

①

# 2011 今年の10大NEWS

2011年12月31日

今年3月の東日本大震災や原発問題は、被災者はもちろん私たちにとっても、とても辛く悲しい出来事でした。このまま日本が…世界が…地球が無くなってしまいかも？と思うと、いろんなことを考えさせられました。人間それぞれ、いろんなことを考えて行かなければならない時期なのかも知れませんね。「(´へ`;)う～ん これからも色んなことがあるでしょう。でも、何が起きても生きている限り、例え明日地球が無くなろうと、その時その瞬間までガンバって生きて行きたいと思う道子ちゃんです。(\*^-^\*)

復興に向けて頑張ってる人達のためにも、私たちは頑張って元気でいて、応援して行かなくちゃね。

2011年は私の周りでもいろんな出来事がありました。今年1年を振り返って2011年「今年の10大ニュース」をお伝えします。

## 麻湖(マコ)ちゃん天国へ

今年2月22日に、10年間生活を共にして来たセキセイインコのマコちゃんが天国へ旅立ちました。鳥というよりもまるで人間のような感情を持ち、過保護に甘やかしたせいか私を召使のようにアゴで使うマコちゃんでした。そのくせカゴの外では私が側にいないと一人で遊べなくて、いつも膝の上でベタベタしてトイレにまで付いて来る始末。おいて行った時なんざ～、出て来るまで「早く出てこい！」みたいな感じで「ピー！ピー！」と鳴き続けておりました。「も～～、ちょっと待って…」。(´～`) 「ホントにも～

この10年、そんなマコちゃんにどれだけ癒されて来たものか…。とにかく、淋しいです。(；\_；)

麻湖ちゃん、たくさんの思い出をありがとう。ずっと忘れないよ。(ρ\_；) グスン

可愛がってくれた皆さん、本当にありがとうございました。<(\_ \_)>ありがとうございました



## 理絵ちゃん結婚

今年の9月23日(金)に、りえちゃんの結婚披露宴が行われました。8月9月の約2ヶ月間、腰痛のため殆んどをベッド上で過ごした道子ちゃんですが、鎮痛剤を飲んで何とか出席することが出来ました。ギリギリセーフってところでしょうか？「ふう～」りえちゃんとってもキレだった～♪そして、りえちゃんらしく、サッパリ、スッキリ、さわやかで心温まる結婚披露宴で、りえちゃんと旦那さんの人柄がうかがえました。(o^-^o) いい披露宴だった～

お二人さん、末永くお幸せに…♪。.:\*:°☆.。.:\*:°☆ d(\*^▽^\*)b 。.:\*:°☆.。.:\*:°☆

理絵ちゃんの結婚は、暗いニュースが続く中、「キラッ」と光る明るい出来事でした。



本当におめでとう♪

## 30年ぶりに札幌へ

7月の「おまけ」にも書きましたが、7月9日(土) JRで、30年ぶりに札幌へ行って参りました。列車に乗るのは、何と33年ぶり！ 久しぶり～！ (J\_〇\_)J 何で札幌？と申しますと、いつもは5月に「文化祭」、そして、7月に「交流会」がありますが、今年は会場の都合で「交流会」が6月になり、7月はヒマになったから「札幌地下街にラーメンでも食べに行こうか？ツアー」でも計画するかい！と冗談で言っていたのですが、その冗談がマジ話になったという訳です。(´～`) 「そんな訳です

二日酔いでも吐かない道子ちゃんが、列車に揺られ酔い止めのカリカリ梅を食べたにもかかわらず吐いちゃったり…向こうで合流した妹や友人たちと飲んで歌って騒いでたら、最終電車もなくなって駅を通り抜けることも出来なくなり、霧雨の中みんな遠回りして歩いて帰ったり…ホテルに着き「ホッ」として、ベッドに入ったものの殆んど眠れず朝を迎えたり…私よりも重度な車イスの人が一人でお買い物していたり…帯広では見かけないヘアスタイルやファッションをした人達と遭遇したり…と、30年ぶりの札幌を楽しんで参りました。(X▽▽) v



②に、つづく↓

②



## 6年ぶりに救急車に乗る



7月頃からいや～な雰囲気をかもし出していた腰！大事に大事に「そ～っ」としていたのに、8月の末遂に「ズッキ～ン！」。そのまま救急車で病院へGO！！その時の血圧は何とっ！190を超えていましたっ！！病院に着いて救急車のストレッチャーから身体の下に敷いてある大きなバスタオルの四つ角を4人で「1、2、3！」で持ち上げて病院のストレッチャーへ移動。痛みで顔をしかめると、救急隊員が「痛いね～ごめんね、ガンバってよ！」と優しく声をかけてくれました。それから救急の部屋に入れられ一人ぽっちに…。(・。・； 誰かいませんか…

かなり長い時間待たされ、やっと検査室へ向かうことになりました。最初はレントゲンで、今度は病院のストレッチャーからレントゲン室のガラス台へ移動。(「△」；) 痛い！「痛い！痛い！痛い！」を連呼しながらレントゲンが終了し、レントゲン室のガラス台から病院のストレッチャーへ移動。(「△」；) 痛い！で、次は恐怖のMRIです。病院のストレッチャーからMRIの台へ移動。(「△」；) 痛い！閉所恐怖症の道子ちゃんですから、このMRIは命がけ！？ε=ε=ε=へ(；><)ノもう、イヤダ～！とか何とか言いながらも、長～い長～い恐怖の時間が過ぎ無事終了致しました。そして、MRIの台から病院のストレッチャーへ移る時に事件？がっ！(「△」；) …

バスタオルを持つ人が一人足りなくて、ずっと付いてくれた看護婦さんが「〇〇さん手伝って～！」と近くにいた看護婦さんに声をかけました。側に来たその看護婦さんは看護婦としては派手なピアスと派手なメイクをし、その上意地悪そうな顔をしてたんです。(決して優しい顔をしていない道子ちゃんが言うのもなんですが…)

「1、2、3！」で軽く持ち上げ、横に並べたストレッチャーにスライドさせるように移動させるんですが、その看護婦は思いっきり持ち上げて思いっきり落としやがった！(；「□」||| ザー!! 「ズッキ！」と痛みと共に涙がちよちょ切れた私…。(ρ\_\_；) 右手で涙を拭くと、その女メチャメチャなめた口調で「あら～泣かしちゃったね～、痛かったかい？ごめんね～」だと。動けない自分が、この時ほど悔しくて情けないと思ったことはありません。元気な時の私ならその場で蹴りを入れていたでしょうね、きつと…。キック!! ((((((バ(「へ」)/θ★)°o°)/アッ!!

私の病院嫌いは注射やMRIだけのせいだけじゃありません。こんなことで腹を立てるのも嫌だし、こんな看護婦や医者がいたら信頼できませんよね。信頼関係をめっちゃ必要とする職業なのに信頼されないって「あ～た」、どうなの？ん？「(´～`；)」「どう思う？

今年は3月にも突然立てなくなって約1ヶ月ほどベッド上で過ごしたのに、「またかいっ！」って感じでした。今年も残りわずかか…何とかお正月が過ぎるまで、いや新年会が終わるまで、この身体をもたせてやりたいと思っています。自分自身に「よろしく」って気持ちです。(●— —●) …ヨ・ロ・シ・ク

## ヘルパー事業所の嫌がらせ ☼

前回の「おまけ」にも書きましたが、こんなヘルパー事業所があってもいいのはいっ？てな感じの子供じみた嫌がらせを受け、「ふざけんなっ！ やってられないぜ！」ってことで、違う事業所に移りました。良いヘルパーさんが何人もいたので残念だったけれど仕方ないっす。(— —；) … 今のヘルパーさん達も私も大分慣れて来たので、新たに良い関係を作って行きたいと思います。m( )mハハ～！

## 第6回「あんだんて」とゆかいな仲間たちの文化祭



5月19日～25日まで、帯広図書館1F ギャラリーで、第6回あんだんてとゆかいな仲間たちの文化祭を開催しました。図書館で展示するのは今年初めてですが、仲間たちの作品は図書館に訪れた人達の間を楽しませたようです。今年は2月からボランティアに行っているフルールハピネスおびひろの皆さんの作品も展示されました。来年の文化祭もぜひ図書館で行いたいんですが、その為には、早起きして2月1日の10時までに図書館へ行き、申し込みをしなくてはなりません。^\_^； たくさんの申し込みがあれば その場で抽選になります。くじ運の悪い道子ちゃんですので、抽選になるとちよいと辛い…。≧( \_ - ; ) ≦ でも、頑張ります！(「0」)/

③に、つづく↓

### ③

#### 第7回「あんだんて」とゆかいな仲間たちの交流会

6月19日(日) 第7回あんだんてとゆかいな仲間たちの交流会を行いました。その日は朝から血圧が高かったんですが、会場に着いて測ってみると、上186・下110。ステキでしょ？v(。^\_^。)v うふ♪  
ちよいと早いけどクスリを飲んで、再び挨拶などで「チョロチョロ」していました。



o(- \*o)))...チョロチョロ...(((o\*^-)o

1分間の黙祷後に、道子ちゃんの挨拶&仲間の紹介&小野寺道議の挨拶&nabeさんの挨拶等を終え、恒例の車いすレースに移りました。今年は電動車イスを使っただけのレース！車イスが思うように動いてくれず参加者は四苦八苦。v(´~`;)r ヤレヤレ

スタッフが焼肉を焼き始めると、ミニコンサート&ライブペイントも始まりました。d(@^▽^)/  
「芳寿会」の皆さんの踊り、続いて「フルーツフィズ」さんのフルーツ演奏♪そして、ロックバンドの演奏、「F内藤&ダイナマイツ」のウクレレ演奏♪そして、アコースティックバンド「くまげら」さんが、ミニコンサートの最後を飾って、今年もミニコンサートは大成功！！((( \*~▽~)交(~▽~\* ))) キャツキャツ ミニコンサートと同時に開催された、「アートパフォーマンス」は、大きな蝶の作品が出来上がりました♪そして、いよいよゲストの「淵根章&歌夢音バンド」の演奏です。懐かしいオールディーズは、とってもステキで「ウツリ」。( \*^\_^\* )

血圧が上がったりして大変だったけれど、お天気にも恵まれ、ステキな音楽♪に美味しい焼肉やお祭り気分を盛り上げてくれた“ドン”や“おしるこ”、福祉施設の展示即売会やフリマ、車いすレースやライブペイントなどなど、盛りだくさんの内容で大いに盛り上がりました。ケガなく無事終わって、「ホッ」としたワタクシです。

( \*^\_^\* )人( \*^\_^\* )人(^-^\*) 楽しかった~♪

#### 第4回「あんだんて」とゆかいな仲間たちのボウリング大会

11月13日(日)、第4回あんだんてとゆかいな仲間たちのボウリング大会を開催しました。今年も、車イスでもお年寄りでも楽しむことが出来るボウリングランプ(補助具)をディノスさんが4台購入してくれたので、今後もディノスさんでボウリング大会を行うことになりました。参加者は車イス4名を含めて総勢47名！！今年も全レーンにガター止めをして、老いも若きも、そして障害者も健常者もなくハンデなしのゲームを楽しみました。\_( ^▽^ )ノ ≡ ●^ !!!!!!!!!!!!!!! ボウリング  
みなさん！どうも、お疲れさまでした~♪ ( ^-^ )ノ ... \_\_\_● iiiiii

#### 道子ちゃんipadを使いこなす

9月の末にipadを手に入れました。( ^▽^ )>ボリボリ インターネットでの検索等もめっちゃ速いし、Youtubeで好きな曲を聴いたりカラオケの練習も出来ちゃうすぐれ物！もちろんメールや写真、ビデオも…。d(-\_^) good  
その上、パソコンと繋いで同期したら、パソコンに保存してある12000枚以上の写真がそのままipadに入っちゃった！カレンダーでスケジュール管理も出来るし、マップで目的地も探せて方向音痴の私にはもってこいです。連絡先の住所をタッチするとマップで場所を確認出来るからビックリ！触っている内にいろんな発見があるので、とても面白くていいオモチャになっています。( \*^^ )v

8級くらいから始まったマージャンゲームは現在5段。( -\_ - )y°°  
それと、10.01mmから育て始めたまりもの“もあちゃん”は話しかけたり水換えしたりして、現在30mm以上に成長しました~♪ (x▽▽) v  
まりも飼育について理絵ちゃんは「道子ちゃんど~しちゃったの~？

地味で暗過ぎるう~！」とあまり喜んでくれないようです。(苦笑) ^\_^ ;  
こんな風にipadで遊んでいたらボケないかもネ？うふっ♪((( \*~▽~)交(~▽~\* )))





# 4

## 道子ちゃんウィッグにハマる

お出掛けの時にヘルパーさんに髪をセットしてもらっているんだけど、これって誰でも出来る訳じゃないんです。ヘルパー事業所が変わる時に、「髪ど~しようかな~? ウィッグを使えば誰でも出来るかな~?」と思いつき、美容室の先生に部分ウィッグを注文したのがきっかけ! それから、違う部分ウィッグやハーフウィッグやフルウィッグをネットで見つけては購入し、すっかりハマってしまいました。( \_ ` ㄩ ` ) あい~ん

髪の色も私のカラーに近いので、ウィッグと気付かない人も…。自分では出来ないヘアスタイルもウィッグなら簡単です。また楽しい事をひとつ見つけちゃいました♪ ε = ε = ε = (ノ^▽^)/ 楽し~♪  
 という訳で、「今年の10大ニュース」を簡単にお伝えしました。( ; ` . ` ) > フゥ



今年もいろいろありましたが、皆さんにとって2011年はどんな年だったでしょうか?

出会いや別れ、嬉しいことや辛いこと、生きていれば本当にいろんなことがあるものです。( - ㄩ - ) y-° ° うんうん  
 楽しいことばかりならいいけれど、そんな訳にはいきませんよね。でも、辛いからといっていつまでも泣いていたり、暗い心でいる訳にもいきません。だって、泣いていても何も変わらないから…。° ° ° ( ; > \_ < ; ) ° ° °

後ろ向きの気持ちを前向きに…辛い気持ちを楽しい気持ちに…誰かに変えてもらうのではなく、自分で変えていく努力をしないとね。幸せだって自分でつかむものだし、楽しいことだって与えてもらうのではなく自分で見つけ出すものですから…。(\*^\_^)人(\*^\_^)人(^-^\*) 楽しいことに変えて行こっ!

こんな時代ですが、人に生まれたこと…そして、自分に生まれたことに感謝をして、残された時間を意味のある時間にして行きたいと考える道子ちゃんです。☆ ^ ( \* ^ - ^ ) v Thanks!!

それはそうと、水戸黄門の主題歌「ああ人生に涙あり」って知ってますか? ケガをしてから5年間入院していた私ですが、お年寄りが多い病院なので見たくなくても毎週「水戸黄門」を見る羽目に…。( — — ; ) …  
 なので、退院してからは一切見ることはありませんでした。でも、3、4年前からカラオケで仲間が時々歌うことがあり、改めて聞くと中々いい歌じゃないの! ってことに気付きました。てなことで、歌詞を… ρ ( . . . ) コレ

### 「水戸黄門」主題歌

1. 人生楽ありや苦もあるさ 涙の後には虹も出る 歩いてゆくんだししっかりと 自分の道をふみしめて
2. 人生勇気が必要だ くじけりや誰かが先に行く あとから来たのに追い越され 泣くのがいやならさあ歩け
3. 人生涙と笑顔あり そんなに悪くはないもんだ なんにもしないで生きるより 何かを求めて生きようよ

と、こんな感じです。どうですか? いい歌詞でしょう? 我々もこんな風に、生きて行きたいですネ。( \* ^ ^ ) v

毎年「アツ」という間に1年が過ぎてしまいますが、今年は体調を崩しベッド上での生活が長かったせいか、いつも以上に時の流れるのが早かったように感じます。ダッシュ! — = ≡ ^ ( \* - - ) / こんな感じで1年が…  
 今年中に「機関紙」&「お知らせ」&「おまけ」を作り郵送しようと、この「おまけ」を2、3日前から時間のある時に「チマチマ」書いていましたが、残念ながら今日はもう31日の大晦日です! 今日中に出来上がると思いますが、皆さんの所にたどり着くのは、多分お正月明けになると思います。 | 電柱 | \_ ; ) ジイ~…たぶん

みなさん、今年1年ありがとうございました! 来年もどうぞよろしくお願い致します。( ● ^ ▽ ` ● ) / よろしく♥

今年はちよいと辛い年だったので、来年は目一杯明るい年にしたいと願う道子ちゃんです。

みなさんにとっても2012年は良い年でありますように…「ア~メン」。 † ♪ 教会 ♪ † m ( 〇 〇 ) ア~メン

今回、言い訳は致しません。(無いと何か淋しいでしょ? なんてね)