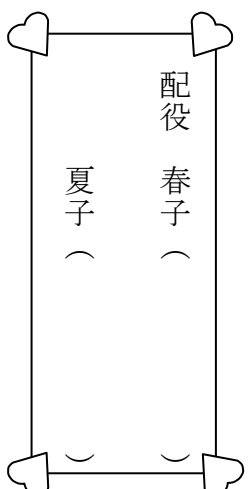


どうしよう尿失禁

(地域の草取りの後で…)



春子 「今日の草取りは暑かったなあ。」
ぬっかたなあ

夏子 「まこて ぬきして汗がドライドライ流れたが
ほんとうに、暑くて汗がダラダラ流れたわあ。」

ずい が ほして カライカライじゃ
シャツまでビショビショになったわ、それにのどもカラカラだし。」

春子 「ほんなら ちよつち うちげよつせえ、つんで茶でん、のん行つきやい
それなら、ちよつと、うちに寄って冷たいお茶でも飲んで行きなさいよ。」

夏子 「ありがとうな あたしは水のんとをきばちよつとよ
ありがとう。私は水を飲むのを我慢してたのよ。
じゃっどん、きゅのぬくさは どけんもならんが

だけど、今日の暑さはたまらないわ。」

春子 「おまんさあ、ぬきとき水のまんかったや、熱中症にないが
あんた、暑い時に水を飲まなかったら、熱中症になるよ。」

夏子 「わかちよつたっどん、水飲んとかおそろしとよ。 こん前びつくいすい
こつがあつせなあ
こつがあつてね。」

どげんしたと、何があつたと?

春子 「何?何があつたの?
もどいもした。まあいつとんすわってん
お義母さん!帰りました。 まあまあ、座って、座って。」

(椅子に誘い、お婆さんお茶をだす)

夏子 「げんねえつせえ、だいせもゆがならんかったたっどん、 じゃつじ
恥ずかしくて誰にも言えなかつただけどね、春子ちゃんだから
どん こん前 ひでつせえ

言うけど、この前ひどい夏風邪をひいてね。咳がひどくて、咳き込んだら、
しっこがチヨロツと漏れたのよ。シヨックでなあ、もう世の中おわりだと
がよ 思ったのよ。」

春子 「なー そげなこっかあ
じやっじ
とがあるのよ。だから咳やくしゃみをするときは、こげんすつとよ
(脚を交差してみせる)

夏子 「じやとなあ ひとつこっじやなあ
「そうなんだ。春子ちゃんも同じなんだなあ。」

春子 「そうよ、みんな年をとったら大なり小なり漏れることがあるらしいよ。とく
おなごん人にうけたいげんな
に女の人に多いんだって。重いものを持ち上げた時とか、飛んだ時とか、
ひんでつとなあ
お腹に力を入れた時が危ないんだよなあ。」

夏子 「じやじや
「そうそう。」
(顔を見合わせて笑う)

夏子 「じやっじ 行こかいち思ったば げえんねせえ
「心配だから、病院でも行こうかと思っただけど、何か恥ずかしくて
行かんかったのよ。
ね、行けなかったのよ。」

春子 「そげな事で悩んじよったとなあ しみれば良かねえかね
「そんな事で悩んでたんだね。それなら尿失禁体操してみたらいいよ。」
夏子 「尿失禁体操？」
春子 「そう、尿失禁体操。肛門の周りの筋肉がゆるんで、尿が漏れるんだから、
もるつたで
すればよかとよ あいよ
肛門の周りの筋肉をしめる体操をすればいいのよ。案外、効果あるのよ。」

夏子 「ゆ、知っよいねえ 教えてよ
「さすが！春子。よく知っているね。その体操私にも教えてよ。」

春子 「よかど 使ってんよかよ
「いいよ。それと、心配なときには、失禁用パットを使ってみたらいいのよ。」

夏子 「失禁用パット？なにそれ？」

もんよ。

春子 「生理パットのようなものよ。旅行や長時間の外出の時に便利なのよ。多少漏

じゃつど

かざらんじね。安心やつど。

れても、臭わないしね。安心なのよ。」

知つちよらんかった。よかとがあつたいなあ…

夏子 「へえ、知らなかったわ。いいものがあるんだね。」

そげんいえば、

あつでち

回つ

春子 「そういえば、今日*○○○公民館で『尿失禁』の話があるって回覧板がき

きた

いっしよき行こや

てたでしょう。一緒に行ってみよう。」

夏子

じゃなあ いっしよきいたみるかい。わがこつじゃつじ

「そうだね、一緒に行ってみようか。自分のことだしねえ。

くつで まつちよいくいやい

それなら、急いで着替えてくるから待っててね。

こつそさんごわした。ありがとさげもした。

「おばさん、ごちそうさん。さようなら。」

(ごちそうさん)

* 部分は市町村によって違うので、その都度確認の上、変更して下さい。

