

住み替えたきっかけは？
今の楽しみは？

ゆいま～る神南 男性入居者の暮らし

「ゆいま～る神南」は、既存の建物の空き室を改修した分散型サービス付き高齢者向け住宅なので、一見、多世代が暮らす普通のマンションと変わりません。一棟丸ごとの高齢者住宅と違って自由度が高いため、男性のおひとり様の割合も多いです。お二人の方に、暮らしぶりをお訊ねしました。

動けるうちに 動こう！と決意

こちらに来る前は守山区に20年住んでいました。最近、視力が衰えてきて、そろそろ免許を返上しようかと考えていたんですが、住んでいたあたりは交通の便が悪く車がないと困る。そんなとき、南区に住む妹から「ゆいま～る神南」のチラシを渡されたんです。スーパーや病院も近いし、交通の便もいい。妹の家からも車で15分です。長年暮らしていると、本や衣類が大量にたまり、妹に「地震が来たら下敷きになるよ」と言われていたし、妻を亡くして一人なので、何かあった時に迷惑をかけてもいかん、動けるうちに動いた方がいいな、と思うようになりました。

「ゆいま～る」のことは、守山区に近い「ゆいま～る大曽根」を知っていたので一度検討してみようと、見学しているいろいろお聞きしました。年金

朝2時間の散歩と読書で 心身の健康を維持

鬼頭稔さん(78歳) | 2019年8月入居



「引越越しの時、だいたい本を処分した」という本好きな鬼頭さん

生活ですし、帰ってから採算が合うか自分なりに計算してみました。メリットとデメリットも考慮した結果、経済的にはギリギリでしたが、便利さと安心を優先して住み替えることに決めました。あと5年経つたらできなかつたで

して、雨が降ったりして行けなかったコースがあれば歩き、日曜は休みです。万歩計をつけて、毎日記録しています。散歩から帰ったら、読むことが好きなので新聞を隅から隅まで読みます。本も好きで、旅、時代物、推理小説、なん

んど出来合いのもの。近くのアオキスーパーやカネスエに行きます。じつは、好き嫌いが多くて、野菜も魚もあまり好きではありません。果物は好きですが、ヌルヌルしているメロンは苦手。納豆やしいメです。かなり偏っていますね。だから、こんなに長生きするとは思わなかつたです(苦笑)。

- 「1」朝の散歩の歩数はきちんと記録している
- 「2」几帳面で本好きな鬼頭さんのベッドまわり
- 「3」料理はしないと言いつつも使いやすいそうなキッチン
- 「4」冷凍庫の中もスッキリ

しょう。ここでの生活は、朝の散歩から。日の出とともに歩き始め、だいたい2時間。月曜から金曜まで5パターンのコースがあり、土曜日は予備日と

早朝の散歩と 読書が日課

でも読みます。新聞広告や本屋さんに行って面白そうだなと思ったものを買ってきます。乱読ですね。多い時は月に2万、3万とか、食費の半分くらい本代に使っていたこともありました。食事は、目玉焼きやラーメンくらいは作りますが、ほと

だと、健康とか孫の話ばかりだけれど、いろいろな世代の人が住んでいるので、エネルギーをもらえます。今の楽しみは、妹夫婦や甥っ子と、年に数回旅行に行くことです。この前も清里に行くって楽しんでました。あとは、やっぱり読書ですね。

目の前の「白鳥の湯」 でサッパリ

仕事場が「ゆいま〜る神南」の近くで、ちょうどこれからのことを考えている時に看板が目に入りまして、訪ねたのが入居のきっかけです。前は中川区のマンションに住んでいて、3LDKでかなり広かったんですが、仕事場まで片道一時間半くらいかかった。ここからだとなんか楽になりました。

決めてからは住んでいたマンションが売れたこともあり、早かったですね。5月に見に行つて、引越しまで4カ月。ようやく少し慣れてきました。

仕事はマンションの清掃です。月曜から金曜まで週5日。午前9時から午後1時までですが、金曜だけ午前9時から午後6時までと少し遅いです。朝は5時に起きて、たいていパンと牛乳で朝食を済ませます。支度をしたりテレビを見

たりお茶を飲んだりしてゆつくり過ごし、家を出るのは7時半。

仕事場は14階建てマンションで、各階の階段や通路の掃除など動きっぱなしなので、夏はもちろん、冬でも仕事が終わると汗びっしょりです。だから、そのまま「ゆい

帰宅後は大好きな晩酌。「ゆいま〜る神南」北側のアオキスパーでお惣菜を買ってきて、歌番組を見ながら耐ハイを飲むことが多いですね。あと、日記を書いているのですが、レシートを貼つて家計簿代わりにしています。3年前

に軽い脳卒中の疑いと診断されたことあり、字の練習、認知症予防、お金の管理と、日記は3つの役割を果たしてくれま

晩酌とカラオケが 楽しみです

いろいろな高齢者住宅がありますが、「ゆいま〜る神南」はマイペースに暮らせて楽しく生活できそうなので選びました。正直言つて、快適です！ 困ったときはフロントに相談。越して来たばかりの時、「郵便局はどこですか」「愛知銀行はどこですか」など細かいことも、尋ねたらきちんと教えてもらえ、病院も紹介してもらつて、すごく助かりました。

マイペースに暮らせて仕事場が近い。 正直言って快適です!

南康弘さん(67歳) | 2019年9月入居



歌が大好きな南さん。カラオケで友人と5時間歌います!



「1」お花や犬の置物など、きれいに飾られています
「2」タイプにお住いの南さん。広々とした2LDKでゆったり
「3」3つの役割の日記。レシートを貼つて家計簿代わりに

一杯飲んでのカラオケが楽しみで、毎月、友達とカラオケに行つて、演歌とか歌謡曲とか5時間くらい歌いまくつています(笑)。毎日の仕事の後の一杯と、月に一度の友人とのカラオケがなにより楽しみです。

後見人契約も済ませたので、万が一のときも安心。今は生活に集中して、自分の健康を考えるだけなので、気持ち的に楽。仕事も70歳くらいまで続けられたらと思つています。働きながらこういうところに住むのが自分にはあつていると思います。

「ま〜る神南」の前にある「白鳥の湯」に行つて、食事をして風呂に入つてさっぱりしてから帰宅します。白鳥の湯の食堂では、月曜日は中華系、火曜日はカレー、水曜日は丼系、木曜日は定食系、金曜日はラーメン系と決めています。

※鬼頭さん、南さんの詳しいインタビュー内容はホームページのブログに掲載予定です。

名古屋にふたつの 「ゆいま〜る」

現地
見学会
毎日開催

[入居相談室].....

フリーダイヤル **0120-812-560** (10:00-17:00)

ゆいま〜る 神南

ホームページ
<https://yui-marl.jp/jinnan/>

〒455-0021 愛知県名古屋市長区木場町6番18
ビレッジハウス
木場タワー101

ゆいま〜る 大曽根

ホームページ
<https://yui-marl.jp/ozone/>

〒462-0810 愛知県名古屋市長区山田二丁目11番62号
大曽根併存住宅
1棟1階