

## スタッフ コラム

次女が大学生になって早一か月。だいぶ慣れてきたのか、ポツリポツリと大学の話をしてくるようになりました。サークルの話、新しい友達の話等々…。

その中で彼女にとって衝撃的だった事の一つが、夜間のクラスに通う大人のクラスメイトの存在のようです。一見こわもてのガテン系、年の頃は35、6歳のお兄さん。次女曰く、ママより年上の上品なおばさん。70歳は過ぎたと思われるどこにでもいそうなおじいちゃん。日々同じ教室で学び、一緒にスポーツの授業を受けているそうです。

彼らは何を目的に、大学に学びに来ているのでしょうか？決して簡単に入学出来る所ではないはず。社会の中で、それぞれ役割を持ち、経験を積んできたであろう人達が、夕方からの貴重な時間を使って学ぼうとしている事に、私は驚きと尊敬と、羨ましさを感じました。決して大学に通いたい訳ではありません。知らない事を学びたいとか、何かの目的の為に努力するという事は私はしているのか。日々の忙しさに理由をつけて出来るのにやっていないだけではないのでしょうか…。私にもやってみたい事はあります。確かに今までは仕事や子育てに時間の大半を費やしていたと思いますが、娘も二人大学生になり、それぞれの将来を考えるようになったようです。

私も、少しずつではありますが、自分の為に時間を使い学んでいきたいと思います。人生いくつになっても勉強です！お会いしたこともない次女の同級生達に感謝したいと思います。



宮田昌美

## あとかき

この時期にいつも思うこと。6月は梅雨の時期なのに「水無月」と書いて「みなづき」。梅雨の時期なのに水の無い月なんておかしいな…。調べて納得、実はおかしくないのです。

水無月の「無」がいまの「の」という意味になることから「水の月」。私達が普段思う漢字の印象と反対になって面白いですね。他にも旧暦の6月は今の7月上旬から8月上旬だから水が無い月等々。水がある月の水無月なのか、水が無いから水無月なのかどちらも正しいようです。

6月は他にも鳴雷月(なるかみづき)、焦月(しょうげつ)、風待月(かぜまちづき)、涼暮月(すずくれづき)などと呼ばれていて、昔の人が自然を愛し、季節の変化を美しい言葉で表現して楽しんでいただくと感概深いものがあります。

外出が億劫になりがちなこの季節、シトシト降り続ける雨の音を聞きながらお家で読書なんていうのも良いかもしれません。



出口秀美

## ちょっとひといき



今日は歯の衛生月間ですね！  
私は親知らずの抜歯をきっかけに歯医者に通っていて、2ヶ月に一度歯科衛生士さんから磨き方のチェックをしてもらっています。虫歯にならない為には普段からきちんと歯を磨くことが大事ですね！  
歯の磨き方にはうるさい私からちょっとしたアドバイス(\*^▽^\*)

- ★歯ブラシの選び方
  - ①毛の硬さ  
一般的…「ふつう」  
歯茎が弱い、歯周病で腫れや出血がある…「やわらかめ」  
虫歯や歯周病がなく歯茎が健康で強い…「かため」
  - ②ブラシの大きさ  
歯ブラシのヘッドが「ふつう」もしくは「小さめ」のもの。3列の櫛毛で長さは親指の幅くらい、毛の切り口はギザギザよりも平らな方が力が均等になります。
  - ③交換時期  
歯ブラシの毛先が開いてきたら交換のサイン。毛先が開いていなくても、長期間使用していると毛先の弾力が衰え歯垢を除去するパワーが落ちるので、1ヶ月に一度が目安です。

★虫歯になりやすい場所を磨く  
「歯と歯の間」「歯と歯肉の境目」「奥歯の噛み合わせ」この3ヶ所は食べカスなどがたまりやすい場所です。

★手鏡を使う  
手鏡で口腔内を見ながら磨くと、例えば歯と歯肉の境目にブラシがきちんと当たっているかどうか確認できるので磨き残しの防止にお勧めです。

食べカスが歯垢に変わるまで約24時間かかるそうです。1日1回、丁寧に歯磨きしてみませんか？



白石弥生

## スタッフコラム

私が乗っている車は、4年ほど前におじいちゃんから譲り受けたものです。車の中には譲り受けた当初のまま、おじいちゃんの私物が入っており、ボディにもおじいちゃんが付けたであろう傷が入っています。

その車を運転するのが好きだったおじいちゃんは、私と顔を合わせるたびに「あの車は軽だけどよく走るだろう、走り心地はいいかね？」と、自慢げに話していたものです。

そんなおじいちゃんを昨年亡くし、ちょっとずつ車の中を整理しつつ年季の入ったボディを眺め、この機会に新車に変えるのもいいかも、と考えていた時のこと。運転中に後部から軽い衝撃を感じ、振り返ると車が1台。そうです、接触事故に遭ってしまったのです。幸い、お相手にも私にも怪我はなく、本当に軽い事故で済みました。

そして、お相手の方と話をしていくうちに、なんとその方はおじいちゃんの古い友人であることが判明したのです。「そうか、邦さん(祖父の愛称)は亡くなったのか」おじいちゃんが亡くなったことを伝えると、きっとこれは邦さんが引き寄せてくれたご縁と、おじいちゃんの思い出話をいろいろと聞かせてくれました。

そして数日後、修理に出した車はピカピカの新車のように帰ってきました。まだまだこの車を走らせてくれよ、と言われている気がして、もうしばらくはおじいちゃんの車に乗り続けようと思った出来事でした。



伊藤沙由貴

万が一の時に、喪主になられる方へ、いざという時に慌てないために事前準備をしっかりと行うことが大切です。

①お葬式の流れ  
もしもの時に慌てないために、ご臨終から通夜、葬儀、初七日法要までの流れを把握しておきましょう。

②生前見積り  
生前見積りとは、生前中に葬儀プラン等を設定し、見積書等を発行するサービスです。葬儀の内容を十分検討出来るとともに、事前に費用を把握することで金銭的な不安を解消できます。

③個別相談  
ドリーマーでは、ご相談者のご要望を確認した上で、不安な事柄を汲み取りながら不安な点についてお答えします。

お問い合わせ資料請求  
お急ぎの方は電話にて対応いたします。

フリーダイヤル  
**0120-44-5880**  
365日24時間対応しております。  
【通話無料】携帯電話でもつながります。  
ドリーマーご自宅出張  
無料事前相談実施中 !!

ドリーマーのご葬儀費用

◆ドリーマーではご葬儀前に必ず全てのお見積もりをお客様に提示いたします。

◆ご予算に合わない場合は、予算に合わせて内容の変更が可能です。

◆後で想定外の費用が発生する事はございません。

### 終活セミナーはじめました！！

【終活】というと、終わりに向けての活動ととらえられがちですが、実は、人生の最後に向けて前向きに準備することで、本当の悩みや気持ちを整理し、残された方へ本当に伝えたいことを明確することにより、今をより自分らしく生きようとする前向きな活動のことなのです。

ドリーマーでは終活カウンセラーが、地域の皆様方の所にお伺いしてご葬儀について知りたいこと、エンディングノートの書き方のポイントなどをご説明する【終活セミナー】を行っております。これを機会に「終活」を考える機会をもたれませんか？

また、西条・新居浜地区の会館で行うこともできます。地域の皆様・自治会の皆様でご希望される方は担当の石川までご連絡ください。

お問い合わせ先 フリーダイヤル **0120-44-5880**