

リハビリ仲間とパークゴルフを楽しんでいます。

岩手県北上市 佐々木 量悦



私は、平成十四年秋に脳卒中で病院に運ばれ、今の病院でリハビリを受けるようになって七になります。未だ、左半身が動かずに左足には装具をつけての不自由な生活ですが、幸運にも利き手の右が自由に動くので車の運転は苦なく、どこへでも好きな場所へ移動が出来、散歩も買い物も旅行にも出かけることが出来ます。むしろ健康な時と比べて暴飲暴食もなく、リハビリによる適度な運動と適度な食事それに、夜遊びも無く十分な睡眠等々で、身体的には健康そのものです。

しきは消えないだろう。しかし、片手で物を持つ方法、片手でスコップを持つ方法を考えると小学校の工作の時間を思い出し、あれこれと考えるのが楽しくなり「早速作ってみよう」と朝早く目が覚めます。直ぐにホームセンターに駆け込み、部品探しを始める。片手でも出来る絵や囲碁教室に通い話し相手ができると、気持ちが上向き、次の道具作りや遊びのことを考えるようになり、楽しい時間が増え、嫌な時間が少なくなるようです。

かけても前に進むことができるのです。リハビリに通い汗をかくのは、自分の仕事。それ以外は、全て好きなだけ好きなことが出来る自分の時間。こんな気持ちになるには正直かなり時間がかかりましたが、私の場合、パークゴルフに出会ったことから、楽しさに拍車がかかり今では、毎日賑やかに楽しい日々を過ごしています。

どうにか壁を伝わって歩けるようになってから、自分の好きなことをしたいという、欲が出てきました。更に、恐る恐るながら壁や杖から離れて立てるようになった頃から、リハビリ仲間と趣味のゴルフの話になり、ゴルフのための足腰を鍛えるといった

目標を持ちリハビリに取り組みました。

杖も無く歩けるようになって暫くしたころパークゴルフを知り、早速リハビリ仲間と二人でパークゴルフをやってみました。ゲーム以上に緑の芝生を歩いただけで気分が高揚したのを覚えています。その後、リハビリに通う都度病院内で誰彼なくパークゴルフの楽しさを話し一緒にやろうとしたい位に皆を誘ったことから、リハビリスタッフやケアマネージャーの方の賛同を得、一緒に声掛けしていただいたことから、同じ病気の人、その家族、リハビリスタッフらが参加され、一気にメンバーが二十数名になりました。

「病気になっても青空の下でパークゴルフを楽しむ」ことから「青空会」という名前の会を結成。会長を選出し、リハ室に事務局も置いて、毎月一回例会としてパークゴルフ大会を開催。初めは、身体が不自由なことから、皆んな、苦勞してボールを打つ

ていましたが、ささやかな賞品も準備したことから、競争心も出て意欲的にプレーするようになり笑顔も広がってきました。なにより皆んなと一緒にいることの楽しさから雪の降る冬季間も月一の例会を開催することに、お茶会と称した集まりをも

うけ、お茶やコーヒーを飲みながら病気のことで、リハビリのこと自分なりの運動方法等、諸々口にしコミュニケーションを高めています。三カ月に一回程度はお酒を楽しむ会も欲しいとの提案も出て、七月にはビアパーティーを開催しました。秋の収穫祭、大人のクリスマス会、新年会等々リクエストがたくさん寄せられています。

お節介やきの私は、リハスタッフの方と青空会の事務局を担当し、例会の開催や進行、情報誌（会報）の発行にと、日々賑やかに、楽しんでるところです。

お節介ついでに、パークゴルフをやれない方々とも、共通の話題創りで賑やかなり

ハ室を目指そうと、毎月第三金曜の昼、ラーメンを配達してもらい、賑やかな昼食会を開いています。

「一年前の私には、今こんなふうにはメン食べて笑っている姿は想像できませんでした。シナチク・なると・チャーシュー……どんぶりに顔を突っ込み一心不乱に食べました。また次回が楽しみです」の、感想をいただき悦に入っている私です。

更に次の楽しさ創りに、今度は何をしようかとお節介の「次」を考えているところです。お節介なことを考えている時間も私の楽しい時間。楽しい時間をたくさん持ちましょう。