

心身は食で成る

ノブ

# レッイビー新聞

第98号

2026年新年号

名古屋市瑞穂区高田町4-15

有限会社レッイビー

052-852-3144

## 瑞穂公園西口・地下鉄駅のエレベーター工事

共生社会とかバリアフリーという言葉をよく聞くようになった。ほかに多文化共生とかジェンダーフリーとか「誰一人とり残されない」とかいう言葉も聞く。

そして論議を呼びながらもそのようなことを後押しする法制度もできたように思う。

しかし、今のところは「誰一人とり残されない」などと言われても実感がなく始まったばかりのような気がする。

世界に目を向けて見れば「誰一人とり残されない」どころか、戦争や内戦・虐殺が絶えることを知らない現実がある。

これはお互いの当時国（集団）それぞれの譲れない正義や歴史があり、その対立が戦い殺し合いに行き着いてしまったと考えることができる。

戦争や内戦・虐待は人が行う物で、人にはそのような集団心理があるともいう。

しかし、心は一人ひとり別なものもある。

その個別な心の中に虐待や差別の種もある。

私には世界にある争いをどうにもできないが、私の周りから争いや虐待・差別の種を小さくすることは可能と思う。

私はホームヘルパーだが、まだまだ利用者さんや周りの人のことを、十分に理解できているとは思えない。相手の立場に立って考えようとは思うがまだまだ未熟である。

そのような折今年アジアパラが瑞穂公園競技場他で開催されることになり、

まずは今年一年出来ることを仲間と共に実行していこうと思う。

世界的スポーツ大会であるアジア大会に続いて行われるアジアパラにはアジア各地からアスリートと応援の方々がやって来られるだろう。そのために慌てて恥ずかしくない街に、取り繕うことは出来もしないし、滑稽でしかない。

しかし一步ずつ進めていくことは出来るだろうし、意識は感じてもらえるかもしれない。

すなわち瑞穂公園西口地下鉄駅のエレベーター工事を、ボーっと見ている私が一步踏み出すということだ。

当然のことであるが、ホームヘルパーである私にはアジアパラ関連の行事に協力する機会があるし、こちらから行動を提案する機会もある。

だから、少しでも多くの人に关心を持ってもらい、少しでも理解を深めてもらう行動をする年にしたい。



5th Asian Para Games  
Aichi-Nagoya 2026



pixta.jp - 83526271

## ランドセルを置きっぱなしで登校した私

小学生の時私は分団で登校した。朝、集合場所にみんな集まりランドセルをその場所の脇に集めて置き、出発時間まで遊んで待つのだ。時間になると上級生がみんなを並ばせて学校へと向かう寸法だ。

そんなある朝、私は分団登校の集合場所にランドセルを忘れて教室まで行ったことがある。

登校した後、机の前にたち「よいしょ」とランドセルを下ろそうとした時、背に何もないことに気づき、血の気が引いた。その後に、どうやってランドセルを取り戻したかは覚えていない。

その光景は、その後も何年かに数回だが夢に出てくる。



そんな小学生だったから、私の人生は忘れ物との折り合いをつけて生きる人生と言っても過言ではない。忘れない工夫と失敗、謝罪と反省がついて回る人生と言える。

さて近のコマーシャルでは「あなたも認知症ではないですか」と脅すようなものがある。スマートフォンが見つけられなかったり、乗っていった自動車をどこに置いたか思い出せない、首にかけた眼鏡に気づかず探し回る、乗って行った自転車を店に忘れて帰ってしまう。そこにすかさず、「認知症の兆しでは」と私たちを脅かす健康食品の宣伝をよく見る。

このコマーシャルどおり、スマホや眼鏡が見つからないことが認知症の兆しとすれば、私は間違いなく小学生から認知症の気配があることになる。

しかし物忘れを深刻に考えるより「この前も車のキーを失くして一時間も探したよ」と言って笑い飛ばして人に話した方がよほど健康的だと私は思う。少しいい加減な方が生きやすいし楽に過ごせることだ。

コスパ最高などと言って、少ない労力で大きな成果を求めていくことは気が抜けない生き方。一歩間違えば誰でも置いてきぼりにされる。

どこにでも、何事も忘れやすい人、もたもたとしか動けない人、コミュニケーションがうまく出来ない人、杖を使っている人、不器用な人は沢山いる。

それも、そのような人の一面であり他の側面があり違った見方ができるかも知れない。

だから同じ職場で補い合えば一緒に働くことは出来ると思う。

条件さえ整えば、車いすを使う人、ベッドのうえで過ごしている人も仕事が出来る。

そんな職場が誰もが働きやすい職場だと思う。

また、「子持ち様」と言う言葉がネット上で流行ったようです。

子育て中の従業員の事情で、他の従業員が、自分自身の業務負担が増えたなどの気持ちをSNSなどで吐き出す際に使われる皮肉めいた言葉でラジオでも聞くようになりました。

コスパを上げたい、出来ない人は迷惑だ、果ては食事も手早くとコンビニで済ませる。大丈夫か？

非効率な生き方でも、たまには「ありがとう」と言い交す生き方を私は選びたい。



## ホームヘルパーとお弁当を利用して、お一人様で大丈夫

何かお困りなことがありましたら、お気軽に当社までご相談ください。ホームヘルパーやお弁当のご依頼の他親切なケアマネさんや相談員さんをご紹介することもできます。

◎ お電話は、年中無休で朝8時半までにお願いします

◎TEL: 052(852)3144 訪問介護と配食事業の有限会社レイビー Let it be