

周りに人が集まる人？

こころの ぽけっと

以前「なぜ、この人の周りには人が集まるのか」という題の本を読んだ記憶があります。基本的には、「ものを肯定的に考えられる人」であり、かつ「おもしろいエピソードをもっている人」のところに人は集まるということでした。

長い人生の中では、誰だっているんな困難や苦しみ、悲しみがあります。そんな時、そう簡単に前向きに考えられるものでもないし、ユーモアのある話など出来るものでもありません。でも、この避難中私の1つの心の支えになっていたことに、ある町長さんの考え方やユーモアのセンスがありました。もうすでに亡くなった方ですが、毎日の激務にもかかわらず、常にユーモアのある話をして私たちの心を和ませてくれました。例えば、「グレしてやると言った息子に『ボケてやる』とか「朝帰り妻と子どもは里帰り」「なぜ怒る 早く帰って来ただけで」などなど。こんなものもありました。「ままならぬ 妻と議会と足と腰」。

自分に振り返った時、ユーモアなど寒い限りですが、1つの考え方に固執せず、いろんな考え方の中からより良い選択をしていくという柔軟な考え方が必要なんだと、その方から学んだことでした。

いずれにしても、たった一度きりの人生ですから、人から遠ざけられる人より、周りに多くの人が集まってきてくれる人生の方が良いに決まっています。私も人生の後半の後半ですから、もうちょっと、そのようなことに心かけていくことも大切なことだと思ったりしてました。

平成30年5月22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
眞柴 つむぎ 紬ちゃん	哲宏・優佳	草野
今野 まな と 翔くん	直樹・麻衣	宮内
菅野 けん と 人くん	仁・千春	比曽

すくすくと元気に育ってね

ひとのうごき

平成30年4月30日現在		4月1日～30日までの人口動態	
人口	今月 (前月比)	転入	11人
男	2898人 (+3)	転出	4人
女	2911人 (-1)	出生	2人
計	5809人 (+2)	死亡	7人
世帯数	1816戸 (+9)		(住民基本台帳人口)



結婚おめでとう

氏名	出身地
永田 晃司	福岡県
菅野 舞	佐須

いつまでもお幸せに



おくやみ

氏名	年齢	行政区
庄司 徳松	98	大倉
佐藤 一二	95	前田
菅野 正一	84	関根・松塚
高橋 一	92	小宮
松浦 ミツイ	92	草野

(4月16日から5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。

ひとかたるものがたり 第15回

佐藤 公子さん (飯桶町)



元保健師。村役場を平成27年に退職。詩のサークル「ポエム 福島空の会」で詩を勉強中。平成29年「雨二モマケズ」朗読全国大会で大賞を受賞しました。

震災後、村の地域包括支援センターで、高齢者の方が避難先でうまく暮らせるよう、訪問しながら支援をしていました。デイサービス等、通所できる所が見つかったら、数人一緒にお世話になれるよう働きかけました。同じ村の人がいたら、会いに行くことがきつと楽しみになるからです。

一番苦労した方々は、高齢者やそのご家族だと思っています。開墾や構造改善をして田んぼを広げ、家の基礎を作った世代。みんな「この地

一生を送る」と思っていたはず。避難で自分の暮らしを失くした人達は、「作物を育てる喜びも生きがいも奪われた」と話していました。

今の時期なら、田植えも終わり一段落。柏餅を作り、手休めをしていた頃ですね。畑や庭の草むしりもひと仕事でした。そんな普通の暮らしを送れない悔しいだろうと思います。

震災後に知り合った人達と、「ポエム 福島空の会」というサークルで詩を学び、事故

後の気持ちを詩で表現しようと試みています。

ある日突然「日常を奪われる」「自分で考え営んできた暮らしを奪われる」ということが、どういうことなのか。震災は天災ですが、原発事故はやはり人災ではないでしょうか。

原発事故のことを、個々の目線で、語り継いでいくことが大切だと思います。事故が起きた時、避難と言われた時どう思ったか。避難先でどんな暮らしをしたか。その避難で何を失い、何を得たか。それをまとめていかなければならないのではないかと思っています。歴史の教科書ではなく、じいちゃん、ばあちゃんの話として。最も身近な人の話は、人生の選択を迫られた時、次の世代を生きる人達の道しるべになると考えます。

自分の言葉で、次の世代に、それぞれの伝え方で申し送ることが、今を生きる私達の役目ではないでしょうか。子ども達や孫達が、幸福に生きられるように。

おしえてくんちえ！堀先生

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

相談 忙しい日々で、ホッと一息したいのですが。

堀先生

6月に入り、忙しかったのが一息ついた方もおられると思います。「忙しい」という字は、「心」が「亡(な)くなる」と書きます。これは先のことを心配したり、昔のことを気にしたりして、「いま、ここ」のことから心が離れてしまった状態のことです。そんな時には、目の前のこと一つ一つに「まてい」に取り組んでみましょう。今のことに、十分に自分の心を向けられていることを「マインドフル(こころがいっぱい)」と呼び、不安から解放される方法として注目されています。ゆっくりと味わいながらの深呼吸でも、それを体験できます。



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