



俳句

山下美典さんの句

## 木蓮の力みなぎる開花どき

そう言えば、開花時、蕾の木蓮は力がみなぎっていますね。こんなに表現できるんだと感心。

私は

## 紫木蓮蕾で刺尖春の空

開花前の蕾の紫木蓮は先が尖っているのですよ。それが青空に突き刺さつていて姿をこのように詠んでみました。下手な俳句をつくりながら、目の前の景色や姿を私はどう言葉に出来るかの勉強をしています。

第108回 森下のスタッフ  
『買つてよかつた!』  
ちょこっとご紹介♪

## 食塩無添加ミックスナッツ

年齢を重ねても元気でいたくて、私が毎日欠かさず色んなものを食べている中の一つがミックスナッツです。多くのメーカーがミックスナッツを発売していますが、他との違いは次の通りです。

●食塩無添加で6種類のナッツ

●焙煎方法が良いようで美味しい

●大好きなマカダミアナッツが特大サイズ♪

マカダミアナッツ入りは珍しい!

今だけ数量限定で再販中です。

ぜひ在庫がある間にお求めくださいね。

人生の最晩年をどう迎えるか

人生の最晩年をどう迎え、どう生き、どう死ぬかは益々難しい時代になってきました。

この世に生まれ出る時は自分の意志で生まれたのではありませんが、死ぬ時は自分の意志が明白に関わってきます。

「人生100年だ」と、政府もマスコミもしばしば取り上げ、何か素晴らしい未来があるかのように語っているように思いますが、果たしてそのように楽観的に考えて良いのか、87歳の私は首を傾げています。

多くの後期高齢者と言われる方々が死を目前にして、自分の意志に反して病院のベッドの上で身動きできず、寝たきりで、点滴をされながら、生きている例が非常に多いのではないでしょうか?私は87歳ですから、元気に生きていくける年月はあと数年ですので、尚更この課題に真剣にならざるをえないのです。

私は死を前にして、数年間もベッドの上で身動きできず、点滴で生きるのだけは避けたいので、下記の事を実行しようとしています。

○救急車が来て、もう駄目だと思ったら延命治療などはしない。そのまま死ぬ。

○何かの病気で食事による栄養摂取が困難になった時、医師が胃ろう、腸ろう等の経管栄養方法を提示された場合、拒否する。

そのまま死ぬ。

もう超高齢ですから、延命的な治療や、医療行為はせず、そのまま死んでいく。

以上の事を文書にして妻、子供4名に近日中に渡す考えです。私は自分の意志のもとで、人生最後の死を迎えた

いと考えています。

みなさんも自分の死について考えたことがありますか?

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●

●●●