活力朝礼

筑後市を拠点に住宅設備機器、管材、建築土木資材の卸売、管工事をされる牟田商会さん。筑後倫理法人会設立時からのメンバーです。かれこれ朝礼の歴史は50年ほどさかのぼります。当初は全員で社訓を唱和した後、当番が所感を述べるスタイルでしたが、なかなか積極的な発表がありませんでした。その後ラジオ体操を取り入れ、さらに先代社長が倫理法人会へ入会されたことにより、職場の教養を用いた活力朝礼へ移行し、現在まで続いています。「朝礼はその日の仕事に取り掛かる前に、みんなでスクラムを組んで試合に臨むようなものです」と学生時代にサッカーに打ち込まれた牟田社長はスポーツマンらしく語られました。

株式会社　牟田商会
筑後市大字和泉185―3
TEL0942―53―3127

muta1931　検索

活力朝礼を取り入れたい方は、筑後倫理法人会事務局0942―42―2815迄

楽しい絵手紙

八女市龍ヶ原
斉藤　チヨ子

矢原町、大東寺で開かれている絵手紙教室に参加させていただいて、数年の月日が過ぎましたがなかなか上達しません。皆様の笑顔と楽しい会話の中、大坪先生の指導の元、下手な絵ですが、ぼけ防止の為と、楽しい一日を過ごさせていただいております。皆様も一度見学してみてはいかがでしょうか？

課題解決学習「雑草抑制剤の研究」

八女農業高等学校

本校の生産技術科環境プロジェクトチームは「誰でも簡単に作れる雑草抑制剤の開発」をテーマに身近な植物の調査に励んでいます。植物には他感作用といって周りの植物の成長を促進したり、抑制する働きがあります。その抑制効果に着目して低コストで八女地域の持続的な農業に貢献できる研究を進めています。まだ実験段階ですが、身近な植物の浸出液で一定の効果がみられています。この研究で教師と生徒が農業に関する疑問点を解決するために仮説、検証を行い、生徒が自主的に調べたり、話し合いながら課題の解決に努め、自らを高めています。

研究成果の発表では、九州大会に３年連続出場して、25年度優秀賞を戴きました。この活動から国立大学農学部への進学を決意し、３年間で４名の生徒が進路実現を果たすことができました。リレー方式でつなぐ研究の根底にあるのは、農業高校生として学んだことを地域貢献に活かしたいという願いです。今後も体験しながら学び、考え、そして地域に貢献できるように頑張っていきます。

調査・実験の様子

八女農みらい館５月販売日程

２日(金)、９日(金)、13日(火)、16日(金)、20日(火)、23日(金)、27日(火)、30日(金)毎週火曜日と金曜日の２回定期的に販売しており、販売時間は、10時30分～15時30分です。

多くの皆様がお越しいただくことを心よりお待ちしています。

健康万歳 ⑦
高齢者の骨折

当たり前のことだが、年を重ねるとつま先が上がりにくくなり、よろけたりして転倒しやすくなってくる。中には覚えがないのに腰骨が折れていたり、一寸したはずみで大腿骨の付け根（大腿骨頚部）が折れて歩けなくなったりする。

高齢者は老化による骨粗鬆症が多くなり、特に女性の場合はホルモンの関係もあり、閉経後10年もすると約半数、男性でも70歳代になると５人に１人は段々骨が脆くスカスカになり骨折し易くなる。

成人期に比べると高齢者の身長が数センチ短くなるのは脊椎体骨折か、椎骨と椎骨の間にありクッションの役目を果たす椎間板の摩滅が原因である。これが慢性的な腰痛となるため当然動きが鈍くなってくる。

脚の場合はふとももの付け根（大腿骨頚部）で折れる骨折が圧倒的に多く途端に起立も歩行も出来なくなる。これが寝たきりにつながり更には認知症が進み、行動半径も狭くなるためＱＯＬ（生活の質）が極端に落ちて良くない結果を招く。寝たきりを作らないことを最優先にしなければならないので、早急に手術が必要となる場合も多い。

以前はこのような体幹部の骨折は死病に繋がると言われていたが、医療の進歩で可なりの高齢者でも手術可能にはなった。しかし認知症や糖尿病、心疾患、肝、腎、呼吸器などの病気を持っていることが多いので、骨折ばかりに目を向けると予期せぬ結果になることもある。

以前、認知症の婦人の大腿骨内側骨折で人工骨頭置換術を行い、「４～５日もしたら立てるようになりますよ」と家人に説明したら、「また徘徊が始まり困ったことになります」と余り喜ばれなかった苦い経験があった。

多くの超高齢者を抱える介護老人ホームなどでは日常茶飯事のように起こりうる骨折も実は後に厄介な問題を残すのも事実だ。

骨粗鬆症の治療のため薬や注射などナンセンス、少しくらい骨密度が上がっても骨折しやすいのに変わりはない。要は如何にして転倒しないかの努力が必要である。

林　榮一（医師・立花町）

呟き
ひとり居る幸せ

我が家から「行ってきます」「ただいま」の声が消えてもう十年以上の時が過ぎた。

長女が嫁ぎ四年後に次女も嫁いだ。次にこの家を去ったのは夫だった。それはまだ五十代の私にとって想定外の別れだった。

「地位も財産も無い倅だが体だけは丈夫だから、病気で嫁さんを困らせることはない。安心して嫁いでおいで」

舅に太鼓判を貰って嫁いで来た私。夫は舅の言葉を見事に裏切り、六十二歳、人生に余熱を残し、難病でこの世を去った。

夫の三回忌を待って、三女も晴れやかに嫁いで行った。気づけば、この家に私はひとりだった。還暦前にひとり暮らしになるなんて、私の人生設計には全く無かった。

誰が保障してくれた訳でもない。それでも定年後夫と二人、高砂の世界が待っているものと、私は漠然と勝手に信じてきた。

人生は人の思い通りにはならないものだ。

夫を亡くした喪失感と、ひとり暮らしの孤独感の中で、為す術も無く過ごした数年間。

そんな私に時間は妙薬であった。忘れていた季節の移ろいを肌が再び感じた時、失ったモノを追い求めていてはいけないと気づいた。

すると、ひとり暮らしの中に有る心地良さが次第に分かってきた。寂しさと上手に付き合う術を身につけ、夫任せにしてきたあれこれの決済を迷い悩みながらも出来るようになると、ひとり居る自由はこの上なく贅沢だ。

こんな素敵な時間をくれた夫に今は感謝。

夏生