



〒601-8441 京都市南区西九条南田町38-8 富田秀信気付  
TEL 090-3671-4543 FAX 075-691-9465

《部内資料》

## 外の空気を吸う努力を

### 2月9日(日) 新入会員放談会開かれる。

前日からの積雪の影響で、2人の欠席があったものの、10人（遠くは大阪・箕面）の新入会員さんが、2月9日 午後、京都駅近くの下京いきいきセンターに集まりました。

① 伴侶を失った時の心境 ② 今の暮らしぶり ③ 「腑抜け NO 会」への希望を、皆さんからまず語っていただきました。

#### ① について

まだ昨夏の事で実感湧かないお二人。13年前 55歳で亡くした方など様々な「別れの時」がありました。「まさか」と言う

苦しきで、伴侶を追って「死のう」と率直に語る方。子供がなく一人ぼっちの身の上で認知症になったら不安があるとも。子どもから、「もしも」を瞬時に知らせるスマートウォッチを贈られた方。昼間は何とかなるが夜が寂しい。亡くして数ヶ月で、やっと台所の調味料がどこにあるかわかったなど男性の赤裸々な話

#### ② について

今の暮らしぶりでは、話し相手が欲しい、外の空気を吸う努力でした、貸農園での野菜作りで近所の保育園児との触れ合い、麻雀会を立ち上げた、仕事仲間からのスポーツの誘い、行きつけのお好み焼き屋さんからの暮らしのアドバイスなどなど。

#### ③ について

行政が出す高齢者向けの情報を学ぶなど。

事例として、成人後見人制度、詐欺、犯罪に対し特に女性の防犯の心構えなどの学習。

同席の事務局メンバーからも、「伴侶を亡くした事で、周りに気を使わせないで済む居心地の良さがココにはある」、「残りの人生を、外の世界で出て、新しい進歩を見出す場に」、「一緒に歌うカラオケサークルもあります」などの貴重なアドバイスもありました。

約2時間の語らいで、「次は、総会でお会いしましょう」と日差しが出てきたなか会場を後にしました。

