

100⁺ウォークで分かった 親のイラダチ

知って当たり前前

介護ガイド帳

上原喜光



先日、北海道赤平市には、完走を目指したいと行ってきました。全国介護者支援協議会の理事が主催する「チャリティー100⁺ウォーク」に参加するためです。

19日の午前7時にスタート。夜通し歩き、30時間以内には100⁺を歩くという大会です。540人が参加し、240人が完走という結果でした。

私は初めての経験で、残念ながら32⁺でリタイアです。来年こそ

は、完走を目指したいと行ってきます。大会が終わり、一夜明けたら、腰から下がまったく言うことを聞きませぬ。帰路、駅で出会った他の参加者も、つえ、足を引きずって歩いてい

た。たりののが分かりました。私も介護をしている身ですが、いつもなんで父

がイライラしているのか、私も介護をしている身ですが、いつもなんで父

が自分の意思で動かないイラダチだったのです。

健康者ならばすぐにできることを介護者に頼まなければならぬ。32⁺のリタイアで悔し

らさ、人に頼んでもすぐに動いてくれな

いもどかし

さ。介護する



(全国介護者支援協議会 会長)