



「結婚してからの生活について」

上原 祐子 (42歳・北海道)

ダウン症のある人たちに自分の言葉で主張していただくコーナーです。5月号から3月20日のイベントでメッセージを伝えてくれた4名の方に登場してもらい、以降、全国から発信していただきます。

私は、結婚して北海道石狩市に住んでいます。今年で9年経ちました。結婚する前は東京にいたので、北海道に来てからは少し大変だったけど、だいが慣れてきました。

一日の生活は、朝6時ちょっと前に起きて、主人のお弁当作りから始まります。おかずとサラダは、前日の夕ご飯と一緒に作ります。6時30分頃までに作り終えています。犬に朝ご飯をあげてから、後片付けをしています。終わってから、必ず新聞を読みます。

私は、朝9時過ぎに送迎車がきて、仕事場に行きます。仕事から帰ってくるのが、5時頃です。帰ってきてから、テレビでニュースを見ます。夕ご飯を作り始める時間が、6時30分位からです。

最近、IHに切り替わったので、ちょっと悪戦苦闘していますが、慣れたら料理が楽しく出来ます。料理を作るのが好きなので、苦にはなりません。きちんと野菜を取り入れて、肉や魚を調理しています。

いつもテレビを見ながら、ご飯を食べています。洗濯や食器洗いなどをして終わるのが、9時30分前後になります。

二人でカクテルを飲む時もありますが、次の日が休みの時は、焼酎のウーロン割りを飲みます。11時30分頃には寝ます。

二人が休みの時は、主人の車で札幌方面や石狩市内に出かけて、買い物に行きます。生協の共同購入もしているので、考えながら買い物をしてきます。生活費と自分達の小遣いを分けて使っていて、お金の管理は私がしています。

私の休みが週3日あって、1日は二人で買い物に出かけて、あとの2日は、生協の共同購入の記入とパソコンのメールやインターネットのチェックをする日と、洗濯しながら家の中の掃除をする日課を決めています。

たまにWiiで遊んだり、DSやPSPで遊ぶ事もあります。テレビも見る事が好きなので、ワイドショーやドラマを見ます。

仕事と家事の両方をやっていて大変だけど、楽しく頑張っています。



プロフィール

千葉県生まれ、東京都育ち。小学校・中学校は普通学級。高校は養護学校の高等部。卒業後、大企業のスーパーで働きながら、全日本手をつなぐ育成会の『ステージ新聞』の編集委員を務めていた。障害者本人の会に所属し、北海道の会と交流していたときにご主人と知り合い、6年間付き合ってから結婚。現在は、障害者の介護事業所で、パート職員として事務関係の仕事に従事している。