



会長を務めた松川雇用促進住宅自治会は避難解除に合わせ解散。会員の引越見届け帰村しました。10月に同自治会の同窓会を開きます。

4月23日に、村に戻りました。それから数か月。生まれた時から見てきた風景は、やっぱりいいですよ。幸い私たちの地区は、廃棄物の置き場を牧野組合の土地に集約したので、家の周りからは見えません。

皆さんにお世話になってきた「押口商店」は、避難の間に閉店しました。大正8年の創業で、私は4代目だったんですよ。もともと70歳になったら引退すると宣言をされていて、避難中にその時が来たということです。案を練っていた閉店セールの日は、

松川雇用促進住宅への避難を決めたのは、周りに田園風景があつたからです。安達太良山や吾妻山も見えて、景色が気に入りました。入居できるようになるまでは、夫婦で四国に行つて、お遍路をしていました。長くいられる所と考えたんです。なかなかいいアイデアでしょう。

住み慣れない集合住宅での避難生活も、こんなことでもなければ一生分からなかったことを経験できたと思っています。私は個人事業主でしたからね、公的な住宅には普通だったら縁がないですから。住宅や地域の

ルールが高齢の避難者にもそのまま適用されて、その調整には苦労もありました。それは、いろいろ頑張りましたよ。

自治会では、花見、芋煮、新年会などを、毎年開いていました。縁あつて支援をいただいた岐阜の皆さん、横浜のレストラン、釜石の小学校などへは、お礼を伝えるために、自治会で訪問したりもしました。草刈りまで支援してくれた東京電力の皆さんを、行事に招待したりもしました。全ては、村に思いを寄せていただいていたこと。飯館村民として、感謝を伝えてきました。

避難指示解除の時期が示された時、解除に合わせた自治会の解散を決めました。何事も前もって計画することが大切だと思つてからです。そして、それまで支援をいただいた方々全てにお礼の手紙を書きました。

建て替えた家には暖炉があります。好きな山仕事をしてその薪を焚けるようになるのは、いつ頃だろうね。(妻の)皆子は、不思議なくらい優しいんだ。私は病気にもなりませんが、これを克服して、夫婦でスポーツを楽しむたいと思っています。

## 心も自分も大切に。

村民の皆さんからの相談に、堀先生がお答えします

## おしえてくんちえ! 堀先生

相談 「もうひと頑張り」ができないことが増えてきたような気がします。

堀先生

いざという時に、何だか今一つ踏ん張れないな、と思うことはありませんか。その理由の一つは、生まれ育った頃の自分と今の自分の、その両方がつながっている感覚が、弱まっているせいかもしれません。今までの歴史とこれからの未来につながっている自分の感覚、それをアイデンティティーといいます。震災のような大きな変化を経験すると、このアイデンティティーの感覚が弱まる場合があります。そんな時には、以前にやっていたことを再開したり、地域の行事に参加してみるのはいかがでしょうか。



精神科医 堀有伸先生  
ほりメンタルクリニック院長

「心の健康相談」お問い合わせは 健康福祉課健康係 (いちばん館内) ☎0244-42-1638まで

## こころのぽけっと

## 「まだ」と「もう」

コップに半分の水が入っているのを「まだ半分ある」と考えるか「半分しかない」と思うかでは受け取り方が全く違ってくる。とよく聞く話です。「半分もある」と考えれば「幸せ」にもなりますし、「半分しかない」と思えば「不幸」になる可能性もあります。記憶はさだかではないのですが、アメリカの心理学者はさらに大きな追跡調査をしたというのを何らかの本で読んだ気がします。内容はこうです。

「まだ50歳」と考えるグループと「もう50歳」と考えるグループをかなりの人数で何十年もかけてどちらの平均寿命が長くなるかという調査です。その差は何か月というようなものではなく、7年という大きな差になったということです。もちろん、「まだ50歳」と考えた方が長く生きたということは当然のことです。「まだ」の方は「あれもできる」「これもやりたい」と前向きにいろいろ取り組んだから長生き出来たということでしょう。「とらえ方次第」で「幸」「不幸」もありえるが寿命まで違ってくるということでした。

でも、人間が生きていく上では、いろんなことが起きてくるはず。病気になる、初めて健康のありがたさが分かる、とか「長い間、並んで食べたラーメンはとも美味しかった」というように「今の大変さ」「不幸」はいずれやってくる。「幸せ」や「喜び」につながる前ぶれかもしれないと考えてみることも出来そうです。せっかく親からもらった「世界でたったひとつの命」「一度切りの大切な人生」ですから「まだ、まだ」ということで長生きしたいものです。

平成29年9月15日 飯館村長 菅野 典雄



## 誕生おめでとう

赤ちゃんの名前	親の氏名	行政区
菅野 泰雅くん	浩平・紗織	上飯樋
巻野 結香ちゃん	晋也・円香	伊丹沢

すくすくと元気に育ってね



## ひとのうごき

8月1日～31日までの人口動態	
人口 今月 (前月比)	◆◆人口動態◆◆
男 2972人 (-6)	転入 2人
女 2990人 (-9)	転出 12人
計 5962人 (-15)	出生 4人
世帯数 1811戸 (+4)	死亡 9人
	(住民基本台帳人口)

## おくやみ

氏名	年齢	行政区
西川 義信	91	宮内
菅野 タカ子	78	草野
佐藤 君子	81	草野
佐藤 ユフ子	73	前田・八和木
菅野 菊栄	99	伊丹沢
佐野 ハツノ	68	前田・八和木
高橋 カヲル	84	上飯樋
中村 俊一	84	八木沢・芦原
佐藤 ヨシイ	91	前田
高橋 圓平	91	長泥

ご冥福をお祈り申し上げます

(8月21日から9月20日までに届け出のあったものを掲載)  
※この欄に掲載を希望しない方は、届け出のときに住民係へ申し出てください。