



1月1日現在の中山

世帯数 1,367
人口 3,349

【問い合わせ】
中山公民館報編集委員会
58-5822

生前意思表示

リビンググワイルについて考えよう

松本市介護と医療連携支援室 医療・介護コーディネーター 岡村律子さんを講師としてお招きし、11月20日に中山公民館の大会議室でご講演いただきました。

たいこと、記録として遺して欲しいことなどを書く冊子や製本になっている物で、書店等では数百円から数千円程度で販売しています。

リビンググワイルとは、事前指示書（生前の意思表示）という理解をしていただければ良いそうです。

エンディングノートは、自分が生まれてから今までの人生を細かく書き記し、亡くなった後に参考にしてもらいたいという思いで、10年くらい前でしたら、エンディングノートが流行って「福祉ひろば」でも講座が開かれました。しかし記事が項が多く、文章を書くことが苦手な人には不評でした。

もう、手を尽くしても死を免れない状態の時に、心臓マッサージをするか、気管挿管するか等、究極の選択を求めるもの、自分でどうしたいか決めておくことがリビンググワイルです。

よくあるのが、ガン末期で余命幾ばくも無い状態なのに、慌てた家族が救急車を呼んでしまうケースです。すると、救急隊員は任務なので救命処置をせざるを得ません。あばら骨が折れても、多臓器不全を起こしているだろうと感じながらも救命処置をせざるを得ない任務です。在宅での看取りを予定し、訪問看護や、かかりつけ医等がチームを作り、準備していたのに：それは、延命治療となつて、意識が戻らない状態で生き続けることに：機械によつては莫大な医療費もかかります。

超少子高齢化だからこそ、延命治療を自分で希望するかもしれないかを、あらかじめ家族やかかりつけ医と相談して行くことを含めて、松本市医師会では推進していこうとしています。

アンケート結果

ほとんどの参加者が「死」について話すべき、話しても良い、と回答した反面、老後や介護に対する不安が大きいことも分かりました。リビンググワイルについても関心があり、9割近い方が必要だと感じています。



懐かしの歌をみんな

今年7月に行われた歌声喫茶、「楽しかったからもう一度やってほしい。」との声があり年の暮れ12月21日の昼過ぎから2回目の開催となりました。

歌の数々がリクエストされ、歌うにつれてだんだんと歌声も大きくなっていきます。「瀬戸の花嫁」「忘れな草をあなたに」そして定番「青い山脈」と次から次へリクエストが飛び交い、たっぷり2時間、25曲が中山の地に響き渡りました。

「中山地区地域づくり協議会地域活性化部会・公民館カフェ」のカフェガールが入れるコーヒードリンク、そして石さん（埴原東町会長）が差し入れてくれた干し柿とお菓子が参加者に配られると、演奏はピアノが星井彰美さん、ウッドベースが丸山俊治さん、ギターが中山公民館鈴木館長の生演奏で、歌詞はスクリーンに映し出される形で始まりました。

「これからも度々開催してほしい。」との要望がたくさんありました。第3回目が開催されることを願うばかりです。

「ふれあい」「あざみの歌」「高校3年生」など懐かしい

参加者のなかには新聞で開催を知って横田地区や波田地区、さらには塩尻市から足を運んだ人もいて43人の大賑わい。インタビュールした方々がニコニコ顔で話してくれたのが印象的です。



シリーズ 中山小学校
わたしたちの
クラス紹介



シリーズ 4 回目は 4 年生のクラスを紹介します。職員室にご挨拶を済ませ、2 階の教室に案内をしていただきました。男子 8 名、女子 8 名の計 16 名のクラスです。
担任は伊藤拓先生。子どもたちを常に温かく見守り、先生と生徒の信頼関係が築けているクラスのように感じました。

子どもたちに聞きました「学校で何をやっているときが一番楽しいですか？」
元気な声でサッカーと即答でした。2 時限目の後と、昼休みに学年を越えて一緒にやっているとのことでした。

先生の好きなところは？
「忙しくて遊んでくれるところ」
「勉強で分らないところは優しく丁寧に教えてくれるところ」
「勉強で分からないところはとことん教えてくれるところ」
先生に直してもらいたいところはありますか？
「朝の予定 (時間割) を間違える」
「毎日の宿題で 2 度同じものを出す」

伊藤先生に聞きました「このクラスを一言で表すと？」
「絆が強い」
「4 年生の定例行事『泉小太郎の民話劇』を通して、一つのことを全員が協力して完成させる喜びと、作者の意図している部分を、お互いが理解し合っています。作者が伝えたいのは、繰り返し読み、学ぶことにより、人への思いやりと心の優しい豊かな感性を持った子どもに成長することを希望されたのではないかと思います」と先生は話されていました。
その心が子どもたちに伝わったのかもしれない。

中山線バス新車両で乗客増加

昨年 9 月に 14 人乗りの新車両となった中山線バスは利用者数も増加し、中山住民の足としての役割が一段と増えています。
平成 30 年 4 月～11 月までの延乗客数は 6,912 人で、前年同期比 81.8 人の増加。1 便当たりの平均乗車人数も 5・36 人と、前年同期 4・78

史跡を巡って

植原東町会ウォークキング

植原東町会では、季節ごとに親睦を深める行事を企画しています。この秋は身近な史跡を巡るウォークキングが 10 月 28 日 (日) に行われました。
参加者は 20 代から 80 代の老若男女 26 名で、講師に植原北町会の赤羽重信先生を迎え、午後 1



時に植原東公民館を出発し、植原神社、蓮華寺、植原城址を約 2 時間半かけて巡りました。植原城址への道はきつい坂道があります。その道を最

高年齢の 80 代女性は「腰が曲がっていても足は丈夫だから」と実行委員の心配をよそに、最後まで元気に歩き、驚かされました。
慰労会では「行ったことはあっても、どんな歴史があるのか知らなかった」「とても勉強になった」また「植原城址は、もう少し雑木を整備してもらえれば、松本市街を一望できるのに残念だ」という感想も出されました。

バスの人を 0・58 人運転手によると「雪が無ければ、中山線は走りやすい」「バス停ではない所で停車を求められるのは困る」とのこと。
一方、棚峯住民の利便を見込んで、「古屋敷」から県道 63 号線の南へ 600 m 程の運行ルート延長と新たなバス停の設置が計画され、来年 4 月の運行開始に向けて準備が進められています。



伏見

ひとところ週刊誌で、「飲み続けてはいけない薬」、「受け療ネガティブキャンペーンが盛んに行われた。健康不安を抱える高齢者等をターゲットとした記事だ。この頃は葬儀、お墓、遺言の準備、財産相続や身の回りの生前整理など終活記事がやたら目に付く。『ポーッと生きてんじゃねーよ』ってことかい。(Y・N)