

どすこいかわら版

発行 墨田区 編集 NPO法人てーねん・どすこい倶楽部

墨田の元気なシニア

植竹テルさん 看護の道で

向島在住の植竹テルさんは長年看護職に携わってききました。区内の病院で看護師として、看護学校の教員として、地域の医療に貢献され、現在も元気に過ごされています。今回は、これまでの経歴や人生についてお話を伺いました。

☆ご出身は？

大正15年(1926年)3月に栃木県那須町に商家の次女として生まれました。現在89歳になります。生家は何でも扱っている商店でした。

☆戦時中の体験は？



戦争の経験は語りたくありませんが、次の出来事が印象的でした。1945年3月8日に東京の学校に試験を受けに来た際、在京の伯母が「自分の家にすぐ帰りなさい」と言うので、しぶしぶ帰郷すると、翌日栃木から東京方面が真っ赤になっ

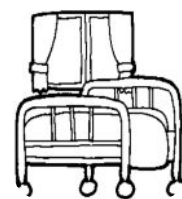
ていたのが見えました。地方にいましたので、戦後も食料に困ることはありませんでした。

☆看護の道に進まれたのは？

身体が弱かったため、医療の道に進みました。栃木県立の学校で保健師・助産師・看護師の資格を貰い、地元で働いていましたが、20代の後半に東京へ出てきました。

☆看護の世界に入ってよかったことは？

人の人生に関わる職業です。ので、いろいろな体験をしました。当たり前のこと



をしていつもりでしたが、白衣の天使と呼ばれていたり、患者さんに感謝されることが多かったです。「ありがとう」

「お世話になりました」という言葉を聞く度にこの職業でよかったと思います。

☆忘れられない思い出は？

38歳のお母様が手術室に向かわれる時、小学生のお子さんが「お母さん行っちゃいや」と言ったので、「お母さんは絶対帰ってくるわよ」と声をかけました。しかし、その子のお母さんは帰ってきませんでした。

「婦長さんのウソつき」とその子に泣かれました。このように、人の一生に関わる大きな思い出もあります。人に感謝されることもありました。が、患者さんの死に直面する時は悲しかったです。子どもに泣かれたり、奥さんに泣かれたりする場合に

遭遇しましたが、医療関係の仕事に就いて後悔したことはありません。

☆これまでの人生は？

家庭は持ちませんでした。子どもがいたらと思うこともありました。が、大勢の甥や姪がいて、看護学校時代の教え子も周りにいたことで、寂しくなかったですね。なお、私はてーねん・どすこい倶楽部設立のメンバーでもありました。

☆今はどの様にお過ごしですか？

現在は弟家族と暮らしています。昔の仲間と話をしたり、旅行をしたりするのが楽しみです。

・・・取材を終えて・・・

長い間職業婦人として、看護一筋に過ごされた方のお話は、豊富な知識と経験に裏打ちされていて、気さくな人柄と相まって、何時間聞いていても尽きることはありませんでした。まだまだお元気で活躍されることを願っています。

手を守る

小さい時、熱が出ると大人が額に手をあててくれたことを思い出します。その手は、ガサガサして荒れていたこともありましたが、その感触も含め、病気で辛いながらもほっとする瞬間でした。

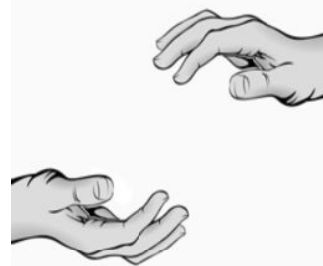
個人差はありますが、性別を問わず手は手洗いや水仕事で日々使われています。そのため乾燥が進み、かさつきやかゆみ、ひびやかざれが続いてしまいます。血行をよくすると同時に刺激から守りましょう。

指先や手のひらには皮脂腺がないので、こまめにハンドクリームで油分をおぎないます。その際、マッサージしながら塗りこむと、べたべたするのを避けられ、血行も良くなります。クリームの量は指の第一関節くらいが目安です。ひどい時には少しずつ増やしていきます。つけた後に香りが残るものがあるので、あらかじめ確かめてから購入するようにするといいですね。はじめに指にクリームをとり、

手の甲につけます。両手の甲を重ねあわせてぬり広げます。次に指先に向けて、指の付け根から先に向けて一本ずつすりこむようになじませます。爪のまわりにもぬりこみましょう。

ふだんの生活での注意点では、まずぬれたら水分ははやめにふきとるようにします。肌に合う、合わないがありますが、洗剤をつかう時にはゴム手袋を活用することがあります。外出時だけでなく、家の中でも紫外線対策が必要です。ベランダや窓際で日焼けをすることによって手の肌のトラブルが生じることがあるからです。UVクリームやUV手袋でカバーしましょう。

自分の状態に合った対策を選んで手を守っていききたいものです。



手軽にクッキング 55

< 4月のお惣菜 >

「春菊とりんごのゴマ酢和え」

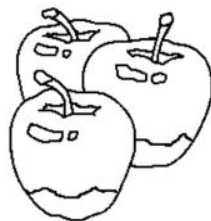
(一人分 55kcal)

<材料：4人分>

春菊 小束1把
りんご 小1/4個

*ゴマ酢だれ

白すりごま 20g
麵つゆ 小さじ1.5
だし汁 小さじ1.5
砂糖 大さじ1.5
酢 大さじ1



<作り方>

1. 春菊は洗って2センチに切り、茹でて水にさらし、水を切る
2. りんごはよく洗い、皮つきのまま小さめの千切りにし、塩水につける
3. 調味料を合わせてゴマ酢だれをつくる
4. 3のゴマ酢だれで、春菊・リンゴを和える
5. 器に盛り付ける

*くせのある春菊が、食べやすい一品に。料理教室メニューから。

(協力：食育支援部)

自慢話

大横川 水馬 あめんぼ

随筆を書き始めた頃、どんな事をどういう風に書けば良いのか分からず、あれこれと模索した。

とりあえず、いろんな人が書いた文章を読んでみた。

「分かり易くて面白くためになる。隠し味に、ちよっぴり風刺の効いたもの」が良いと分かった。分かっただけが収穫で、実践は難しい。

読んでいて、ちつとも面白くない文章というのがある。恨み辛み僻み、妬み嫉み私怨、個人攻撃……。書くのは勝手だし、誰かに知ってもらいたいという欲も分かんではない。だが、そんなのはあまり読みたくない。「他人の不幸は蜜の味」という言葉がある。だからか、他人の自慢話も面白くないのが多い。「あれを買ったこれも買った。あれを食べたこれも食べた。あんな所にも、こんな所にも行っ

てきた。そんな私は小金持ち」とか、「著名人の誰々と一緒に飯を食った酒を飲んだ。彼らは私のお友達」など、交流をひけらかす鼻もちならない文章。

読むんじゃないかと思う。

だからこそ、私は挑戦したい。「お前の家庭の話なんか、何の興味も無い」そう言われるのを承知の上での「自慢話」だ。

今年の秋、娘が結婚して近所に住んでいた。このまま、いつまでも近くに居ては親離れが来ないだろうと心配だった。

それが、婿さんの転勤で北陸の地方都市に転居した。やれやれ、もう心配する必要は無い。

出発する日、娘が言った。

「お父さん達が心配」

なにっ! いつの間に私達は心配される立場に立っていたんだ。

置き土産の金魚鉢には金魚が一匹、ドジョウが一匹。妻はレイコとケンジと名を付けた。私は餌やり係を仰せつかった。

水面に漂う浮き餌は、レイコがパクパク独り占め。ケンジはいつも砂の中。飲み歩いている



のか出張中か……。仲良くしろよ。

今年の夏、息子夫婦に男の子が授かった。初孫だ。

お嫁さんが孫を抱いて時々来てくれる。

孫は私の顔をじっと見つめ、腑に落ちぬ顔をする。小さな頭の中で懸命に考えているようだ。

「この、なれなれしいジジイは誰」それが手に取るように伝わる。(妻は「優しいお姉さんだよ」と自己申告する)。しばらくして、頬を緩めてにつこり

笑う。

孫を見つめている時の妻は、

「お前、それを今までどこに隠していたんだ」そう聞きたくな

ような笑顔を見せる。夫婦二人だけだと「売り言葉」に「買

い言葉」で、不穏な空気が漂う。

そこに孫が加われば、こんなにも雰囲気(な)が和むのか。

皆が帰った後の妻は口数が少ない。独り言のようにつぶやいた。

「外で、どの赤ちゃんを見ても、うちのフーちゃんよりかわい

い児は見たことが無いよね。そうでしょ、そう思わない?」

同感だ。

「シニア人材バンク登録者募集中」

ボランティア活動をしたい方の登録と依頼に応じた派遣を行っています。

パソコン、麻雀、将棋、子育て支援、日本語支援、家事援助、生活支援、健康教室のお手伝い、各種講座、講演会の企画から会場の準備作業など、どなたでも気軽に参加できる、さまざまな活動をしています。

皆様の知識、経験、特技、趣味等を地域で活かしてみませんか?

☆ 墨田区では毎月1日、15日に地域のイベント情報等をパソコンメールで希望者にお送りしています。ご希望の方は、住所・氏名・年齢をメールでお知らせください。件名にメルマガ希望と記入してください。

tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp

すみだガバナンスリーダー養成講座2015 開講記念公開シンポジウム

すみだと私の2020年を考えよう!

日時 5月30日(土)
14:00~17:00
会場 墨田区役所 131会議室

5年先の未来って、どう考えたらいいのか?
その未来に向かって私たちは何ができるのか?
ゲストのお話をもとに考えましょう?
すみだ2020アカデミーの説明も行います。

1. ゲストトーク「暮らしの未来の考え方」

■地球にやさしい豊かな暮らしを未来から逆算して考えるには?

東北大学名誉教授 地球村研究室代表社員 石田 秀輝 さん

■「すみだ」がもっと輝く未来をつくるには?

すみだブランド認証審査会副委員長 ifs未来研究所所長 川島 蓉子 さん

■スカイツリー開業5年前、墨田区民はどう動いたか?

光タワーププロジェクト実行委員会 向島学会理事長 佐原 滋元さん

2. ワークショップ「5年後の私を考えてみよう」

3. すみだ2020アカデミー説明会

受講料: 無 料

※7月から28年3月までの講座については、別途、受講申込みの際に受講料3,000円がかかります。

申込み: 参加される方の氏名・住所・電話番号を、以下の申込先まで郵送・メール・FAXのいずれかでお知らせください。

申込先: 区民活動推進課区民活動推進担当 電話: 5608-6705 FAX: 5608-6934
メール KATSUDOSUISHIN@city.sumida.lg.jp へ

合 格 報 告

毎週金曜日、区内の集会所で「介護の日本語教室」(すみだ日本語教育支援の会主催)が実施されています。そこで勉強している外国人介護従事者のお二人が、今年実施された第27回介護福祉士国家試験に合格しました。

この教室では、他にも、介護支援専門員(ケアマネージャー)試験の筆記試験に合格した方や、介護記録が読み書きできるように勉強している方が大勢います。

この教室の受講生の皆さんは、介護のお仕事をしながら日本で生活している方々です。これからも応援していきたいと思います。



発行 墨田区福祉保健部高齢者福祉課
〒130-8640 東京都墨田区吾妻橋1-23-20
電話 03-5608-6168

編集 NPO法人て一ねん・どすこい倶楽部
〒131-0044 東京都墨田区東向島1-17-8
電話 03-5631-2577 FAX 03-5631-2578
(平日午前10時~午後4時)

メール tehnendosukoiclub@jcom.home.ne.jp
<http://members2.jcom.home.ne.jp/tehnendosukoiclub/>

うございました
長い間、ありがと
月で卒業されます。
大横川水馬さんが今
していただきました、
月号より23回、執筆
面エッセイに24年8
れの季節です。
どすこいかわら版3
春は、出会いと別

編集後記