

みんな、年金 貯めとこな一



いもねえさん

なんで？

なんでなの？

プリンターが使えない！

インクがきれて、息子と型を確認して4000円ぐらい出してインクを交換したのに、、、
もうっ！

設定がちがいます、とすました音声が。

ねえ、、、プリンターがね、、、

息子のため息が聞こえてきそう。。。

でも、次にもう1回やったらインクがちがいます、と又すました音声が。

おい、私をバカにしてんのか？

でもこんなことに数時間も使えるか、私の人生は残り少ないんだ。

プリンターって必要？と息子。

もういい！

ヤフーの表紙がいきなり変わっている。

どういうことだ。

ねえ、、ホームの家のマークがなくなった、、、お気に入りもなくなった、、、

なんか老眼鏡もあわなくなったのか、画面がよく見えない！

あ～

そういえば息子がアイパットとかなんとか言っていたよな。

みんな、年金貯めとこなー

「みんな、年金ためとこなー！！」

もう圧倒されちゃうよ。

こんな静かな離島での一人暮らしの私には。。

シルバー劇団があって、それは60歳以上が参加できる。私は資格がありエキストラで参加した。エキストラで、セリフはないし、大阪からの劇団を迎えるので、稽古を見せ合う形で参加した。それでも練習はあった。

後ろの方で踊り、時にポーズをつくるのだけれど、もの覚えも悪くなっているし、踊りのセンスが、、、難しい。

大阪のオバチャンたち、ご一行様。

平均年齢はずっと上。でもその元気さ、パワーには圧倒される。

CMに出ている人もいるようだ。

そういえばあんなオバチャンが出るCMを見たことがあるような気がする。

関西弁でしゃべるしゃべる、そして何でもこなす。

ホールを貸切でうちあげのカラオケもただのカラオケではない。

踊り、替え歌、もうただただ圧倒された。役者ぞろいだからとぎれることも、シラけることもない。

こういう場所が苦手でアルコールも飲まない私が、気がついたらジュース片手に、座る場所を二度も変わっていた。

楽しい、楽しい、ここはすばらしいとこや～、こんなに歓迎されることめったにないわ～

普通はやらせて下さい、と頼み込むのに、ここは花束なんかもろたー。

来年の大会で又会おうな～

絶対大阪に来てなー

みんな、年金貯めとこなー

元気印のかたまり。私は圧倒されのぼせあがって2日間ぐらいボーッとしつつ、興奮していました

。

13年目にして柿の花！

我が家の柿の木は、大きくなるばかりで見捨てられたかのように下草やつるがはびこっていて近づけなくなった。



たしかに柿なのだ。が、柿の実はできない。

今年20歳になった末の息子が小学校1年生の時の給食で出た柿。

皆からタネをもらったと言って、たくさん持ち帰ってきた。

何でも植えてみたがるし私もそうなので、とりあえず10個ぐらいをポットに植えてみた。

芽は出た。伸びてもきた。

いつ柿ができるの？

桃栗3年、柿8年というからね一高校生になる頃かな～

何本か発芽した中で、一番元気よく伸びたのは、何と2本が交差して足を組んでいるような形のもの。2本一緒だ。

もう分けられない、このまま植えよう。

飼っていた鶉コッケイがネコかイタチにやられて死んでしまい、そのお墓のそばに植えた。

柿の木のことには忘れていた時期もあった。

けれど、年々大きくなるし、我が家には記念の木もないし、抜いてしまう気にもなれず。。。

青葉の頃はきれいだけれど、冬は葉を落とす。

植物としては面白くもなんともない。

柿、ならないねー、10年たったよねー、などと話すこともあった。

もう大きくなりすぎて抜くなんて、無理。家の高さだ。

交差していた根元はいつのまにか合体している。

柿はならないままに、息子は家を離れた。

ヤギは実のなるものが好きというから、あの青々とした柿の葉を切って持って行こうかなー
剪定ばさみを持って近づいた。

少し切った。何、コレ、、、虫？と払おうとしたら、何とうす黄色の花！！

柿の花だ～

よくみるといっぱいいつている。毛虫もいっぱいだー。



すぐに身なりを完全に整え、まずは下草を刈る。つるも切る。

毛虫も届くところは全部捕った。

スゴイスゴイ！いっぱい花が！

ただ、ここは風が強い、鳥もいっぱいいる。

一つでいいから我が家の柿、食べてみたいなあ。

朝起きて最初にすることは

そういう質問があった。

いろいろだなあ。。。。

顔を洗うとか、お湯をわかすとか。

トイレ掃除というのもあった。

かつての私は、朝、コーヒーを入れたマグを片手にお庭をみてまわる、という自分の姿を想像していた。

今の私の何とだらしなこと。

何もしない、というより布団から出ない。

夜寝る前の続きがそこにあるだけだ。

寝転んだまま、老眼鏡をかけて本を読む。

トイレに行ったら、ついでにトマトジュースを飲んで、不整脈の薬を飲んで、又布団にはいる。

仕事がある時は、それに間に合うように起きあがって行動する。

ホント、だらしのないなあ、私。

かつてこういうとてつもなくだらしのない生活を1日でいいからしてみたいと思っていたことがあった。

常に時間に追われ、自分の時間がほしかった。

コレ、イイナー、最高！と思う時と、たまらない不安におそわれる時とある。

まず、朝起きて最初にすることを考えてみるかな。

今年もお願いしておいた。

部落長さんが変わられて、日赤の何たらかんたらを集金に来られた。

よろしくお願ひします。

あの一、私、一人暮らしなので、もし何かあった時、通夜や告別式はしませんので、、、そのことをお知らせしておきます。

親しい人から言われた。

あなたね一、部落長さんに言っておかないとダメよ、
どんどんすすめられて請求書は子供に行くよ、と。

そう、葬儀などは部落長さんがかなり動くようだ。

訃報の連絡も部落長さんからくる。

通夜はいつで、出棺は何時で、、、と。

いつ何が起こるか分からない年齢になってきたし。

部落長さんも、いやー私もいつどうなるかわからない年齢で、考えてしまいますよ、としばし立ち話。

手浴ならいつものことだ。

身体をリラックスさせ、かつ身体に負担にならない方法に
半身浴、足浴、さらに手浴もあるという。

えっ、手浴！

訪問入浴の仕事では手をお湯につけている時間がいっぱいある。

お湯の中で身体を洗い、温まっていたく時には、スタッフの手は湯船につかっ
ていて時にお湯を身体にかけ、時に足をゆっくりマッサージ、時に湯船の底の部分をかきま
ぜる。入浴剤も入れているので香りもいい。

これ、手浴だよねー。

利用者さんと、お互い癒しになってるんだー。

汗びっしょりなもんだから、手浴だなんて考えたこともなかった。

これからは私自身の癒しだとも思ってリラックスしよう、そんな余裕あるかなあ。。。

シニア対象のスマホだってさ。

何年前に買ったのかなあ、私のケータイ。

らくらくホン。

だいたいケータイというのは、私が買おうと思った訳ではない。

なんとではなく子供らにつれられて、電気店へ。

それで何となく買ってしまったのだ。

機種や機能なんてめんどくさくて、私の意思で決めたのはケータイの色ぐらいのものだ。

実はカメラ機能も使ったことがない。

夜、ホテルで子供がやたらといじくりまわしていた。

それでもって、みんな私の家族なんたらになっている。

私はミニミニかSSなんたらだ。

使わないケータイでも最近はすぐに充電しないと電池ぎれになる。

週1ぐらいは充電しないと。

もう古いからケータイも交換する時期なんだろうなあ。。。

しかしだ。

今や、スマホばかりだよというではないか。

店をのぞく気にもなれないのだ。動悸がしそうだ。

新聞の記事ではシニアのスマホ教室が満員と。あらたに教室も開くとも。

そうだよな、私がこう思うと言うことは、同じようなことを考えている人がいっぱいいるということだ。

なにせ、この世代はハンパじゃなく人が多いのだから。

そして、らくらくホンというケータイの電池がなくなる時期なのだから。

本屋さんの棚

久しぶりに上京し、何となく本屋さんに立ち寄った。

手前の方の、人が見やすい場所、そこには何と、

定年後の暮らし方、とか50代から始めること、とか定年後何をするか、とかそういう本が並んでいた。

手に取らず、背表紙だけをながめていたけれど、もうそこは、一つのコーナーのようだった。

まさに私なんかその本のターゲットだ。

そして本屋に立ち寄ってみる世代でもある。

昼間のコーヒー店ではアイパットを操作しつつ時間を過ごしている方がいるとも聞いた。

みんな悩んでるんだね、これからあと10年をどう過ごすかを。

ていねいな生活① ドクダミ茶

時間があってもどうも落ち着いた生活ができない。

4月からフリーの時間が多くなった。

思う存分時間が使える。

なのに、なんでこういつもソワソワしてるんだろう。

何一つとして落ち着いてできない。

ただのだらしない生活。

そんな中、久しぶりに知人を訪ねた。

大振りな湯飲みに、香ばしいお茶。

おいしい、、、何のお茶？

ドクダミ茶、作ってるの。

3杯は飲んだらどうか。

ドクダミ茶か〜今、いっぱいあるなあ、ドクダミが。。。

作り方を教わるとけっこうな手間、そして煮出す時間、う〜ん。。。

でも身体によさそう、それにこのお茶を作る過程が落ち着くのかも。

時間にも、気持ちにも余裕がなければできない。

早速、家に帰ってからドクダミ茶作りに取り組むことにした。

知人は試行錯誤を繰り返して、今のお茶ができたと言っていた。

私も一回目からうまくいくとは思えないけれど、でもやってみることにした。

見事に一回目は失敗。ドクダミの臭いがとれなかった。

二回目に挑戦してみよう。

ていねいな生活② カモミール茶

カモミール育ててる？と友人。

ううん、持ってない。

私が不眠なんだと話していた時のことだ。

じゃあ、持って行く？と株を掘り起こしてくれた。

6株あった。

こぼれダネで増えたの、あっちのも、ここのも、と。

家に帰って、とりあえず花の部分はバサッと切ってから植えた。

お花を摘んで、乾かしてお茶にすると不眠にいいよ、と。

あれから1ヶ月。

切ったところからはどんどん花芽が出て、かわいい花が咲く。

朝、ハサミで花を切って、小さなザルに入れて、すすいで乾かす。

毎朝ではないけれど、ひとつ、ふたつ、と数えながら、だいたい80個ぐらいの花を摘む。

う～ん、この時間がいいのだ、と自分に言い聞かせつつ。

しかし、腰が痛いんだけど、、、

よくみたら、下にはこぼれダネからの発芽が4本出ている。

こんな摘み方してたんじゃあ腰にくるな。

花のあたりをバサッと切って、家の中で花をとればいいのかなあ。。。

最初に摘んだのが乾いたのでお茶にしてみた。

ハーブティは100℃で入れると聞いた。

ちょっと蒸らして、、、う～ん、いい香り、ちょっと甘いリンゴっぽい香り。

飲めそうだな私にも。

朝、カモミールを摘む。

なんかステキだ。

ただし、いつまで続くかだな。

眠剤を飲んでも眠れない、なんて言っていないで、こういうことが大切なのね。

シルバーマークの車だらけ。

運転を得意としない私。

でも、もう30年以上、ほぼ毎日車を使っている。

だれー？運転は慣れですよ、なんて言ったのは。全然慣れないんだけど。

今でもできるだけ運転はしたくない。特に夜は。

だけれど生活の足だから。

先日も、曲がれるかな～、ポコ、曲がれなくて電柱に車の前をぶつけた。

かすかな衝撃があっただけで、バックして切り返して曲がった。その電柱はこすり傷がいっぱい
ついている電柱だ。

みんな、ここはぶつけるんだなハハハ。

島は生活の足だし、高速道路があるわけでもない。

車がなければ生活に支障をきたす。

先日朝9時すぎ、スーパーの横を通った。

9時開店前には椅子に座って待っている人も見かける。

駐車場には車が10台ちょっと止まっていた。

シルバーマークをつけた車を5台は確認した。

よそ見するほど余裕のないドライバーの私だから正確な数字ではないが。

スゴイ、この時間シルバーの人たちが買い物をするんだなあ。。。

たのもしいなー、どんどん買い物をして経済をまわしてください！

いっぱい買って、近所や子供や孫に配り歩けばいいんですから。

島で一番人数が多いのは64歳の人だという。

あー、あと数年後には、シルバーマークの車だらけになっちゃうね。

私もそろそろつけようかなあ。

塩麴。

聞いたことはあるんだけど見たことも使ったこともなかった。

塩麴。

何となく響きがオシャレ。

上京した折に、道の駅で「塩麴」を売っていた。

きゅうりにまぶしてあって、試食もあった。

特別においしいというものでもないけれどまずいというものでもない。

「塩麴」に興味があったので買った。

1回に使う量はほんの少し。

1回目はきゅうりにまぶした。

まぶしすぎてお皿の底に残ったので、味の薄かったラーメンに残り汁を入れた。

鶏肉に塗って、半日置いて、フライパンで焼いた。

サバに味をつけないで焼いて、最後に塩麴を塗って焼いて焦げ目をつけた。

チャーハンの最後の塩味の調整に塩麴。

なかなか、使えると思った。

塩のかわりに。コクが出て。

これは飽きることなく最後まで使い切りそうだ。

ワルイ、座るわ。

電車の中で座っていた。

ドアの柱から2番目の席。

柱のところで若い男女が話していた。

どうやら美容関係の仕事か、学生か研修中のような感じだった。

あそこは人間関係がラクみたい、こういうデザインはどうなのかな、横浜のきつさはハンパじゃないらしい、この前こういうことがあった、とかなんとか、、、
時に笑い、とぎれることなく話していた。

私が駅のホームが見えて降りようと腰を上げると、

男性の方が、さっと来て、「ワルイ、座るわ。」、「うん、いいよ。」と女性の声。

女性を座らせる、というオバサンの考えはもう古いんだね。

疲れてたんだろうなー、男性の方が体力があるとは限らないもんね。