



令和7年3月1日

# らいかい恵子 議員便り 276号

合志市市議会議員 来海恵子 合志市幾久富 1642-38 ☎ 090-9655-1143

弥生3月、久しぶりにお雛様を飾りました。娘が誕生した時に、母が四国から送ってくれたお雛様です。その時、私は娘がお産するまでは何としても生きて母がしてくれたように産後の世話をしようと誓いました。お雛様は、人の心を優しくするのかもしれませんが。アハハハ(-\_-)☆  
来海は、議員便りを毎月一人で8,000枚配っています。



## 恐れを振り払え!

### 人生、いつ何が起こるか分からない!

昨年12月7日、議員だより273号に掲載した熊本市北区の清水楡木西公園広場で開催された「なごみ防災フェスタ」に参加した時の事です。防災食実演コーナーのテントにいますと、突然突風が舞い上がる。公園は坂の上であり、後から聞いた話では竜巻と言われる方もいたそうです。私はテントの鉄柱の側にいてテント事吹き飛ばされました。一瞬のことで、とても怖かったです! 大きなたんこぶができ頭を抱えてエビのように丸まって倒れていると、たくさんの方が集まってきました。防災フェスタなので会場には医師や保健師がいて、血圧は正常で直ぐに救急車を呼んでくれました。

### 救急車が来るまでに考えたこと?

救急車に乗るのはいいけど、病院からどうやって帰ったらいいのか? 保険証や貴重品が入ったバックを、駐車場に止めてある車から知人に取って来てもらいました。もし直ぐに帰れないとなると愛犬レッドの預け先はと、頭の中は次から次へと心配事が・・・。

留めは救急車の中で、「緊急連絡先は?」と聞かれた時です。一人暮らしで、身内は県外で間に合いません。この場面、何処かで??? 12年前、交通事故に遭った時と同じ状



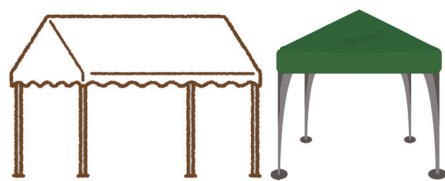
況です。困って、「う〜ん、う〜ん」と唸っていました。これからは緊急連絡先を書いたのを、熊本地震後から一緒に活動して信頼している空家を使った高齢者の居場所づくり「ぽっかぽか杉並台」に預けておこうと思います。遠くの親戚より、近くの友達です。

### 病院で考えたこと！

北部脳神経外科・神経内科に受け入れていただき CT 検査で異常無しでホッとしましたが、頭は痛くて防災フェスタの関係者が迎えに来るまで 1 時間以上かかり不安でした。その間に頭に浮かんだのは、「私で良かった！」です。決していい格好では無く、高齢者や小さな子どもなら骨折して大事になっていたかもしれません。参加者全員イベント保険に加入しないと参加できないので治療費は心配ないのですが、事故が起これば今後の活動に差し支えるかもしれません。本当に、私で良かったです♡

### これからの課題

今回のように、祭事用の大きなテントでも風で飛ばされる可能性はあります。いつも大丈夫だからとブロックを重しにせず、ちゃんと杭打ちをすべきです。個人のキャンプならいいけど、自治会などの催しはワンタッチ式の簡単テントは危ないと感じました。



人が集まるところには、いつ事故が起きるかもしれません。今回は、参加者全員が保険代を支払っていました。私たちがイベントするときは、忘れずに保険をかけなければと改めて思いました。自分たちはボランティア保険に加入していても、参加者のために！

### 骨折から…。

年度末、ご近所の方が歩いていて転び、手首を骨折。頭も打っていたので、1 か月近くリハビリを兼ねて入院。一人暮らしだったので、退院されてから施設に入居されました。いつもニコニコされて明るい方だったので、家の前を通るたびに寂しいです。



母は自宅で転んで腕を骨折して、半年で亡くなりました。高齢になればなるほど、骨折は怖いです。

私は議員だよりを配っているので、ウォーキング用の靴を履いて転ばないように気を付けています。また、足裏の形をとって自分用のインソールを作りました。足元がしっかりしないと、腰や肩の痛みにつながります。一人暮らしなので周りの方に迷惑をかけないように気をつけ、最近では食べ物にも注意して嫌いだった牛乳も飲むようにしています。心配事が

あると、ついついビールを飲みすぎてしまいます。だから、心配事の8割は起きないといわれているので「なるようにしかならん！」と笑い飛ばします。亡くなった母の口癖は、「転ばない・風邪ひかない・泣きべそかかない！」でした。アハハハ(-\_-)☆

### 合志市も例外ではない2025年問題

**2025問題**・・・団塊世代(1947～1949年生まれ)が75歳以上の後期高齢者となることで起こる、社会保険費の負担増や働き手不足などの問題のことをいいます。女性や高齢者の労働参加が進んでも働き手は減少するとみられ、1人あたりの社会保障負担はますます重くなるのが特に問題視されています。団塊の世代以前(1950年より前)に生まれた方が2025年に全員後期高齢者となる問題で、人口の約1/5である約2,200万人が75歳以上となる超高齢化社会となります。

若い・若いと言われている合志市も、例外ではありません。令和7年1月末現在の人口は65,159人、前期高齢者(65歳～74歳)7,304人、後期高齢者(75歳以上)8,584人、高齢化率24.4%で、約4人に1人が高齢者です。また、高齢者が増えるのに伴い一人世帯や夫婦二人世帯も増加しています。そういう私も、りっぱな前期高齢者です。(笑)

年は誰でも取り、決して悪いことではありません！自治会活動や見守り、ボランティアなども、昼間時間が取れる高齢者の方々がいないと成り立ちません。社会福祉協議会が行っている安心生活サポート事業やふれあいサロンなども、高齢者が高齢者のお世話をしています。

### 認知症の母を介護して強く感じたこと！

早いもので、母が亡くなって丸5年。亡くなった直後より、今の方が寂しさが募ります。なぜ、あんなに活発だった母が認知症になったのか振り返ってみました。

一つ目は、67歳で四国から合志に引っ越してきたこと。娘は、朝から夜まで仕事で出歩いて留守番。おまけに外では良く話すのに、家ではどうせ話しても分からないと会話もあまりない。言葉も違う。たとえば「よかよか！」もイエスとノーの時があり、老人会にも一人では参加しませんでした。それでも川柳という趣味があり、月に一度の句会にお洒落して参加し、帰りに交通センター地下街の洋服屋さんで買い物するのを楽しみにしていました。時間があれば川柳を作り、元気な時は全国大会にも参加するなど活発な遺伝子は私が引き継いでいる気がします。四国では、ちぎり絵を教えたり川柳仲間と旅行に行ったりと楽しかったのに申し訳なさで今でもいっぱいです。32歳で免許を取ってから75歳で返納するま

で、八女の弟の家や四国の墓参りなど自分で運転して行っていました。返納後に肝臓がんも進行して、家に一人であることが多くなり同じことを何度も言うようになりました。母が家に引きこもるので、愛犬レッドを購入。最初は犬を嫌がっていましたが、「仕方ないね、レッド散歩に行くよ。」と飯高山公園まで毎日決まった時間に行くようになりました。真冬の寒い朝、「昼間、暖かくなって散歩



に行くたい。」「お前は、なんにも分かってない！円形広場で会う散歩仲間と話すのが、どんなに楽しいか。」と、激しく怒ったのを鮮明に覚えています。今でも議員だよりを配っていると、「お母さんとレッドちゃんに、円形広場でお会いして楽しかったですよ！」と声をかけてくださる方がいらして感謝しかありません。母は亡くなったけど、みなさんの記憶の中にまだ生きていて嬉しい。母は、「金持ちより、人持ちになりなさい！」と言っていました。


二つ目は、誰かの役に立っているという達成感が大切だと感じました。母は農作業の忙しい中でもずっとPTAの役員をしたり、近所の方のお世話をしていました。脳梗塞の祖父や胃癌の祖母を自宅で看取ったのを見ていたので、私も母を15年間自宅で介護するのは当たり前と苦にも思いませんでした。6人の孫の成長を楽しみに、節目・節目には四国から九州まで運転して来ていました。認知症が進み、鍋を焦がすので台所仕事も取り上げてしまったバカ娘です。どんなに体がきつくても、「洗濯物干しといてね。」「取り込んでね。」と言うと喜んでしてくれた母。誰かの役に立つことが、どれだけ喜びになるか実感しています。私も母を見習って、生きている限りみなさんのお役に立ちたいです。

### 子は親の背中を見て育つ！

今は、核家族が主流です。いつしか子どもは成長し、また新しい家族を作ります。その時です、親の生きざまが子どもに現れるのは！自分たちが親を大切にしていなければ、子どもは親を大切にしないでしょう。親の背中を見て育つから、それが当たり前なのです。どうか、爺ちゃん・祖母ちゃんとの交流を大切にしてお楽しみください。「順番・順番、人の道！」と、祖母ちゃんから教わりました。私は毎朝、「お父さん・お母さん、おはようございます！今日も見守ってください。」夜は、「お父さん・お母さん、無事に一日が終わりました。ありがとうございます。」と写真を見ながら祈っています。

〒861-1112 合志市幾久富 1642-38 来海恵子 FAX 096-248-8956

Mail rai-ok@nifty.com <http://raikaikeiko.info/>

 らいかい恵子

