

夫が旅立って独り暮らしになり、役場からデイケアに行くよう勧められました。通所を始めて10カ月になります。

まずは「朝の会」から始まって、朝の体操です。体操は昼食前と帰る前にもあります。音楽に合わせて歩行訓練をしたり、マシンを使って体を動かしたりして、個人指導も受けます。少しでも危険を感じるような時は、どこからかスタッフの方が飛んできて助けてくれます。目が四方八方に付いているかのようです。スタッフの方にお昼休みなどあるのかしらと思つて、頭が下がります。

## 紅皿

お友達とのよもやま話など、楽しいこともいっぱいあります。テーブルに四季折々の花を持ち寄り、花の名前を教えたり教えられたり。一汁三菜の昼食はおいしく、楽しみの一つです。3時のおやつも日替わりで、感謝です。

いづつ一日が終わると、各家庭へ送りの時間です。車から降りると、玄関まで腕を組んで送ってくださり、至れり尽くせりです。

帰宅するときは仏壇で、今日一日の感謝を夫に伝えます。そしてまた、明日も元気で過ごせるように祈ります。合掌。