



### 「食べ方について」

柳原 昭三



僕は食べている最中によくむせます。いつからむせることが多くなったかは忘れたけれど、おそらく30代ぐらいからだだと思います。むせる原因は、食べ物をつめすぎて、それでむせるのではないかと考えています。

僕は小さい頃から、おかずをお皿からすくって口へ持っていく動作がうまくいきません。口をお皿まで持って行って、姿勢も前にかがんでしまうから、食べ物が喉を通りづらくて、むせてしまいます。そうだとわかっていても、ついつい、食べやすいかきこむ方式で食べてしまうのでむせることが多いです。

3年前に前立腺がんが見つかりました。放射線治療を行うために、男性ホルモンを弱める薬を飲み始めましたが、副作用で舌の動きがおかしくなりました。一時的にこぼす量が多くなりました。

現在は徐々に、舌の動きも動きやすくなってきていると感じます。今は、水分を飲むとむせることが多くなってきています。

これからも食べ方に気をつけて食事を楽しみたいです。

# とうたす通信

発行 あさやけ風の作業所内 とうたす班

〒187-0033 小平市中島町3-8

TEL 042(349)2366 toutasu@asayake.or.jp

<http://www.asayake.or.jp/kaze.html>

No.338  
2023年1月20日



いつもとうたす通信をご愛読頂きまして誠にありがとうございます。  
皆様はどんな新年を迎えましたでしょうか？  
今年も新型コロナウイルス変異株がどうなるかわかりませんが、皆様もコロナにかからないように気をつけてください。  
今年も皆様が元気で活躍を出来るようにお祈りをしています。  
本年も、引き続きとうたす通信をご愛読頂きますようよろしくお願い致します。

二〇二三年（令和五年）一月

とうたす班 一同

## 短歌

竹内 桃子

一、 大きな窓朝日浴びながら年頭から  
ヘルパーさんとの暮らし始まる  
一、 元旦に雪残りたる露天風呂  
どっぶり浸かるなんとも幸せ



### 「大好きになったジブリ」

亀井 賢太郎



ジブリ作品の出会いは、今から20年近く前、僕が一步に入った時からです。その前はジブリの名前も知りませんでした。一步の職員さんにジブリって知っていると聞かれたから、僕は知らないと答えました。アニメだけとても良い作品だから、1度見た方がいいですよと言われました。

その職員さんが入ると、時々レンタル屋さんでジブリ作品を借りて来てもらい、よく見ていました。それからジブリ作品が好きになり、宮崎駿監督さんですごくいい人だと思いました。

僕が一番好きな作品は、天空の城ラピュタ・紅の豚・ゲド戦記・となりのトトロ・千と千尋の神隠し、他にも好きな作品はまだまだ沢山あります。

とうとう昨年秋にジブリ作品集を買いました。全作品が入った物です。ちょっと高かったけど、思い切って買いました。これで好きな時に、見られるから楽しみです。ジブリを教えてくれた、職員さんに感謝したいです。