曽根さん(早島) ALS闘病記来月刊行

人生諦めない 勇気届けたい

難病の筋萎縮性側索硬化症（ALS）と闘う早島町早島の曽根朋子さん(44)が、医療団体機関紙に1年間連載した闘病記全24回分を本にまとめた。体の自由が奪われていく中でも前を向き、希望を見いだして力強く歩んできた軌跡が詰まっており「人生を諦めない勇気を多くの人に届けたい」と話す。21日は世界ALSデー。（安部晃将）

曽根さんに〝異変〟が起きたのは2015年秋。友人と訪れていた沖縄の浜辺で腰を下ろそうとした際、「ドテっと尻もちをついた」という。しばらく海を眺め、帰ろうとした時も体に力が入らず、両手をつかないと立ち上がれない。軽いパニックになったが、「運動不足だから」と自らに言い聞かせて落ち着きを取り戻した。

ただ、体の「違和感」はどんどん大きくなっていった。階段で息が切れ、ペットボトルのふたが開けられなくなり、着替えも立ったままできず座ってするように。思い悩んだ末に16年秋、倉敷市内の病院を受診して「ALS」と告げられた。

もう元の体には戻れない―。そんな悲しみや不安がとてつもなく重くのしかかった。でも同時に「気のせいでも、不摂生でもなく、病気だと判明してすっきりした自分もいた」という。病を周囲に公表して会話を重ねる中で「ALSに支配されてさえない顔で過ごすのは良くない。体は不自由になっても、心がピンピンしていれば、きっと自分の人生を愛することができる」と心を整理し、趣味の旅行を存分に楽しもうと決めた。

人工呼吸器が手放せなくなってからも、大好きな沖縄などを家族や友人と訪れる曽根さん。「支えてくれる仲間に感謝しながら、精いっぱい『今』を充実させる姿が誰かの背中を押す一助になればうれしい」と話す。

本の表題はニックネームの「ひめ」にちなみ「ひめは今日も旅に出る ALSと一緒に」。B6変形判、99ページで1404円。7月1日刊行。

闘病記を手に「読んだ人を少しでも勇気付けられたら」と話す曽根さん

体自由奪われても 趣味の旅行楽しむ

ズーム ALS 体を動かす神経が徐々に侵され、全身の筋肉が動かなくなる厚生労働省指定の難病。体の感覚や知能、視力、聴力、内臓機能は保たれたまま、歩行や食事、呼吸が困難になる。詳しい原因は不明で、根本的な治療法は確立されていない。

寄贈ベンチ19却盗む

関係者によると、ベンチは5月、地元の岡別の公民館で保管していたホットプレー照美副会長は「被災まれたといい、岡野られた物を盗む行為に憤りを覚える」と話し

岡山県内の交通事故（県警調べ）

区分	19日	本年累計
人身事故（件）	16	2217（-533）
死者（人）	0	33（+ 3）
うち高齢者	0	14（± 0）
負傷者（人）	16	2510（-737）

累計のかっこ内は前年比。取り締まり強化中

DVやLGBT無料電話相談

25日、弁護士会男女共同参画週間（23～29日）に合わせ、や離婚費など性的T）に象とす電話

好評開催中
発刊55周年記念
大阪スポーツ杯
場外発売
SG第29回グランドチャンピオン
好評発売中 多摩川
GⅢサッポロビールカップ
本日初日 尼崎

高梁市夜間13号われま