

秋田県内在住の産業カウンセラーの皆さん、こんにちは！ 回覧板春号をお届けします！

## リレー投稿『思うこと』 -13-

### 思うこと

秋田ふれあいこまち会 赤沼 紀美子

愛犬の散歩で、私の一日が始まります。運動不足を改善しようと、今年から少し距離を伸ばし20分から30分コースにしました。

爽やかに晴れた日は風を感じ、日の暖かさを全身で受けとめ、待ちわびた春の到来に弾みながらの散歩ですが、記録的大雪だったこの冬は、長くつで雪を掻き、愛犬は雪だるまになって歩き続けた日々でした。3月中旬になり、壁になっていた沿道の雪は気温の上昇で雪解けが進み、放射冷却で氷点下の朝は路面が凍り、愛犬とツルツル足を取られながら土手の沿道へと進みます。正面の木々の間から登ってきた朝日が、眩しく「おはよう！」。その日差しに応えながら、「今日も一日、良い日でありますように。」

手を合わせ、家族の一日の平安への祈りが日課です。欲張りな私は、次々とお願いごとが並びます。その中でも心配なのが、一昨年に生まれた孫の成長です。

25週しかお腹にいれなかった孫は、486gで誕生しました。喜びよりも、想像を絶する体重に「生きていける？」という大きな不安に襲われた私でした。

その日から、「どうかどうか、無事に育ってくれますように。」と、祈ることしか出来ません。

数日後、初めての面会はモニターでした。どこがどんな風に映っているのか分かりませんでした。ピクツと動くと、「あー、生きてる、良かったあー」とハラハラしたりホッとしたりでした。

超低体重児医療に特化したチームの方々の、24時間体制の看護に助けて頂き、日一日と体重が増え、2ヶ月頃には1048gになりました。まだまだたくさんの機械が付いてましたが、保育器から小さなベッドに移り、毎日届けた母乳は、綿棒からスポイト授乳になりました。

3ヶ月頃から哺乳瓶になり、ガラス越しの面会も出来、やっと近くで会えました。一人前に赤ちゃんらしくなり、感動!!そして安堵。

でもそうになると、「目は大丈夫かなあ、耳は聞こえるかなあ」と心配が追いかけて来ます。「大丈夫、きっと大丈夫。」と自分に言い聞かせ、祈り続けました。

たくさんの検査に一喜一憂しながら5ヶ月過ぎ、退院の日を迎えられた時はひとしおでした。

医療チームの方々から可愛がって頂き、不安でいっぱいだった二人もどんなにか心強かったと思います。

成長と共に、次々と心配は尽きませんが、すくすくと育ってくれる事を願っています。それは誰もが同じだと思います。

1歳半になった孫は、標準よりはまだまだ小さいですが、自分の足でそろりと立ち、「3歩」歩きました。

手のひらに乗るくらい小さくて、500mlのペットボトルよりも軽かった孫は、ゆっくりゆっくり自分のペースで成長しています。

今朝も愛犬は、私を右へ左へと振り回し、土手へ向かいます。

春の柔らかい陽光に手を合わせ、「今日も一日、良い日でありますように。」



## 県運営部、学習グループ活動など

### ◆ 学習会グループ新体制

#### 秋田ふれあいこまち会

4月24日に総会開催、提出全議案可決

役員は会長森田（再任）、副会長岩谷（新任）、副会長渡部（再任）、事務局長小西（新任）、会計佐藤（紀）（新任）、監事泉谷（再任）です。

2年間ご難儀をおかけします。楽しい学習会にしたい、と森田会長が決意を述べられました。

#### サキホコレ会

役員等選出（予定）

役員は会長柴田、副会長藤井、事務局赤沼、会計内藤、全て新任です。

こまち会との共同学習会の日程等打ち合わせ中です。

### ◆ 月度定例学習会

日時 4月24日（土）13時～14時

会場 秋田市老人福祉センター

参加者 9名

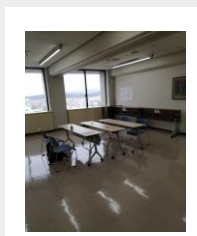
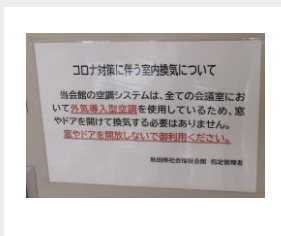
担当 こまち会会員 保坂雅和 氏

テーマ コロナ禍における心の問題への対処  
感染症の一般的知識、情報提供していただいた後、メンタルヘルス全国調査の結果、対処法などお話しいただきました。ワークの実施などにより有意義な時間を過ごしました。



### ◆ 県運営部無料相談会担当者打合せ会

4月24日10時から12時まで9名の参加を得て、今年度の打合せ会を開催しました。寺田県運営部長の司会のもと、令和2年度の相談者実績、今年度の会場利用上の諸注意、チラシ配布のお願い、インテークのあり方、事例検討など熱心な意見交換がなされました。**無料**相談会は今年度も秋田県自殺対策補助事業に採択される予定ですが、関わっているカウンセラーの皆さんの多くの時間はボランティア精神に頼っている状況です。**参加者**からは、無料相談会事業実施の目的の一つである各人のカウンセリングスキルのレベルアップを誓い合い、今年度も頑張る、との意欲が示されました。**今年度**も地元紙への掲載、チラシの配布など協会会員の皆様にご難儀かけます。**秋田県**の自殺者の減少に少しでも貢献できればいいですね！（秋田会場における相談室は、3年度から会館事務局のご厚意により、外気強制導入換気・アクリル板の設置などコロナ対策が施されています。）



### ◆ 秋田県運営部連絡先

秋田県運営部への問い合わせなどにご利用ください。

運営部長連絡先 080-9259-6005

メール jaico\_akita●yahoo.co.jp

スパムメール防止のため、●を@に置き換えてご利用ください

