集会所のお掃除と年1、2回ATRでのロボット研究の先生の指示されることをしています。ロボットとお話しができて、とても楽しいです。

今年で私は77歳、喜寿になります。元気だったわたしも不整脈が出まして24時間の心電図をつけました。病院の先生より心房細動が出たらお薬を飲むようになると聞かされていた。

ある日のこと、ソファーに「ぼおー」と座っていたら、苦しいというのでもなく痛いというのでもなく理由のわからない気分になり、血圧でも急に上がるか下がるかしたかなと思ひ血圧を計ってみたら100から60で異常はないのです。が、な！なんと脈拍が130もあってもうびっくり！ ああ、これが先生の言っておられた心房細動なのかと思ひ病院へ急行しました。

即レントゲン、心電図、超音波と検査をして、お薬をいただきました。夕方には心房細動もおさまりました。

その後の生活は普通をしています。お掃除も行くレグランドゴルフにも行っています。大好きなアルコールは控えています。皆さんも血圧を計ると、最高血圧と最低血圧と脈拍とが出ますのでチェックしてみてください。

わたしには「こうありがたいなあ」と思う心に響く言葉があります。それはインド独立の父と言われたガンジーの言葉で「明日死ぬと思って生きなさい。永遠に生きるかのように学べ」なのです。大変むずかしいことですが頑張っていこうと考えています。

■ 自然が好き ヤギが好き 精華町が好き

精華台2丁目 井上登茂子



シルバーにお世話になって、早や10年を越えました。

最近の仕事のひとつは、府民だよりの配布で、2時間程歩いて町内をまわっています。健康のためにがんばっています。

もうひとつは、けいはんな記念公園内で飼育しているやぎの世話です。動物が大好きで、過去には家で犬や猫を飼っていましたが、やぎはもちろんはじめてで当初はかなりとまどいもありました。近頃では柵に近づくにつれ気配を感じてか、「メー」と鳴きはじめ、見える所まで来ると赤ん坊が泣くような甘えた声に変わります。エサを食べながら飛び跳ねてよるこんだり、すり寄って来て、愛嬌たっぷりのしぐさに癒やされています。やぎの世話を1年通して行なっているけいはんな記念公園は、四季折々のようすが素敵なんです。特に水景園は外から見るより、中に入って見たほうが予想以上に素敵です。そして、ハイキングコースが1周1.7キロメートル、30分くらいで歩ける手頃なコースがあります。茅ぶきの森など、いろいろなコースを組み合わせると、ちょうどよいハイキングになります。

夫婦共にトレッキングが趣味で、自然がいっぱいの精華町やその近隣を暇さえあれば歩きまわっています。

毎月企画してくださっている小さな旅にもよく参加して、楽しんでおります。

