平成30年度　第2回

ボランティア　交流会

平成３０年７月２１日（土）

市役所南館　２階　市民活動支援センター

わたしの
ボランティア活動と健康

谷上　惠子

生れて以来、60歳過ぎまで病弱。

敗戦の年、満洲で生れ栄養失調。以来病気の百貨店状態。次々発病しつつも、身内に助けられ命の危機を逃れてきた。死ぬ側からしか見てこなかった人生だった。この年まで生きていると分かっていたら…　然もこんなに元気で…

私の「狭山デビュー」

- 母、95歳。家事全般を担ってくれていた。
- 私、66歳。母の看取り準備のために退職する。

- 家事見習いをしつつ、老々二人の暮らし。
- 大阪狭山市広報を初めて熟読する。
- アップテンポ　⇒　スローテンポな生活に

母、96歳　他界。

亡くなるまで元気で、看取りをしないまま逝かせた。
哀しさ、寂しさ。烈しい後悔。自己嫌悪から脱力感。

母の冥福を祈る。

いつまでも哀しむまい。　独りで生きる術を探さなくては　でも、

この地域に友達がいない。仏壇前にばかり座っていた。

なにから？

大阪狭山市って？　広報から情報を集めた。

はじめた？

広報誌から、さやか観光会　＆　狭山池博物館で
ボランティアを募集しているのを知る。

カレンダーに、予定を書きこむ
楽しみ、わくわく感、が新鮮。

何でもして貰って当たり前。から
何でもしなくてはいけなくなった。

仲間が出来た！嬉しかった。
職場の仲間とは違う地域の仲間。

それから7年目

利害関係のない地域の仲間がいっぱいできた！

いま、なにしてる？

- さやか観光会
- 南海、広域連携歴史探訪ガイドウォーク事務局
- 狭山池博物館
  - 解説ボランティア　・　歴史ウォーク部会　　・集額会
  - 古文書をよむ会世話人　など適宜
- まちづくり研究会
  - 都市計画 行財政分科会
- 大阪狭山市　個人災害ボランティア

外へ出たら、顔見知りの人がいる
安心感。毎日が充実して来た。
死ぬことを考えなくなった・

ほぼ、健康　でいられているからだと思う。

今、どう思ってる

忙しいは、心が亡くなることです。と書いてある冊子を見てドキッとした。けれど…

これから・・・。　どうする？

あと、少しやり残し感がある。もっと仲間をふやして多くの人と繋がりたいと思っている。楽しいことが未だある気がしている。

私のボランティア活動は
未だ、6年に過ぎない。
私の人生で、この6年間
は、きっと一瞬の時。
ほぼ、思い通りのことが
実現出来ている。独りで
はないと思える。

有難うございました。