ふれあいネットワーク

福祉にいがた

新潟県社会福祉協議会
新潟県長寿社会振興センター
総合情報誌

オアシス21

No.101

令和４(2022)年
12月

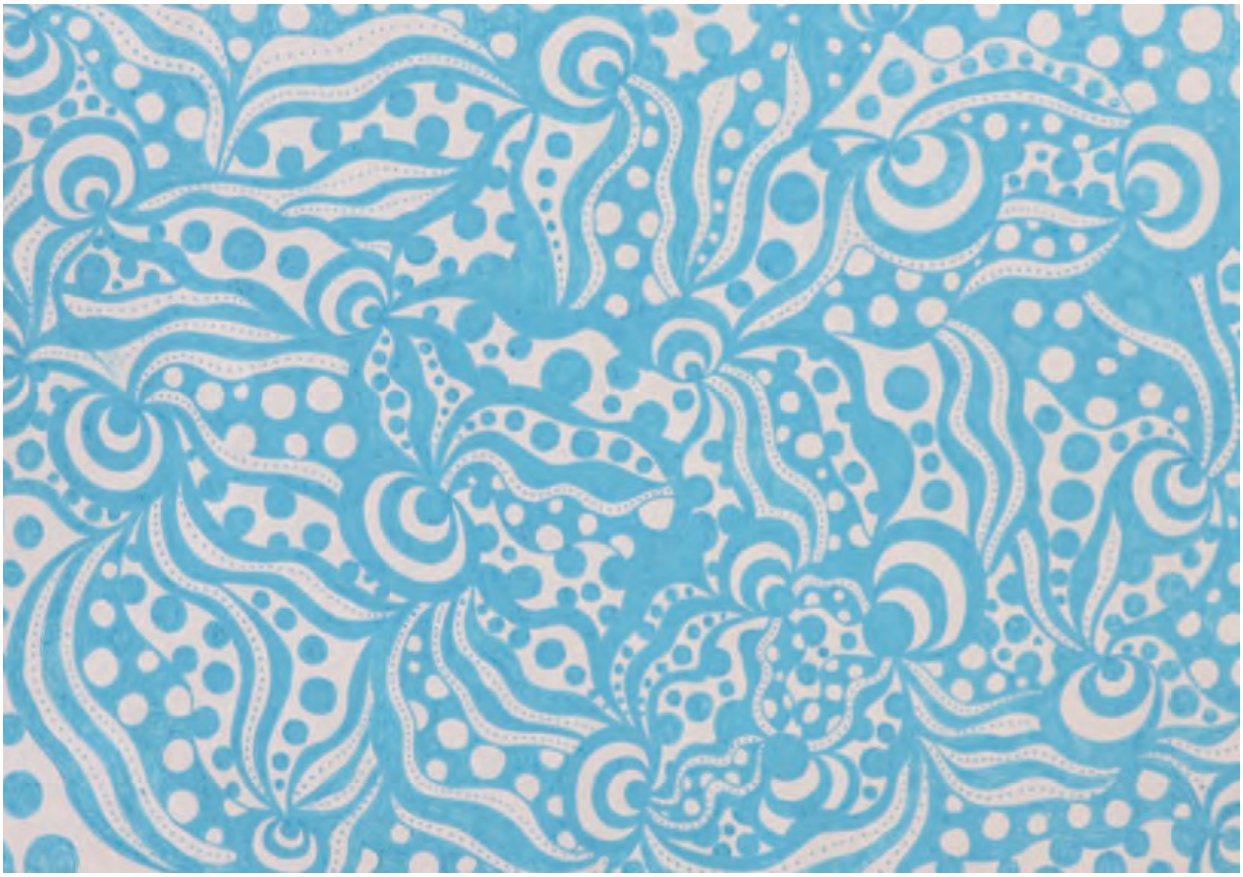
福祉にいがた 第８４４号(10～12面)

CONTENTS

巻頭特集

「ねんりん」３年ぶり全国大会
片貝クラブ(ゲートボール)が優勝(2・3面)

- シニアカレッジ新潟３会場喜びの卒業式
- 介護予防へ「歩く」、自分に合う靴選びを
- 長岡市で県民福祉大会、功労者らを表彰



絵「タコの血」　作家・佐藤葉月(妙高市)

＜作者一言＞ タコの血が青いのは人間でいう鉄の代わりが銅だからだそうです

第34回 全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会
ねんりんピック かながわ2022
神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔
未病改善でスマイル100歳
2022/11/12(土)～2022/11/15(日)

3年ぶり全国大会 活気あふれ

片貝ク(小千谷)快挙 ゲートボールV

シニアの祭典「ねんりんピックかながわ2022」（第34回「全国健康福祉祭　神奈川・横浜・川崎・相模原大会」）が11月12日、横浜アリーナでの総合開会式で開幕。15日まで、神奈川県内26の市と町で競技などを繰り広げました。新型コロナウイルス感染拡大により、全国大会開催は3年ぶりで、新潟県選手団は13種目に約100人が参加。この中で、ゲートボールに出場した「片貝クラブ」（小千谷市）が優勝しました。写真＝ゲートボール全国優勝を目前に、真剣なプレーを続ける片貝クラブ（小千谷市）

「強豪下し勢いに」

片貝ク 安達監督

ねんりんピックのゲートボールで新潟県選手団の優勝は初めてです。

ゲートボールは男女混合の8人以下でチームを作り、5人で闘います。今大会には全国132チームが参加。予選リーグを勝ち抜いた33チームが決勝トーナメントへ進みました。

片貝クラブのメンバー。
写真左上が安達博栄監督兼選手

優勝までは5戦。片貝クの初戦は、平均年齢が若くて練習量も多く、強豪とされる鹿児島のチーム。片貝クの安達博栄監督兼選手は「このチームさえ封じれば」と全力で挑み、激戦を制しました。

その勢いで残り4試合も白星の快進撃。特に決勝の高知のチームとの戦いはパーフェクト勝ちで全国制覇の快挙を成し遂げました。

片貝クは結成約30年、チームワークが自慢です。

安達監督は「まとまりの良さで、2年後の鳥取大会も狙いたい」と早くも意欲的です。

新潟県選手団 堂々の入場

観覧席も心一つに

真紅の県旗を先頭に堂々と入場行進する新潟県選手団の代表（写真㊤）。写真㊦は、行進する県選手団代表の姿に、心を一つにしようと帽子を振る、観覧席の県選手団

ねんりんピック2022 県選手団の結果

卓　球	新潟県
	1位グループＦブロック　優秀賞
テニス	新潟県
	4位グループ決勝トーナメント　ベスト4
ソフトテニス	新潟県
	2位グループ決勝トーナメント 1回戦敗退
ソフトボール	新潟ファルコンズ（県央地区）
	ベスト16　優秀賞
ゲートボール	ふれあい（燕）
	決勝トーナメント　1回戦敗退
	片貝クラブ（小千谷）
	優勝
	新産西（長岡）
	予選リーグ　2位　1勝2敗

ペタンク	新潟県（妙高）
	決勝トーナメント　1回戦敗退
ゴルフ	新潟県
	団体戦　優秀賞
	個人戦（65歳～69歳）白 源正　優秀賞
マラソン	男子70歳未満5キロ　後藤 俊雄　24位
	男子70歳以上3キロ　須田 八郎　12位
	男子70歳以上3キロ　熊谷 司伸　21位
弓　道	新潟県
	予選8中／40射　予選敗退
剣　道	新潟県
	予選リーグ敗退　0勝1敗1分
ソフトバレーボール	越後長岡杵柄会（長岡）
	2位グループ10組3位
太極拳	はなみずき（加茂）
	50位（56チーム出場）
バウンドテニス	新潟県
	3位グループ決勝トーナメント1回戦敗退

介護予防

健康応援団（けんこうおうえんだん）

今回のテーマ

歩ける！ 靴の選び方

足は第二の心臓といわれています。健康な体と豊かな生活につながる歩き方をするには、正しい靴選びが肝心です。子どもから高齢者まで足の悩み相談に寄り添う専門家にお聞きしました。

教えてくれた人

足育（あしいく）と整足（せいいく）の健康靴専門店
靴のやまごん 代表／上級シューフィッター
山田（やまだ） 宏大（ひろお）さん

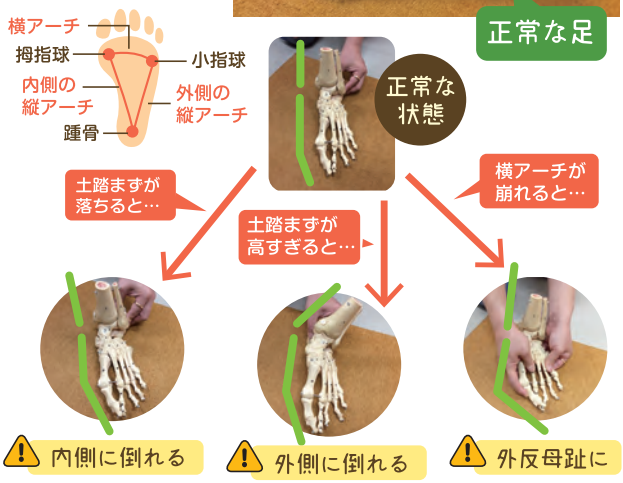
足指と靴から健康を考える啓蒙活動のため「足育先生」として全国で講演会活動を行う。健康靴専門店を新潟市西区と胎内市の2店舗で営業。カウンセリングは有料。要予約。
［新潟西店］TEL.025-378-8284 ［胎内国道店］TEL.0254-44-7733

Q 加齢とともに、足の形はどう変わりますか？

A 体重を支え、バランスを取る弓なりの骨の構造「アーチ」が崩れていきます。

人は、かかと、親指の付け根、小指の付け根の3点の骨を支点に立っています。かかとから親指の付け根にかけて骨が形成する弓なりの構造を「内側の縦アーチ」といい、土踏まずを形成します。かかとから小指の付け根にかけては「外側の縦アーチ」、親指の付け根から小指の付け根にかけては「横アーチ」です。体重を支え、足を蹴り出すバネや、着地の衝撃を和らげるなどの役目を果たします。

加齢による筋肉の衰えや、姿勢の歪みなどが原因で内側の縦アーチが崩れると、体が内側に倒れて扁平（へんぺい）足になります。クッション機能がなくなって足がむくみやすくなります。足指が横に広がり、横のアーチも崩れると外反母趾（ぼし）になることも。外側縦のアーチが崩れるとバランスが取れず、つまずきやすくなります。



このページは、健康寿命を延ばすため「介護予防」の取り組みを提案しています。

Q 自分の足の状態を知るには?

A 靴選びの専門家、シューフィッターのいる店で計測してもらいましょう。

▲足指の握力を測定。足指を使って歩けているか、数値が目安になる

自分の足の大きさや形を、正しく認識していない人は意外と多いです。シューフィッターに計測してもらい、姿勢や歩き方についてもアドバイスをもらいましょう。例えば、写真の女性は立った姿勢が前へ倒れ気味です。土踏まずのアーチが崩れ、つま先に体重が乗っているのです。つまずきやすく、バランスを取ろうと背中から肩に余計な力が入るので、肩も凝るようになります。このような場合、靴に土踏まずを持ち上げる中敷き(インソール)を入れて、アーチの崩れを補い、体の重心を足裏の中央に戻すよう調整します。

足裏の3点でバランスよく立つことが基本

▲インソールの種類は豊富。オーダーメイドもある。シューフィッターに相談しよう

Q 靴選びや履き方で気をつけることは?

A かかとをしっかり支える靴を選び、靴ひもを必ず締めましょう。

足指が痛いからと大きめの靴を選んだり、脱ぎ履きが楽なように靴ひもを緩めて履いたりしていませんか? 靴が緩いと足は靴の中で前後左右に滑るので、無意識に足指で靴底をつかみ、無駄に踏ん張ろうとします。そうなると、歩幅は小さくなって、ふくらはぎの収縮が減るので血流が滞り、冷えやむくみを生じさせる恐れがあります。さらには、体調不良を引き起こしかねません。

靴を選ぶときは、かかとの支え部分が硬くてつぶれにくいもの、履き口が狭く、かかとをしっかり包むタイプがお勧めです。靴ひもやマジックテープもしっかり締めましょう。

靴を履くとき

床に靴のかかとをトントンと打ち付けて、かかとを納める。

ひもをしっかり締める

靴を脱ぐとき

ひもを緩め靴をしっかり開いて脱ぐ

ほどけにくい平ひもを選ぼう

Q 室内ではスリッパを履いてもいいですか?

A お勧めできません。

スリッパを履いていると、すり足になって、足上げができなくなり、その結果、筋肉が衰え、転倒しやすくなってしまいます。室内転倒による骨折の原因の多くがスリッパ履きです。履きたい場合は、マジックテープなどで固定できるタイプを選びましょう。

このページは、健康寿命を延ばすため「介護予防」の取り組みを提案しています。

ホームページでも内容を紹介しています
https://www.fukushihoken.co.jp

令和４年度

全社協 保育所・認定こども園の損害補償

スケールメリットを活かした**充実した補償と割安な保険料**です。

◆ 加入対象は社会福祉法人等が運営する認可保育所、認定こども園

セットプラン

保険金額		基本セットプラン	天災セットプラン
賠償事故に対応	身体賠償（1名・1事故）	1億円・7億円	2億円・10億円
	財物賠償（1事故）	1,000万円	1,000万円
	受託・管理財物賠償（期間中）	200万円	200万円
	うち現金支払限度額（期間中）	20万円	20万円
	人格権侵害（期間中）	1,000万円	1,000万円
	事故対応特別費用（期間中）	500万円	500万円
	被害者対応費用	1名につき 5万円限度 1事故 10万円限度	

		基本セットプラン	天災セットプラン
園児の傷害事故に対応	死亡保険金	121.2万円	108万円
	後遺障害保険金	程度に応じて死亡保険金額の4%～100%	
	入院保険金（1日あたり）	1,700円	1,500円
	手術保険金	入院中の手術：入院保険金日額の10倍 外来の手術：入院保険金日額の5倍	
	通院保険金（1日あたり）	1,100円	1,000円
	天災補償	なし	あり

個別プラン

プラン１　保育所業務の補償

❶ 基本補償
- ●オプション1 ●地域子育て支援拠点事業等補償
- ●オプション2 ●施設の借用不動産賠償事故補償
- ●オプション3 ●看護職の賠償責任補償
- ●オプション4 ●クレーム対応サポート補償

NEW
- **●オプション5　施設の感染症対応費用補償**

休業補償から各種対応費用までワイドな安心
- ❶休業や縮小営業による収益減少はもちろん、収益減少を防止・軽減するための人件費なども補償
- ❷消毒・清掃費用や自主的なPCR検査費用などの費用を幅広く補償
- ❸感染症対応特別費用で定額20万円を早期に受取り

❷ 個人情報漏えい対応補償

❸ 保育所の什器・備品損害補償

新型コロナウイルスを含む特定感染症に対し、新たなオプションが追加されました

プラン２ 保育所利用者の補償	❶ 園児の傷害事故補償 ❷ 来園者の傷害事故補償 ❸ 園児送迎車搭乗中の傷害事故補償
プラン３ 職員等の補償	❶ 職員の労災上乗せ補償 ❷ 役職員の傷害事故補償 ❸ 役職員の感染症罹患事故補償 ❹ 雇用慣行賠償補償
プラン４ 法人役員等の補償	社会福祉法人役員等の賠償責任補償

●この保険は全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約（賠償責任保険、サイバー保険、学校契約団体傷害保険、普通傷害保険、労働災害総合保険、約定履行費用保険、動産総合保険、費用・利益保険）です。

● このご案内は概要を説明したものです。詳細は「保育所・認定こども園の損害補償」手引またはホームページをご参照ください。●

団体契約者 社会福祉法人 **全国社会福祉協議会**

〈引受幹事保険会社〉 損害保険ジャパン株式会社 医療・福祉開発部 第二課
TEL：03(3349)5137
受付時間：平日の9:00～17:00（土日・祝日、年末年始を除きます。）

取扱代理店 株式会社 **福祉保険サービス**
〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F
TEL：03(3581)4667
受付時間：平日の9:30～17:30（土日・祝日、年末年始を除きます。）

（SJ21-12225 から抜粋）

新潟県認知症コールセンター

令和４年度上半期の相談状況

新潟県認知症コールセンターでは、認知症の方やその家族が抱える様々な心配ごとや悩み事を、福祉の有資格者や介護の経験者が電話や面談でお受けしています。

９月末までに相談者数２１５人、延べ４５７件の相談が寄せられました。

相談者の内訳は75％が女性、25％が男性となっており、相談方法では電話によるものが99％となっています。

相談内容の分類と件数は下表のとおりで「介護・介助」に関する相談が最多となっています。すでに認知症と診断を受けている家族に関する相談はもちろん、離れて暮らす親の変化や、共に生活する中で、認知症が疑われるような言動を心配しての相談も多数寄せられています。

また、単に認知症相談だけではなく、複雑な背景事情がある場合も少なくありません。家族が認知症になったことを発端に、介護や金銭に関する話し合いの中で、これまで顕在化してこなかった家族関係の問題が明るみになるケースも見受けられます。

本人からの相談も一定数受けており、認知症と診断されて間もなく、これからの生活に不安を抱えている方からの相談にも対応しています。

■**相談分類別**〔※令和４年度より、相談分類を一部変更し集計しています〕　（単位：件）

保健・医療 88件（19.3%）							介護・介助 200件（43.7%）				福祉サービス 93件（20.4%）					経済・生活 10件（2.2%）						権利擁護 7件（1.5%）						家族・家庭 59件（12.9%）				
精神衛生	医療相談	医療関係機関	認知症への不安	認知症予防	若年性認知症	その他	行動・症状対応	介護・介助方法	ストレス・心身疲労	その他	介護保険・サービス	障害福祉サービス	福祉用具・住宅改修	施設・機関・窓口	その他	生計	年金・保険・手当	仕事	趣味・余暇活動	自動車運転	その他	相続・財産	成年後見	消費者トラブル	虐待（高齢・障害）	人権	その他	人生（単身）	家族	夫婦	近所・地域	その他
5	26	15	35	4	3	0	95	22	80	3	57	0	0	34	2	4	1	1	0	4	0	2	5	0	0	0	0	3	50	2	3	1

認知症のこと、ひとりで悩んでいませんか？　お気軽にご相談ください

新潟県認知症コールセンター

相談電話　**０２５－２８１－２７８３**（にんちしょう なやみ）

【所 在 地】〒950-8575　新潟市中央区上所2-2-2　新潟ユニゾンプラザ３階

【相談時間】月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）9:00 ～ 17:00

あなたの「本」作りをお手伝い

本作りが初めての方も安心してご相談ください！

編集からデザインまで、経験豊富なスタッフのサポートを受けながら作れます！

☑ 思い出の写真や記録をまとめたい
☑ 自分の体験や想いを残したい
☑ 作品集や句集などを作り、友人に配りたい

・お問い合わせ・

ご質問やご相談に対し、弊社スタッフから折り返しご連絡いたしますので、お気軽にお問い合わせください。

島津印刷株式会社
〒957-0000 新潟県新発田市富塚1419
TEL.0254-27-2101〈担当：吉原・水戸〉

学長（恒例）卒業生へ特別講義

シニアカレッジ新潟の石上和男学長＝写真＝が「介護予防に取り組もう」と題し、2年生全員に贈った特別講義の要旨は次の通り。

× ×

介護予防に「通いの場」

老化の進行は万人共通でなく、高齢者の筋肉も訓練により増大する。

フレイル（虚弱）予防の3本柱は「社会参加（仕事、趣味、地域とのつながり）」「運動・身体活動」「バランスの良い食事と口腔機能の維持」だ。

サロンやカフェ、茶の間などと呼ばれる「通いの場」への参加は有益だ。参加者の「運動機能」「要介護リスク」などへの効果は、通わない人と比べ、その差が次第に明確になる。

「通いの場」は介護予防の柱であり、通いを3、4年続けると、介護予防効果が期待できる。

シニアカレッジ 卒業生の声（要旨抜粋）

- 今後は何らかのボランティア活動に参加していきたい。（新潟）
- 仲間の大切さを学んだ。（長岡）
- 皆さん、前向きで活動的で意欲的で、その姿勢に力をもらった。（新潟）
- 卒業後もお付き合いできたら…と思える人に出会えた。（長岡）
- 知らないことの多さにびっくり。（新潟）
- 学ぶことがこんなに楽しいとは思わなかった。（長岡）
- 老齢期でもまだまだ興味の持てることがたくさん、あった。（新潟）
- 仲間の皆様とランチやおしゃべりなど、充実した時間を過ごせた。（長岡）
- ボランティア活動をされている方が多いことに驚いた。（新潟）
- 新しい友達ができたことに感謝。（上越）
- 社会で自分にできることに挑戦しようという積極的な気持ちになれた。（新潟）
- 自分にできる地域活動は何か、真剣に考えないといけない。（上越）

あの授業この講義 プレイバック

「他国の文化にふれる（アメリカ）」

「西洋音楽の魅力」

「お口の健康から元気で長生き」

「からだの動きを良くする為に！」

「あなたはどんな未来を残すのか？」

あの授業この講義 プレイバック

3会場卒業式

学んだ135人 晴れやかに

石上学長 激励をはなむけに

「シニアカレッジ新潟」の令和4年度卒業式が10月24日に新潟会場で、26日に長岡会場で、28日には上越会場で行われました。卒業生は3会場合わせ計135人です。いずれも晴れやかな表情で人生の新たな舞台へ歩み出しました。

会場別の卒業生は新潟が84人、長岡が25人、上越が26人。最高齢は男性が上越会場の89歳、女性は新潟会場の86歳でした。

今回の卒業生は、新型コロナウイルス感染が拡大する令和3年度に入学しました。感染禍は翌4年度に一時期、落ち着きを見せましたが、夏場には感染の第7波が急拡大。手指の消毒や教室の換気などに気を緩められない状況の中で授業が続けられました。

新潟会場の卒業式は新潟ユニゾンプラザ（新潟市中央区）で、長岡会場はアトリウム長岡（長岡市弓町）で、上越会場は高陽荘（上越市西城町）で、それぞれ行われ、石上和男学長が全卒業生一人一人に修了証書を授与しました。

新潟会場での式辞で石上学長は「新型ウイルスで大変な時期の学びには苦も楽もあっただろうが、全てが人生の血となり肉となる。それらを今後の人生に生かし、さらに勉強も続け、成果を社会に還元してください」と、はなむけの言葉を贈り、激励しました。

卒業生の1人、吉田智代子さん＝新潟市西区＝は「学ぶ喜びと幸せを感じた2年間でした。特に、地元や地域が大切だと感じるようになり、今後は地域に貢献できるよう、頑張ってみたい」と話しました。

卒業式に先立ち「介護予防に取り組もう」と題し、石上学長による、2年生への特別講義＝8ページに掲載＝が行われました。

新　潟　学んだ1人1人に学長が修了証書授与＝10月24日

長　岡　学び舎のアトリウム長岡で喜びの卒業＝10月26日

上　越　通い慣れた高陽荘で卒業式晴れやか＝10月28日

学長式辞　贈る言葉は励ましと温かさに満ちて

会場の卒業生　胸に去来する2年間の思い出

赤い羽根情報

コープデリにいがた
はがき切手回収538万を県共募へ

生活協同組合「コープデリにいがた」（新潟市）が、1月から5月に実施した「はがき・切手回収キャンペーン」による募金538万3455円を10月24日、県共同募金会へ寄付しました。

このキャンペーンは、貧困やいじめ、ドメスティックバイオレンス（DV）などに苦しむ子どもたちへの支援を目的に、組合員から未使用のはがきや切手、商品券などを募集。換金の上、県共募に寄付しました。寄付金は貧困などに苦しむ子どもたちへの支援活動を行う団体に助成されます。

新潟市中央区の新潟ユニゾンプラザで行われた贈呈式では、コープデリにいがたの登坂康史理事長が県共募の佐藤明会長に寄付金目録を手渡しました。

登坂理事長は「この取り組みをさらに広げ、続けていきたい」とあいさつ。佐藤会長は「新型コロナウイルスによる生活困窮世帯の生活支援などに有効に使いたい」とお礼を述べました。

募金を贈った登坂康史コープデリにいがた理事長（左から4人目）。右隣は佐藤明県共募会長

NHK歳末たすけあい
―25日まで―

歳末たすけあい
―31日まで―

募金活動へ、皆様の温かいご協力をお願いします。

ず～む2022 Vol.63

日記

過去の自分に教えられ

大学進学のため、県外で1人暮らしを始めた日から日記を毎日、書いている。ポケットサイズの日記帳に1日5、6行程度だが、かれこれ15年以上続いている。

先日、部屋の掃除ついでにそれなりの冊数になった日記を読み返して、見事に読みふけってしまった。大学の学友たちとの思い出、就職したての頃の失敗、そして、悩み抜いて決めた新潟へのUターン―。30代も半ばになった自分の人生のおよそ半分がそこには詰まっていた。

もちろん、ただ懐かしさに浸っただけではない。自分が忘れてしまっていただけだ。あのときも壁にぶつかり、悩みながらも乗り越えていったことを―。そんなふうに「過去の自分に教えられる」感覚が得られたことはとても貴重な時間だったように思う。

世の中には「未来に目を向けろ」という人がたくさんいる。それが大切なことだとは理解しているが、たまには過去を振り返ったっていいんじゃないだろうか。

これからも道に迷ったときなど、時々は過去の自分に会いに行き、教えを請うことにしてみよう。

（KILIN）

長岡市で第72回「県民福祉大会」

社会福祉の向上誓い合う

新潟県内の社会福祉の向上を目指し、第72回「新潟県民福祉大会」が11月10日、長岡市の市立劇場で開かれました。新型コロナウイルス感染は収束しないものの、社会の動きが「感染前」に戻りつつあることを受け、大会規模をほぼ従前に戻して開催。県内各地から行政や福祉関係者ら約650人が参加しました。

「県民福祉大会」開会のあいさつをする竹内県社協会長

参加650人 3年ぶり規模復調

福祉功労者らを表彰

県と県社会福祉協議会などが主催した大会は、児童福祉法施行75年と、民生委員児童委員制度発足105年も記念。初めに、大会会長の竹内希六県社協会長が「福祉や社会のさまざまな課題が顕在化する中で、地域共生社会を目指し制度や分野の垣根を越えた地域福祉活動に皆様と一緒に取り組んでいきたい」とあいさつしました。

続いて、大会名誉会長の花角英世県知事あいさつを、代理出席の橋本憲次郎副知事が読み上げました。

この後、社会福祉に功労のあった人などを表彰。県知事表彰に24人と里親1組が選ばれ、代表して長岡市の民生委員・児童委員の清野正弘さんが表彰状と記念品を受け取りました。

県知事表彰を受ける清野正弘さん

続く県社協会長表彰に230人15団体が、さらに県共募会長表彰には30人10地区・団体、2校が選ばれ、代表が壇上で表彰状を授与されました。

県社協会長表彰を受ける髙井一芳さん

最後に、被表彰者を代表して、県知事表彰の清野さんが「受賞を機に、さらに地域福祉の発展のため一層の努力を尽くしたい」と謝辞を述べ、閉幕しました。

第2部は、がんの日本の第一人者、日本対がん協会の垣添忠生会長が「人はがんとどう向き合うか?」と題して記念講演。この中で氏は、40年連れ添った妻をがんで亡くし、喪失感に苦しんだ後に前向きな人生を取り戻した自身の体験を披露。「人間は弱くてはかないが、希望を捨てずに生きることが大切だ」と訴え、会場の拍手を浴びました。

県共募会長表彰を受ける島宗富美江さん

ユニゾンの図書館 お薦め

新潟ユニゾンプラザ2階の「図書情報ルーム」(通称・ユニゾンの図書館)がお薦めする「今月の本」。

伝える技術を養う

要領よく話すのが苦手な小生がすがるように手にしたのは「1分で話せ」(伊藤羊一著)。「『伝える力』を世界で一番簡単に習得できることを目指して」とあり、期待できそう。具体的には「『結論』→『根拠』→『例えば(実例)』の3段ピラミッドの構築を」「伝えたいことを表す『超一言』を」など、うなずける内容ばかり。

後半には「(プレゼンで)相手が動くためにできることをすべてやろう」「そのための時間を惜しむな」「根回しだってアフターフォローだってやろう」…。

読者レビューは好感が多いけど、結構、努力が必要みたい(当然、か)。ダイエット本を読んでも何もしないことが多い小生。今回も読んだだけで終わりそう。

死は「夢の世界へ」

死への恐れは人間が根源的に抱いているという。それにあらがい「死はこわくない」と題した本書。著書が、政治や経済、医療など幅広いテーマへの緻密な取材と執筆で「知の巨人」と称えられた立花隆氏なら、ひもといてみたくなる。

小生、高校時代に読んだ女性小説家(故人)の一文が今も頭に残る。それは大意「死ぬのは怖くない。死ぬときに、これで終わりだと思うことが怖いのだ」。この一文になぜか共感し、若い頃は「死ぬのは怖くない」と強がってみせた。

死が身近な年齢になるにつれ、やはり怖さを感じる。何が怖いのか。死ぬときに「何を後悔するのか」が怖い気がする。その時はもう取り返しがつかない。だから、よけい無念に思い、その後悔に苦しみそうだ。

本書は、あとがきにあるように、死や臨死体験などに関した、自身の講演や寄稿、対談を第1~3章にまとめた。結論を急げば「いざ死の危機に直面すると(中略)死を心配している余裕などない」「死ぬのは夢の世界に入っていくのに近く、いい夢を見ようという気持ちで自然に死んでいけるのでは」と説く。

なるほど怖くなさそうではないか。怖くて死に損ねた人は太古の昔から誰もいないのだから。

福祉の店 パレット情報

パレット新潟店営業日

2023年 1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2022年 12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

営業時間 11:30~16:30 ■…は休業日

編集後記

令和4年最後の月、師走を迎えた。今年はニュースにあふれていた。北京冬季五輪のスノーボードで平野歩夢選手の金メダル獲得に沸いたのが2月。3週間後、ロシアがウクライナへ軍事侵攻を開始した。4月、北海道で遊覧船が沈没。7月上旬、白昼の街頭で元首相が銃撃された。

夏場の豪雨が県北地域を襲った。9月、幼稚園バスに5時間、園児が取り残されて幼い命を失った。154人が圧死した韓国・ハロウィーンの事故はいまだ生々しい。

著名人の他界も相次いだ。英国女王エリザベスⅡ世、石原慎太郎さん。渡辺裕之さんと上島竜兵さんの急逝には絶句した。森英恵さん、三宅一生さん。みんなのヒーローだったアントニオ猪木さん、日本中を笑わせてくれた仲本工事さん…。

新年へ悲しいニュースの連鎖は断ち切りたい。心機一転。新たな年を紡ぎたい。(佐)

福祉にいがた オアシス21 第101号 令和4年12月発行
発行・編集 社会福祉法人 新潟県社会福祉協議会
制作 島津印刷株式会社
〒950-8575 新潟市中央区上所2丁目2-2(新潟ユニゾンプラザ3階) TEL.025(285)1400
〒957-0000 新発田市富塚1419 TEL.0254(27)2101
ISSN 2188-9538