



「令和」新元号が発表されました。皆さんは、どんな印象を抱きましたか？  
私個人としては、「令」という漢字には、最初は正直、違和感を覚えました。「令」の漢字から「命令」や「指令」という言葉を思い浮かべてしまったからだと思います。

英語で説明する際には「Beautiful Harmony」(ビューティフル ハーモニー)と表記するとのこと。なるほど、そう言えば「御令嬢」という言葉もありました。新元号「令和」は、これから徐々に日本人に馴染んできて桜のように美しく和み、愛着の持てる元号になって行くだろうと思いを新たにしました。

## スマイル第15弾

# みんなで笑って♪歌って♪リフレッシュ しませんか？

開催報告!! 平成31年3月15日(金)



講師の内山弘子先生です



笑いヨガでは、身体を動かしたりリフレッシュした後、楽しい歌を体験しました。ランチ後は、落語で、また一笑い！



落語 おきらく亭金遊さん



ワンちゃんも楽しそう！  
何故かな???

いつも

## おしょうしなっし!!



## “まちのお地藏さん” (健康一口メモ)Vol.47

不安なしに生きる—そのまま

私たちは米沢市社会福祉協議会

生活支援相談員です

始まりました！！平成31年度！！

(とは言っても平成31年は4月の一か月間でだけで5月からは令和元年なのですが...)

今年度からフレッシュな新しい生活支援相談員が入り、同じく3人体制で皆さんの所に訪問させていただきます。

今年度は特にサロン「この指と～まれ！」を中心にイベントの充実と開催にも頑張っていきたいと考えています。そこで皆さんにお願いがあります。是非、皆さんにサロンの内容のご希望や運営企画のスタッフになって頂きたいと



左から  
島 貴 守  
石川 千春  
兵庫 博信

少しでも多くの皆さんの笑顔が見ることが出来るように初心に帰って三人でスクラム組んで頑張りますのでよろしくをお願いします。

先日、病院で「生命の終わりが真近に迫っていると想定した時、これからどう生きますか」というテーマで患者さんと話し合ったことがありました。華々しい話が出てくるかと思いきや、まとめると「大それたことを考えずに、今ある生活を大事にし、できることをやりきり、今までの一道を貫いて生きる」というものでした。様々な病苦にさいなまれてきた人生でありながら、そのままの人生をそのままに受け止め、そのままにいつくしむ、そういう彼らの日常の意識に触れ尊いことだと感じ入りました。

アルコール依存症のグループワークに参加した時には、こんな話を聞きました。「回復するとは、新しい生き方に目覚めることだと、気が付いた。その新しい生き方は、何も特別なことではなく、日々、直面する事、人に淡々と向かい合い、誠実に、謙虚に生きることの積み重ねでありそこにかげがえのない価値があることに気が付くことである」

この二つの場面での語りはなんと共通していることかと思いました。心の全体で、刻々の人生の体験に向かい合う。その単純明快さゆえに、刻々の体験から豊かなメッセージを彼らは受け取っているように思いました。

欲張ることもなく、悲観することもなく、今日一日をただ淡々と、心を込めて生きる、こういう生き方に安住できることは、まさに覚悟のあらわれであり、彼らが病気との付き合いの中で掴み取ってきた成長そのものにほかなりません。病気によって不断に回復、成長を模索して生きることを余儀なくされてきた、なんと意義深いことかと思えます。と同時に彼らのたどり着いた成長は、我々に不安を克服して生きる道を照らしていただいています。

# 4月イベントの予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	4 心の健康相談 9:30～11:30 置賜総合支庁	5	6
7	8	9	10 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター 米沢友の会 野の花交流会 10:00～14:00 置賜総合 文化センター	11	12	13
14 パソコンであそぼう 15:00～16:00 米沢市児童会館	15	16	17 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター まちの保健室 10:00～12:00 万世コミュニティセンター 心の健康相談 9:30～11:30 置賜総合支庁	18	19	20 サイタプレゼンツ サイエンスワールド 14:00～15:30 米沢市児童会館
21 米沢吹奏楽愛好会 コンサート14:00～ 米沢市市民文化会館	22	23	24 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	25	26	27 第1回みっぺFES!! 10:00～16:30 米沢市市民文化会館
28 おもちゃ病院 13:30～15:30 すこやかセンター	29 <b>昭和の日</b> 米沢上杉祭り 開幕祭9:00～ 伝国の杜周辺	30 <b>退位の日</b> 米沢上杉祭り 10:00～ 松岬神社例大祭				

☆上記予定は申込みや参加費等が必要なものもあります。

詳しくは 米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせ下さい。

Tel 0238-24-7881

## 編集後記

はじめまして！今年度より生活支援相談員となりました石川と申します。2児の子育て真っ最中の母です。上の子の高校入学を機に新しい生活を一緒にスタートすることにしました。福島市より米沢市へ自主避難して7年8ヶ月、米沢の冬にやっと慣れましたが、身寄りのない不安な毎日の中で交流の場での出会いや繋がり、色々な温かいご支援があって親子共に安心してこれまで過ごす事が出来ました。これからは皆さんの気持ちに寄り添いながらお力添え出来れば幸いです。情報提供、皆さんに楽しんでいただける交流会などを企画していきますのでどうぞ宜しくお願い致します。