

ふりかえり

新しくしい朝 いい朝にしたい

口をゆすぎ 定位置つもとり

手でお茶をのむ

その所 入れ歯を見たら よぶれぞつしり

紙でふいてまよふ所の

ハシを歯つてこすす 小さなよぶれが

フスバとれる

ボリテント 歯をつて入れ歯をきれいたして

くねみんキリッシ どうせ入れ歯がしょ

という人もい

食事に便用する 容器を見ると 黄毛く

便印後の色がついてい

ひとつひとつ見ていくと 一人一人何と

して どのような生活をしてい

見えてくる

どんな生活にも その人の好みが

自由にはわらうやい

今ごろにきて 生きて来た所に感謝する

祖父から父への 生活のあり方

少しは私に影射していらしては
 これおすも きちんとしてた日とめざして
 ずとしていきたい とふりがえり
 人との接し方 はなしかやう時9声
 態度 身のこなし

そこは心の状態も出ていり
 口先で調子のよめいことを言うても
 体の動きの中にも 姿勢も出てくる
 習慣の「新」はなうていりても
 あらためて

意識するこはか印

どうでもいい と何度も思ってたことか

そこに人がうか出て来る

これから いくとなうても

きちんとして自分し をめざして行くことを

あらためて 自分と いいよかせ

2023
7/19