



和敬清寂

*Äldre i Japan*



*Wa Kei Sei Jaku.* Harmoni respekt, renhet and lugn är symbolerna för en japansk teeceremoni. De kan också passa bra för att illustrera ålderdom. *Kalligrafi: Suzuka Inoue*

## ÄLDRE I JAPAN

Från och med april 2018 till och med mars 2019 undervisar Gunnel Bergström (Bennel Gurgström) i svenska vid Osaka universitet. På hennes skrivkurs fick studenter på tredje och fjärde årskurserna i uppgift att intervjua sina äldre.

Här kommer deras texter:

### Morfars tur att ta hand om mormor

Min morfar heter Toshiaki Kimura. Han bor i Kagawa tillsammans med min mormor som heter Kazuko. Min mormor är dement.

Morfar ringde till mig en dag, efter att min mormor åkt till ett daghem för seniorer.

Prrrr . . .

Jag: Hallå, morfar! Hur mår du?

Morfar: Bra! Förresten, vad är det för frågor du har?

Jag: Jag vill ställa frågor till dig om din ungdom! Först vill jag veta när du och Mormor föddes.

Morfar: Jag föddes den 29 november 1929. Mormor föddes den 1 oktober 1930.

Jag: Jaså? Du ska snart bli 89 år gammal! Det var tolv år sedan vi firade din 77-årsdag.

Tiden går så snabbt.

Morfar: Ja, det gör den.

Jag: Nästa fråga: Hur levde du som ung?

Morfar: När jag var grundskolestudent gav lärarna kuponger för gymnastikskor till oss studenter och delade ut skor till oss. Vi kunde inte köpa dem kontant, eftersom det fanns så få skor.

Det fanns inte heller frukt och godis åt alla. En pojke kom till en lekplats med frukt trots att de andra barn inte hade någon frukt att äta. Han kom med en massa vindruvor och åt upp alla själv utan att ge några druvor till andra barn.

Jag var ledare för barnen då och sade till honom: "Ät hemma!" och körde iväg honom från barnen. Sedan kom hans föräldrar till mitt hus och klagade på mig.

Förlåt, jag berättar en mycket mörk berättelse.

Jag: Oroa dig inte! Det är intressant för mig att höra.

Morfar: Det var inte ovanligt att barn dog. En flicka som bodde i grannskapet dog. Hon hade på sig nya skor utan strumpor. Hon fick en blåsa på sin ena fot, och när såret sedan blev infekterat, dog hon. På den tiden var den sanitära miljön dålig, och det fanns inga mediciner om man blev skadad.

Jag: Jag tycker synd om henne.

Morfar: Min far fick erysipelas efter att han hade rakat sitt skägg och skurit sig. Han gick med denna rosfeber i en månad, men läkaren gav honom en nyutvecklad medicin, så han återhämtade sig snabbt.

Jag: Vad var det för medicin?

Morfar: Den heter Mercurochrome.

Jag: Jag har hört talas om den.

Morfar: Så småningom hamnade kriget med Kina i ett dödläge. När jag gick i sjätte klass, började Japan krig med Amerika. Jag tycker att Japan borde ha slutat kriget.

Jag: Vilken smärtsam tid!

Morfar: Ja. När jag gick i åttan, ställdes lektionerna in. Då fick jag jobba med att göra om mark till flygfält. Jag flyttade jord från högt belägna platser med en vagn och fyllde ut ojämna marker med den.

Jag: Det var en tuff uppgift!

Morfar: Ja verkligen! Det var så tufft! Innan jag började på college, slutade jag en skola som kallades Pre-World War II middle schools. Efter det hjälpte jag min mor med att odla sötpotatis. En dag sade min mor: "Du borde inte slösa bort din tid på sådant." Jag är tacksam mot henne för det.

Jag: Jag är imponerad. Vilken bra mamma.

Morfar: Ja, hon var en riktigt bra mamma!

Jag: Kan jag ställa nästa fråga?

Morfar: Javisst!

Jag: Hur lever du med mormor nu?

Morfar: Hon åker till ett daghem för seniorer alla helger utom när det är nationell helgdag. Hemmet har öppet från nio till fyra. Där finns det bad, måltider och gymnastik. Jag gör frukost och middag åt henne. Hon har inte gymnastik på söndagar. När hon är inte trött, vaknar hon ibland klockan fyra på morgonen och går ut med tofflorna på. Då blir jag orolig.

Jag: Det låter oroväckande.

Morfar: Ja, men förr var det hon som tog hand om mig. Nu är det min tur att ta hand om henne!

Jag: Ja. Jag gör vad som helst om du vill ha hjälp, snälla, fråga mig.

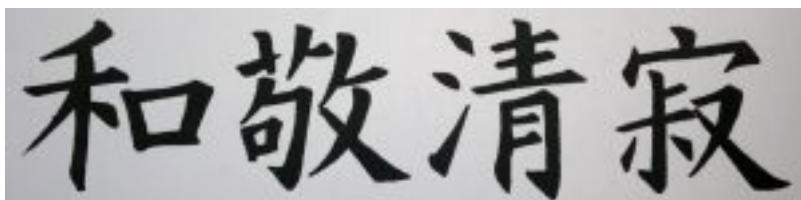
Morfar: Tack! Det ska jag göra.

Jag: Intervjun är över. Tack så mycket! Ta hand om dig!!

Morfar: Tack så mycket. Hejdå!

Jag: Hejdå!

*AYUMI TAKEUCHI*



Det är nödvändigt att vara positiv!

Det är en söndag vid middagstid, och solen skiner. Jag knackar hårt på en bakdörr till mormors hus som vanligt, så att hon kan höra att jag kommer. Efter en stund öppnar hon dörren.

- Hej, min mormor!
- Hej, välkommen!

Mormor är en rundnätt typ. Hennes korta hår är svart och grått. Hon brukar vara klädd i mörkt, exempelvis svart, brunt och purpur och ha ett ljusblått förkläde. Vi sätter oss i ett *horigotatsu*, som är ett lågt bord med en grop under.

- Kan jag fråga dig om något, mormor?
- Javisst! Vad vill du veta om mig?
- Jag vill höra om din barndom!
- Okej, jag föddes i Peru den 30 juli 1932 där mina föräldrar bodde för att arbeta. Jag bodde där i sex år och flyttade sedan till Japan i syfte att gå i japansk skola. När jag var nio år, började kriget.
- Hur levde du under kriget?
- Jag gick i skolan och odlade bönor vid vårt hus. Jag hade alltid med mig en påse och en vattenflaska. I påsen hade jag rostade bönor och riskex som nödproviant, eftersom det plötsligt kunde dyka upp många stridsflygplan på himlen, så att vi måste söka skydd. Jag var så rädd för kriget. Det fortsatte i fyra år. Vi hade svårt att få det nödvändiga för att överleva. Det var en hård tid. Jag tycker att man lever så lyckligt i överflöd nu.
- Ja, vi lever i en fredlig tid, men många glömmer kanske hur underbart vi har det i vårt överflöd. Och . . . vad gjorde du sedan?
- Efter att jag hade gått i skolan i åtta år, hjälpte jag mina föräldrar med odlingen och lärde mig klädsömnad i ett år. Därefter arbetade jag på ett textilföretag i fyra år och gifte mig med din morfar. . . förresten, vill du dricka något kallt?
- Ja, tack.

Mormor reser sig långsamt och går ut i köket. Hon häller upp kaffemjök i en kopp åt mig och en kopp grönt te åt sig själv, och hon lägger upp många kakor i en träskål.

- Varsågod.
- Tack så mycket.

Vi kopplar av lite med dryck och godis och har det bekvämt och pratar om något annat. Solljus har börjat sila in i rummet genom fönstret. Senare fortsätter jag att ställa frågor.

- Hur var ditt liv med man och barn?
- Ja . . . det var ett hårt liv. Min man var byggnadssnickare. Han bara arbetade och hjälpte mig aldrig med hushållsarbetet. När jag inte hade middag och alkohol färdigt när han kom hem, blev han arg på mig. När mina barn gjorde honom arg, vände han upp och ned på matbordet så att all mat jag hade lagat hamnade på golvet.

Min man var så dominerande. När han hade gått bort, kunde jag bo här ensam och leva ett fritt liv. Så jag känner mig lyckligare nu än jag var under mitt gifta liv.

- Verkligen?
- Ja, jag kan göra vad som helst. Men nu har jag så ont i ett knä att jag inte längre kan göra allt.
- Du reser ibland med andra äldre.
- Ja, det gör jag. I den här staden samlar man sina äldre och planerar en resa för oss till en varm vår varje år.
- Jag brukade visst få kakor av dig varje gång du kom hem från en resa, tack. Har du något annat som du tycker om?
- Jag tycker om att sy, men sedan mina ögon börjat bli sämre, gör jag det alltmer sällan. Och . . . jag gillar att odla grönsaker på min åker.
- Vad kul! Vad odlar du för grönsaker nu?
- Jag odlar jordgubbar, gröna paprikor och gurkor. Å! I morse plockade jag jordgubbar. Vänta!

Mormor reser sig mödosamt och går ut i köket igen. Hon kommer tillbaka med många jordgubbar som är stora och röda.

- Varsågod. Jag plockade dem i morse.
- Tack så mycket . . . det var gott! Vad bra att du odlar jordgubbar!

Min mormor ser så glad ut, när hon talar om grönsaker. Hon sitter och tittar på TV nästan hela dagen, så hon har mycket kunskap särskilt om hälsa och mat. Varje gång jag hälsar på henne, lär hon mig något nytt.

Jag börjar fråga om hennes hälsa:

- Har du fortfarande mycket ont i knäet och höfterna?
- Javisst. Jag fick ont i dem för några år sedan. Trots att jag går och träffar läkaren för att rehabilitera mig varje fredag, mår jag inte alls bättre.
- Det var synd. Vad gör du för din hälsa?
- Jag försöker att ta en promenad i min trädgård på morgonen. Och jag äter nyttig mat regelbundet. Eftersom jag har högt blodtryck, försöker jag använda mindre salt i rätterna.
- Jaha, det är bra vanor.

Hon dricker en klunk grönt te, suckar och säger:

- Jag har ont i mitt knä, så jag kan inte göra allt jag vill göra.
- Vad vill du göra?
- Jag har mycket som jag vill göra, men jag kan inte göra det när jag har ont i knät.
- Jaja . . . Om du hade inte ont i knät, vad skulle du då göra?
- Jag tycker om att resa, så jag skulle vilja resa runt hela Japan på ett skepp!
- Vad kul!! Jag hoppas att jag kan komma med.
- Ja, jag ska ta med dig och mina andra släktingar i framtiden!
- Vad bra!

Varje gång Mormor berättar om sin resa i framtiden ser hon förväntansfull ut, och jag gillar att se det. När jag tittar ut genom fönstret, blir det allt mörkare. Jag ställer en sista fråga till henne:

- Vilka saker är viktiga saker för dig?

- Det är viktigt att ha goda vanor för att leva länge och piggt. Det är även jätteviktigt att inte bry sig om dåliga saker. Jag är för trött för att bry mig om allt omkring mig. Så att vara positiv är nödvändigt i livet.
- Jaha. Tusen tack för din berättelse! Jag hade en rolig stund med dig idag.

Vi går ut, och jag tackar igen för hennes hjälp. Vi säger hejdå till varandra, och sedan åker jag motorcykel hem.

*SUZUKA INOUE*



Mormors hus. Foto: Suzuka Inoue



# 和敬清寂

## Farfar vill fortsätta att fiska

En söndagseftermiddag ringde jag till min farfar som bor i Tokushima. Han föddes den 22 februari 1929, och han är 89 år gammal nu.

”Hej, Farfar! Hur mår du? Mår du bra?”

”Hej, Madoka! Jag mår bra. Tack, tack. Men jag har blivit glömsk numera. Jag glömmer ofta var jag har lagt min mobiltelefon och min plånbok, och jag glömmer dessutom att äta mat.”

”Verkligen? Det var allvarligt. Oj. Vad brukar du göra hemma?”

”Jag brukar sova eller titta på sumo och nyheter på tv. Och jag promenerar och pratar med mina grannar före middagen. Men chanserna att gymnastisera minskar. Jag tycker förstås inte att det är bra för min hälsa.”

”Tycker du att du inte vill gymnastisera?”

”Jo, det vill jag. Men min kropp rör sig inte som jag vill.”

”Jag förstår. Vad gör du för någonting för att hålla dig pigg?”

”Nja, jag har inte någon bra idé. Men när jag inte mår bra, åker jag till sjukhuset eller tar mediciner.”

”Du gör väl visst någonting!”

”Självklart!!”

Min farfar och jag skrattade.

”Förresten, hur gammal vill du bli?”

”Um, det vet jag inte. Men det är okej om jag dör när som helst.”

” Verkligen?! Har du något trevligt i ditt liv?”

”Ja, jag blir glad när din bror, din syster och du kommer hem och hälsar på. Jag bor ju med bara din mamma, och jag pratar sällan med henne så det finns inte så mycket trevligt att göra i mitt liv...”

”Jag försöker komma tillbaka hem snart.”

”När du kommer, vill jag prata mer med dig mer än vanligt.”

”Åh, och du är ju 89 år gammal, vad vill du göra nu, om du kan?”

”Ja, jag vill åka ut och fiska med båt en gång till...”

”Gillar du fortfarande att fiska?”

”Ja, ja, eftersom jag gjorde det i över 50 år. Men den fysisk styrka räcker inte nu . . . ”

”Jag förstår . . . Tack för att du berättar olika saker för mig!!! ”

”Varsågod!!! Jag hade också en rolig stund!”

*MADOKA EBISUDA*



## Mormor sjunger och spelar gateball

- Hej! Hur mår du?
- Bra, tack. Det blir allt varmare ute, men jag dricker mycket vatten, så jag mår fint.
- Du blir väl 79 år den här månaden?
- Ja, jag har levt så länge. Eftersom mina tänder och ögon börjar bli dåliga, åker jag till sjukhuset oftare än tidigare. Den japanska regeringen betalar 90 procent av mina medicinska kostnader, så jag behöver inte betala så mycket. Det är fint.

Medellivslängden i Japan är mycket hög – för män är den ungefär 81 år och för kvinnor cirka 87 år. Min mormor Yoriko Imagawa föddes den 28 juli 1939 i Okayama prefektur. Hon förlorade sin man 2009 och bor nu med sin son i Akashi i Hyogo prefektur. Hon tycker om att sjunga. Jag hälsade på och intervjuade henne.

- Mormor, tycker du att Japan är ett gott land att bli äldre i?
- Jag kan inte säga det, men det är i alla fall inte så dåligt. Jag är missnöjd med möjligheterna för en äldre person att bli anställd och få en inkomst. Jag tycker om att sjunga och spela gateball, och det är naturligt att det kostar pengar. När jag vill tjäna pengar på mina hobbyer, går det inte. Det är inte omöjligt att leva på pensionen, men jag är ändå rask och kan arbeta. Jag hoppas att Japan ska se till att vi äldre personer som vill arbeta ska få göra det.
- Men jag får olika sorters service, så jag är nöjd med att bli äldre. Det är ganska billigt att till exempel se film och att sjunga karaoke. Jag känner inte till om det finns liknande tjänster i andra länder, men Japan har många äldre, och det är nog därför som en sådan service har utvecklats.

Min mormor spelar med sina vänner varje dag, så jag tror att hon njuter av sitt liv. Men hon vill arbeta och tjäna pengar. Faktum är att cirka 72 procent av den japanska befolkningen är över 60 år, och även äldre personer vill arbeta. Andelen äldre

anställda är inte särskilt stor, men den ökar alltmer.

- Jag hoppas att enkla jobb kan ges till äldre personer, så att de kan använda pengar som de själva tjänar, avslutar hon.

*MAO OKAMOTO*

*Fotnot: Gateball liknar krocket*



**Tre generationer.** Mao Okamoto med sin mormor. Mamma Takako tog bilden.



## För dyrt med ett bra äldreboende

Hon är min moster och arbetar på ett äldreboende i Okayama. Jag intervjuade henne hemma hos henne. Det var en solig dag klockan tre på eftermiddagen. Hon frågade mig vad jag ville ha att dricka, och hon serverade en kopp kaffe till sig själv samt en kopp kaffe latte till mig. Hon gav mig också några sötsaker. Sen vi satt vid hennes låga bord i vardagsrummet, direkt på golvet. Hennes barn och hennes man var inte hemma, så det var tyst i huset.

- Hej. Det var länge sen.
- Hej. Vad ska vi göra idag?
- Jag frågar dig om ditt liv och ditt arbete, och så svarar du som du vill.
- Jag förstår. Varsågod.
- Introducera dig och ditt liv först.

Jag åt söta kakor medan hon svarade. De var goda. Moster åt senbei. Jag tyckte inte att riskakor passar ihop med kaffe, men jag sade inte det.

- Ja. Jag är Mayumi Yamamoto och är 46 år gammal. Jag har arbetat på ett äldreboende i 20 år. Jag har tre döttrar. Jag är född i Okayama, och jag gick på ett företagsgymnasium eftersom jag inte hade något särskilt som jag ville göra i framtiden. Efter det var jag administratör på ett företag, men jag trivdes inte på jobbet. Då deltog jag i en kurs för att bli hemhjälp och förstod att det var det här jag ville göra. Sen sökte jag mitt nuvarande arbete. Arbetsplatsen låg i närheten, och de sa att det inte behövdes några kvalifikationer om jag hade allvarliga avsikter att stanna där.
- I Japan finns det många som inte har något mål efter sina studier, som det var för dig först. Det var bra att du kunde hitta ditt mål. Vad tycker du om arbetet nu?
- Omvårdnadsyrken är jobbiga på grund av arbetskraftsbristen, de oregelbundna arbetstiderna och den låga lönen. Mest har jag upplevt sexuella trakasserier och våld av demenspatienter. Dessutom behöver vi göra många saker. Om man tycker om omvårdnadsyrken, måste man känna stress i en sådan

situation. Jag känner till många patienter som är skilda eller som måste bo ensamma utan hjälp av sin familj. Om man bor med sina gamla föräldrar, är det också svårt att ta hand om dem. Hur många personer kan leva tryggt och bekvämt? Jag tror det inte finns så många i Japan.

- Oj, du brukar mumla om ditt jobb och jag har hört det. Jag kände till den situation som väntar de äldre, men det är mer chockartat att höra vad just du säger som arbetar på ett äldreboende. Vad vill du att Japan ska göra för att förbättra omsorgen?
- I alla fall, vill jag ha högre lön och minska stressen. Å andra sidan är jag rädd för hur de unga ska kunna klara att ta hand om de äldre, eftersom de använder sms oftare än de pratar med människor.
- Jag tror att det är en fördom.
- Verkligen?
- Ja. Men jag ska fortsätta intervjun hur som helst. Vad tycker du om att bli äldre i Japan? Är det oroligt eller inget problem?
- Mmm . . . Det är mycket oroligt. Antalet arbetare inom äldreomsorgen är inte tillräckligt på grund av minskande födelsetal och en åldrande befolkning i Japan. Min lön är så låg att jag inte kan spara pengar till min ålderdom. Därför kommer jag inte att kunna använda äldreboende eller andra välfärdstjänster. Således vill jag inte leva länge.
- Jag håller med dig. Men vi kommer att göra det, eftersom Japan har bra medicinsk teknik och låter en dö genom barmhärtighetsmord. Slutligen: vilka tjänster vill du själv ha, när du blir äldre?
- Jag vill bo på ett vårdhem som är rent och fritt samt där de har snälla sköterskor och god mat. Jag vill inte att mina barn ska se efter mig.
- Det låter fint. Jag vill också bo på en sådan plats. Tack så mycket för idag. Jag ska skriva en intressant artikel.
- Var så god, det var så lite. Lycka till! Snälla du, kom hit igen när som helst.
- Ja tack.

Vi dukade av bordet efter intervjun och sade hejdå till varandra utanför hennes hus. Klockan var halv fem när jag åkte tillbaka hem.

*AYANE FURUKAWA*

# 和敬清寂

## Mormors resor i fantasi och verklighet

Det hade gått nästan tio månader sedan jag senast träffade min mormor. När jag blev universitetsstudent fick jag färre möjligheter att åka tillbaka till min hemprefektur Tokyo och besöka henne. Hon är den enda som kvar av min äldre släktingar. De andra känner jag bara till lite grann genom vad mina föräldrar har berättat. Min morfar dog innan jag föddes, och det gjorde min farmor också. När min farfar dog, var jag tio år. Jag minns att premiärministern då skickade ett "letter of commendation for his military role".

Jag bestämde mig för att ringa min mormor och intervjua henne om några saker från när hon var ung.

"Hej, mormor. Jag är så ledsen att jag inte träffat dig på länge. Hur mår du?" inledde jag.

"Hej, Jun-chan! Det var verkligen länge sedan. Jag mår bra, tack. Spelar du fortfarande baseball varje dag?" frågade hon.

Mormor kom tydligt ihåg att jag brukade spela baseball nästan varje dag under min skoltid. Hon börjar alltid med den här frågan när jag pratar med henne. Ibland spelade jag baseball så ofta att jag inte hann träffa henne på helgerna.

"Nej, det tog så mycket tid att spela baseball, att jag blev trött på det. Jag har gått med i skidklubben på universitetet i stället", svarade jag.

"Åka skidor! Var försiktig så att du inte skadar dig", förmanade Mormor.

"Ja, tack, tack. Åkte du skidor som ung?" undrade jag.

"Självklart, eftersom jag var idrottslärare", sade hon. "Som idrottslärare hade jag olika aktiviteter med mina elever."

"Vad gjorde du mer?"

”Jag simmade också långa sträckor i havet vid Iwate. Det var mycket kallt. Jag hatade det verkligen”, svarade hon och lät ändå nostalgisk.

”Du kommer verkligen ihåg gamla tider. Hade du det svårt under kriget?” ville jag veta.

”Jag sydde alltid fallskärmar. Kvinnor var oftast inte ute på slagfältet, men i skolan fick vi flickor använda bambusvärd i kendoövningar. Vi tittade upp mot himlen och ropade högt med lyfta svärd.”

”Förresten, ska jag åka till Sverige i sommar. Det ska bli jätteroligt” sade jag.

”Det är bra! Jag var i Sverige för nästan sextio år sedan. Det var en paketresa. Jag följde bara med de andra turisterna” berättade hon.

Men, det är inte klart att Mormor åkte till Sverige eller ens deltog i någon turistresa alls, eftersom min mor sade att hon inte hade hört det. Även om Mormor inte hade deltagit i en resa till Sverige på riktigt, tror jag att hon ändå hade upplevt någon liknande sak.

”Det var mycket roligt att höra! Jag kan tänka mig att det inte var lätt att resa så långt på den tiden” sade jag.

Mormor bytte ämne:

”Och jag är så orolig för jordbävningar”.

”Ja det förstår jag. För sju år sedan slog en stor jordbävning sönder ditt hem i Iwate. Jag var väldigt lättad över att du redan bodde i Saitama då”, sade jag.

”Ja, verkligen. Förresten, var försiktig med jordbävningen i Osaka” varnade hon.

”Jag är väldigt glad att prata med dig! Ta hand om din hälsa” avslutade jag.

Mormor har faktiskt genomgått en operation i bröstet. eftersom hon föll och fick en bröstkompression i våras. Jag vill träffa henne i sommar när jag kommer tillbaka till Tokyo, innan jag flyger till Sverige från Narita flygplats.

*JUN NAKAJIMA*

*Fotnot: I juni 2018 skakade en stor jordbävning Osaka.*



# 和敬清寂

## Att ha fina vänner är underbart

Vi pratar hemma hos min mormor. Hon ser så pigg ut, men ibland åker hon till sjukhuset. Min mormor har vitt hår och svarta ögon. Hon ser snäll ut, och hon är faktiskt snäll mot alla.

Jag: "Hej, mormor!"

Mormor: "Hej, Izumi!"

Jag: "Idag har jag några frågor till dig, mormor."

Mormor: "Jaha."

Jag: " Så, första frågan är . . . okej. Om du fick leva om ditt liv, vad skulle du göra?"

Mormor: " Å! Jag har många saker att göra! Särskilt tänker jag berätta om din mamma.

Jag måste skriva eller tala om din mammas barndom och visa bilder för dig och dina syskon. Idag tror jag att jag har inte tillräckligt med tid. Jag är inte pigg nu, så jag är rädd att jag inte kan göra det. Jag vill göra också sutror som är läroböcker i olika ämnen. Jag vill spela piano och binda blomsterkransar. Jag tror visst att jag kan göra allting . . . "

Jag: "Jag tror att du kan göra vad du vill, om du hoppas det starkt. Jag ska hjälpa dig om det är någonting som du har svårt att göra. Tala bara om för mig vad du vill. Kan jag fråga en sak till?"

Mormor: "Javisst! Vi brukar inte ha tid att prata så länge som idag, Du är alltid upptagen. Jag hade hoppats att du skulle bo i Sendai . . . "

Jag: "Ibland åker jag tillbaka till Sendai, eller hur? Nästa fråga är: Hur håller du dig pigg?"

Mormor: "Jag ofta äter grönsaker och mindre sötsaker och mindre salt. Jag väger mig varje dag. Jag tittar på TV och gör morgongymnastik till ett TV- program varje morgon klockan halv sju. Några dagar i månaden pratar jag med min kamrater. Jag är lycklig att få umgås mycket med mina vänner. Att ha fina vänner är underbart!"

Jag: "Det är bra!!! Tack så mycket!"

# 和敬清寂

## Vill vinna nästa tävling i grundgolf

Min mormors syster bor i Fukuoka med min mamma och pappa. Jag bodde tillsammans med dem tills jag var arton år gammal, men jag flyttade till Osaka för att jag skulle studera vid Osaka universitet.

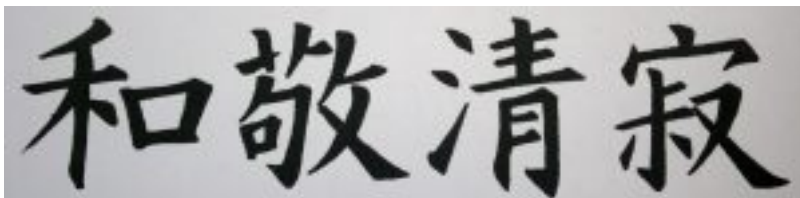
Min mormors syster heter Imako, och hon är sjuttio år gammal. Hon och jag har inte pratat på länge, så jag kände inte till så mycket om hennes liv. Den 30 juni ringde jag henne för en intervju.

- Hej, är det Shiori? sade hon överraskat. Hennes röst var som jag mindes den.
- Ja. Det är Shiori. Det var länge sedan.
- Det var länge sedan. Vad händer med dig?
- Jag vill intervju dig om ditt liv.
- Vad? Jag kan inte svara på en så stor sak.
- Det är inget problem. Förresten, vad gjorde du när jag ringde dig?
- Jag hade stigit upp ur badet och såg ett japanskt historiskt drama. Jag tittar på TV varje kväll. Du brukade tycka om att titta på dramer även förr i tiden, för länge sedan.
- Jag kommer ihåg det. Hur dags går du till sängs?
- Det brukar jag göra klockan tio på kvällen. Men jag kan inte somna direkt. Så i sängen hör jag på radio med lågt ljud. Jag blir mer och mer sömnig, eftersom jag lyssnar med slutna ögon.
- Det låter bra! Vad gör du på dagtid?
- Från måndag till fredag spelar jag ”grundgolf” med äldre människor som bor i grannskapet från klockan nio till klockan elva.
- Jag visste inte att du spelar grundgolf! När började du med det?
- Jag hade inget att göra, så jag började med grundgolf. Det är mycket bra träning för mina ben. Förra veckan kom jag nia i turneringen för första gången! I den tävlingen deltog 56 personer. Jag blev glad!

- Jättebra! Jag är glad att höra om ditt hälsosamma liv. Har du inte något fel på din kropp?
- Jo! Jag är sjuttio år gammal, så det är naturligt. Jag kan inte läsa en tidning väl. Mina ögon har grå starr, så jag kommer att genomgå en operation. Det verkar vara en lätt operation, så oro dig inte. Men jag måste stanna på sjukhuset i tre dagar.
- Aj . . . Jag ska be en bön om en lyckad operation. Går du inte till sjukhuset även för andra problem?
- Jag går också till avdelningen för invärtes medicin för att få hjälp med att sänka kolesterolet. Och jag går också till tandläkaren en gång i månaden. Men jag har aldrig dragit ut en tand. Det är min stolthet!
- Fint! Jag måste också ta hand om mina tänder. Så bra att du inte har någon allvarlig sjukdom. Slutligen: Har du några framtida mål?
- Mmm . . . Jag vill bli bättre i grundgolf och vinna nästa stora tävling.
- Jag ser fram emot att höra att du hur vunnit turneringen! Tack för idag!
- Tack, tack! Ring mig igen!
- Javisst! Hejdå!

*SHIORI YAMASAKI*

*Fotnot: Grundgolf är en japansk sport som påminner om minigolf*



## Äter pH-balanserad kost

Jag ringde min mormor som bor ensam i Shizuoka, min hemstad.

”Det är söndagseftermiddag, så hon kanske är hemma”, tänkte jag.

Hennes hus är en fem våningar hög byggnad, med en garnaffär på bottenvåningen.

Mina morföräldrar hade drivit affären tillsammans i många år, tills min morfar dog för ett år sedan. Ännu öppnar Mormor affären ibland, men det var söndag när jag ringde henne. Jag antog att hon tittade på tv i vardagsrummet på övervåningen.

”Hej!”

”Hej mormor, det är Yuka.”

”Oj, oj.”

När jag hörde hennes glada röst, kände jag mig nostalgisk. Hon pratar alltid högt, långsamt och lugnt. Det är delvis på grund av hennes dåliga hörsel, men det är också på grund av hennes känsliga personlighet.

”Det var länge sedan jag hörde av dig” sade mormor.

”Ja, jag har varit mycket upptagen i Osaka.”

”Ja jag vet. Du tycker MYCKET om att studera!” skrattade hon.

Hon har trott att jag är galen i att studera. Jag suckade och sade

”. . . Nej, faktiskt inte. Nu är jag upptagen av att söka jobb. ”

”Söka jobb! Ja, det är absolut viktigt”, sade hon långsamt och fortsatte:

”Jobbet påverkar också hur du tillbringar ditt äldre liv. Tack vare mitt arbete på kontor, lever jag ett lugnt liv nu faktiskt.”

”Kontor?” undrade jag, eftersom jag inte hade hört att hon arbetade utanför affären.

”Har du jobbat på något kontor?”

”Absolut!” sade hon, ”Jag hade arbetat på ett kontor som granskade sjukförsäkringskrav och ersättningsbehov i cirka åtta år innan jag gifte mig.”

”Oj. Arbetade du som tjänsteman?”

”Jo, som en typ av tjänsteman. Så nu får jag lite mer pension än som egenföretagare.”

”Var det ditt första jobb?”

”Nej. Jag hade arbetat på ett kontor i tre år dessförinnan.”

”Komplicerat!”

Jag blev lite förvillad av hennes historia som jag inte hade vetat om tidigare.

”Förresten . . . ” Jag bytte ämne: ”Hur tillbringar du dina dagar?”

”Jag öppnar affären och sitter där” svarade min mormor.

”Jag har sålt nästan alla garner nu, men några små varor är kvar. Så jag sitter i affären, och ibland pratar jag med mina vänner som kommer in i affären för att hälsa på mig. Det är trevligt .”

”Går du inte ut?”

”Jo, en gång i veckan går jag till en samling i en allmän sal där friska gamla människor får sjunga eller dansa” och sen sade hon glatt men lite cyniskt: ”Vårdpersonalen tar hand om oss.”

” . . . I alla fall är det bra att du inte är ensam” sade jag.

”Precis. Och dina små kusiner kommer hit för att träffa mig cirka två gånger i veckan. De hälsar på mig efter skolan. Men . . . ”

Mormor gjorde en liten paus och fortsatte:

”Men, när jag städar upp i förrådet på den tredje våningen, hittar jag några gamla garner ibland. Det är garner som lades undan när vi, jag och din morfar byggde det här huset . . . Kommer ihåg MYCKET om min man. Tårar stiger upp i mina ögon, och jag kan inte sluta gråta då.”

Hon sade det på sitt vanliga lugna sätt, men jag kände att det där fanns en sorg som inte kunde döljas och jag kunde inte säga något om den till henne.

”Men i alla fall,” sade hon, ”är jag mycket frisk och inte så ensam.”

”Det är bra.”

”Jag har gastrisk hyperaciditet och högt blodtryck, men läkaren säger att det inte är så problematiskt. Jag brukar laga och äta pH-balanserad mat.”

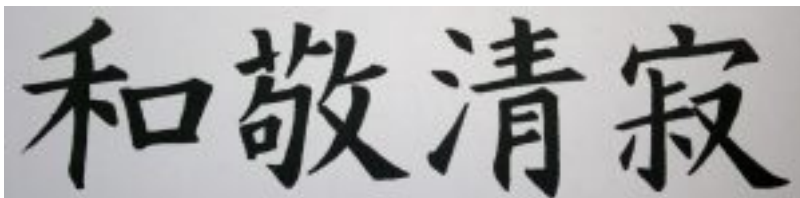
”Jag är glad att höra det. Men nu måste jag gå. Tack för din historia.”

”Ja! Jag var glad att prata med dig. Kom tillbaka till Shizuoka så snart som möjligt på sommarlovet, okej?”

”Ja, jag kommer tillbaka. Hejdå, mormor!”

”Vi ses!”

*YUKA KATAI*



## Japan behöver fler läkare

En dag ringde jag min morfar. Han var sjuk tidigare i år och låg på sjukhuset i två månader. Det var därför jag bestämde mig för att göra intervju med honom.

- Hej! Morfar, hur mår du?
- Hej, Yumi! Jag mår mycket bra. Tack. Hur mår du?
- Jag mår bra också. Tack!

Min morfar och mormor bor i Nagoya, så jag kan inte besöka dem så ofta. Men vi talar ofta med varandra per telefon.

- Idag har jag några frågor om hälsa. Kan jag fråga dig om det?
- Javisst!
- Först, hur var sjukhuslivet?
- Det var inte dåligt, men det var inte heller bra. Läkare och sjuksköterska var mycket snälla. Jag kunde bo där bekvämt. Men sjukhusmaten var inte god . . . Måltiderna var säkert bra för hälsan, men jag ville äta din mormors mat.
- Ojdå . . . Det var märkligt att maten inte var god. Men vad tycker du för övrigt om japanska sjukhus?
- Jag tycker att det finns för få läkare på japanska sjukhus, så därför är läkarna mycket upptagna. Japan borde utbilda och anställa fler läkare.
- Det var intressanta idéer! Vilken typ av saker var svåra under sjukhusvistelsen?
- Hmm . . . åh! Det var svårt att göra vad jag ville göra om jag hade varit fri. Jag var tvungen att göra vad som bestämdes vid en bestämd tid.
- Oj, det låter inte bra. Vad gör du för att leva längre?
- Jag äter mat som är bra för min hälsa, och jag tränar måttligt!
- Bra! Jag hoppas att du får ett långt liv!!! Jag kommer nästa sommarlov. Vi ses.
- Tack! Jag ser fram emot att träffa dig!

# 和敬清寂

## Hade velat bli en självständig kvinna

Jag skickade e-mejl till min mormor:

”Hej, mormor! Jag ska göra en intervju om ditt liv. Okej?”

Efter 30 minuter fick jag hennes svar:

”Ja ja.” Vi fortsatte vår korrespondens:

”Mormor, när är du född?”

”Jag är född 1943 i Japan. Jag är mina föräldrars tredje barn.”

”Du är född 1943, så kriget var alltså inte slut än?”

”Nej, det stämmer. Kriget var inte slut, men jag var så liten när kriget slutade att jag inte kommer ihåg det.”

Kanske hon blev trött. Hon sade att hon behövde vila nu. Vi skulle göra om intervju dagen därpå. Hon hade varit på sjukhuset i tre månader. Hon var aktiv ända tills hon blev sjuk. Hon brukade gå bort och äta lunch med sin vän, bestiga ett berg och gå till sin mans grav för att hålla den fin. Nu går hon inte ut längre. Hon är hemma hela dagen. Min mor och moster tar hand om henne.

Nästa dag började vi vår intervju igen:

”Hej mormor. Har du sovit gott?”

”Kanske. Jag somnade igår klockan tio och vaknade klockan tre. Äldre människor sover inte djupt.”

”Ja ja. Jag kan inte vakna tidigt, så jag vill bli som du. Igår talade vi om när du är föddes och lite om kriget.”

”Jag kommer inte ihåg kriget, men för min mor fick kriget stor betydelse. Till exempel skulle min mormors mor ha gift sig med en annan man än min mormors far. Men han dog i kriget, så hon gifte sig med hans bror i stället. Han blev alltså min mormors far.



Då blev jag häpen.

”Det visste jag inte. Är du nöjd med livet?”

”Kanske.”

”Varför ´ kanske ´ ?”

”Idag kan kvinnor arbeta och leva självständigt. När jag var ung kunde kvinnor inte göra det. Jag ville göra det.”

”Har du någonsin arbetat?”

”Nej. Jag har alltid varit hemmafru och inte haft något lönearbete. Min man, Shigeru, ville inte att hans fru skulle arbeta utan vara hemma och ta hand om våra barn.”

”Jaha. Han var en typisk man i Japan.”

”Just det.”

”Bor du ensam nu?”

”Nej, jag bor tillsammans med min dotter och hennes barn. Men jag känner mig ensam, när de går till jobbet eller skolan. Jag vet inte vad jag ska göra då.”

”Om du känner dig ensam, kan du hitta något tidsfördriv? Till exempel, att ha ett husdjur. En gång hade du en hund.”

”Ja, jag hade Pomme förut. Jag och han var alltid tillsammans. Vi promenerade varje dag. När han ville äta något gav jag honom mat. Jag tyckte så mycket om honom.”

”Det var bra.”

”Vi var vänner. Men en hunds livslängd är kortare än min mans. Pomme är död. När han hade dött, bestämde jag mig för att jag inte skulle ha fler husdjur.”

Hon kunde inte komma över sin hunds död, förstod jag.

”Jaha. Det är svårt för mormor att skaffa ett nytt husdjur.”

”Ja. Mina döttrar säger att jag ska ha en ny hund, men jag håller inte med dem.”

Hon kände sig sorgsen, så vi avslutade intervjun:

”Mormor, tack för idag!”

”Var så god!”

*YUNA YAMAGUCHI*

# 和敬清寂

## Hon är pigg av naturen

Jag har en mormor som heter Setsuko. Hon är 80 år och har vackert vitt hår och god hållning. Men hennes vänstra öra fungerar inte. Hon tycker om godis, så hon äter godis varje dag. Idag äter hon godis också med grönt te och tittar på tv.

- Mormor, kan jag intervjua dig nu?
- Ja. Vad har du för frågor som jag ska svara på?

Hon skrattar. Hon skrattar ofta.

- När tyckte du att du blev äldre?

Hon skrattar igen.

- När tyckte jag att jag blev äldre? Hmm . . . det enklaste svaret är: när jag fick barnbarn.
- Ja, du blev min mormor.
- Och när jag tyckte det blev svårt att motionera som jag kunde förut.

Hon skrattar igen. Jag skrattar också, eftersom hon hade ett smittande skratt.

- Ja. Vi kommer inte att kunna göra allt det som vi har tyckt om att göra. Så småningom.
- Som till exempel att springa mycket?
- Hmm . . . Nej, jag blir sämre på kvalitet. Jag kunde förr göra någonting till 100 procent, men nu gör jag det bara till 80 procent, även om jag gjort mitt bästa.
- Ja, jag förstår.
- När jag var 50 år, fick jag mitt första barnbarn.
- Det är lite tidigt? Eftersom . . .

- Din mamma får inte barnbarn ändå.

Hon skrattar igen.

- Ja, nästa fråga! Om du fick leva om ditt liv, vad skulle du göra?
- Hmm . . . jag har inte någonting jag vill göra.
- Har du inte någonting som du ångrar nu?
- Jo. . . . Oj, nej jag har något som jag vill göra. Jag har inte åkt till Schweiz!

När jag var grundskolestudent, lovade jag min mormor att vi skulle åka till Schweiz tillsammans. Så jag säger:

- Ja, vänta lite! Lev längre!
- Ja, men jag har inget annat förutom det.
- Okej. Vad vill göra du nu?
- Vad jag vill göra nu . . . jo . . . leva hälsosamt.
- Ja, det vill jag också. Men . . . vill du inte träffa min brors barn? Det är ditt barnbarnsbarn!
- Om jag kan, vill jag självklart göra det!
- Ja ja. Nästa fråga, hur håller du dig pigg?
- Jag är pigg av naturen.
- Du är stark!

Vi skrattar tillsammans.

- Oj, en sak till: Jag får massage en gång varannan vecka.
- Jaha. Och du reser ofta.
- Ja! Det är roligt att resa med vänner.
- Vart åkte du förra veckan?
- Till Kushimoto i Wakayama. Jag badade i en onsen och åt mat! Det var gott.
- Du njöt mycket av resan.
- Ja. Jag tycker om resa.
- Jag vet! Det är så bra. Och . . . Vilken är den största skillnaden mellan att vara ung eller gammal, tycker du?

- Jag tycker . . . att jag inte har förändras särskilt mycket. Men . . . jag kan inte göra någonting snabbare än jag kunde i min ungdom.

Hon tycker att det största skillnaden är kapaciteten att göra någonting. Jag tycker att det visar att mormor är mormor, antingen hon är ung eller äldre.

- Ja, den sista frågan. Vilka är de roligaste sakerna nu?
- Att resa till många platser, och att äta god mat!

Hon skrattar igen.

- Jaha! Tack så mycket för ditt svar! Jag är så glad att jag kunde få veta vad du tycker.
- Det är bra. Tack. Jag är glad eftersom vi aldrig har samtalat så djupt som idag.
- Ja. God natt, mormor. Vi ska åka till Schweiz i framtiden!
- Jag ska leva för att resa till Schweiz. God natt.

Vi skrattar igen, och hon går till sovrummet.

*ERIKA KISHIMOTO*

# 和敬清寂

## Vill inte ställa till problem

Min mormor heter Aiko, och hon är 75 år gammal. Hon gillar att odla grönsaker i sin trädgård. Hon bor i Ehime med min familj som innehåller min mamma och min morfar. (Jag har ingen pappa). Jag ringde Mormor och frågade hur det är att bli äldre i Japan.

Jag: "Hej! Det var länge sedan vi sågs. Hur mår du?"

Aiko: "Hej! Ja, det var länge vi sågs! Jag mår bra! Men jag får lite ryggvärk ibland. Och du?"

Jag: "Välsigne dig . . . ! Jag mår bra, tack! Förresten, kan jag ställa några frågor om hur det är att vara äldre i Japan?"

Aiko: "Ja, visst."

Jag: "Är det besvärligt för dig att bo i Ehime?"

Aiko: "Nej, det är det inte nu. Jag kan planera och köra bil, så jag kan leva utan någons hjälp. Jag går och spelar golf i parken tre gånger i veckan!"

Jag: "Jaha, det är bra! Ska du förnya ditt körkort om fem år?"

Aiko: "Ja, det ska jag. Men om jag inte får något nytt körkort, kan jag inte åka till affären själv. Jag måste tänka igenom det. Jag vill inte ställa problem för min familj."

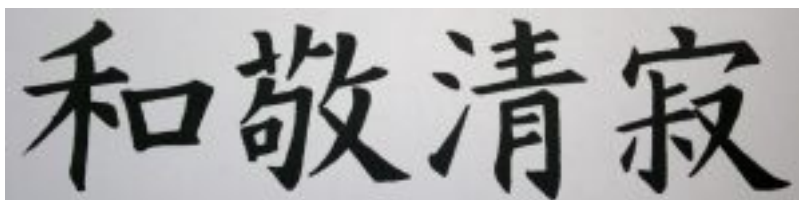
Jag: "Är du rädd för det? Jag ska hjälpa dig att laga mat, åka till affären och så vidare. Så, du behöver inte bli orolig om du inte får ett nytt körkort."

Aiko: "Jaha. Tack, tack. Då ska jag lita mer på min familj."

Jag: "Ja, okej. Jag är glad att få prata med dig. Tack så mycket! Jag kommer tillbaka till Ehime i augusti. Ta hand om dig."

Aiko: "Det var så lite. Vi ses i augusti! Jag ser fram emot att träffa dig!"

*MINAKO HINO*



## Man ska inte ha krig

I slutet av juni 2018 besökte jag min morfar, som heter Mineo och är 82 år. Han bor i Oji i Nara. Det tar bara en minut för mig att gå hem till honom.

Klockan slog tre, och det var 30 grader varmt ute. Samma dag tog regnsäsongen slut och sommaren kom, äntligen. Det blåste ganska mycket. Hemma hos Morfar var fönstren öppna, så det var jätteskönt. När jag gick in i vardagsrummet, låg Morfar vid ett lågt bord och blundade. Man kan lada märke till mig, i alla fall. Han hade bara T-shirt och kalsonger på sig. Jag förstod genast att han inte mår så bra. Han hade många blåmärken på grund av sin sjukdom. Han har blivit sämre under 2018.

Mormor satt också där. Hon vek deras kläder efter tvätten. Hon mår bra, och det tyckte jag var fint att se. Jag började så här:

- Hej, Morfar! Idag vill jag intervjua dig. Orkar du lite?
- Ja, jag orkar.
- Tack. Den första frågan är: Hur är det att vara äldre i Japan?
- Regeringen har möjlighet att ta hand om oss just nu, men det blir sämre snart. I jämförelse med Sverige eller Norge, kan man inte säga att de gör tillräckligt i Japan. De använder pengar till militären. Fy på dem! Man ska inte ha krig. Jag själv kan överleva, eftersom jag och din mormor har tillräcklig pension och dessutom har sparat lite pengar.
- Så är allt okej med dig just nu?
- Nja, inte helt. Jag är orolig för hur det ska gå med äldreboendet. Det är få som jobbar där. Bara rika människor får ett bra äldreboende. Jag har inte riktigt råd, så jag är lite rädd för hur det ska bli.
- Jag förstår. Nu till min andra fråga: Är du rädd för att bli gammal i Japan?
- Nej, bara för det där med äldreboendet. Är rädd för att jag inte kan komma in på något bra ställe.

- Åh ja, såklart. Vi kan ta hand om dig annars, om du vill. Ingen rädsla för döden?
- Nej, inte än. (skratt)
- Vad bra. Vad säger du om att leva om ditt liv? Skulle du vilja leva ett annat liv eller samma liv?
- Aldrig det här livet igen. Såklart vill man inte leva under krig. Det är fruktansvärt när man inte har något att äta eller ha på sig och inte har någonstans att bo. Jag hade inga skor och fick gå till skolan utan skor. Kan du tänka dig hur det är, när det inte finns något att äta, trots att man är ashungrig?
- Nej, det kan jag nog inte, och det kanske inte alla mina kompisar kan heller.
- Ja, det var så hemskt. Det fanns inget ris, utan sötpotatis blev vår huvudrätt. Jag blev nog trött på den. Men jag var tvungen att äta, annars hade jag dött. Vi fick plantera sötpotatis i trädgården i skolan i stället för att gå på lektionerna, sade farfar och fortsatte:
- När USA:s stridsflygplan flög över oss, fick vi gömma oss i en "bokugou".
- Nämen, Gud. Det måste vara fruktansvärt. Då förstår jag att du inte vill leva om samma liv. Men om du fick leva ett annat liv, hur skulle det då se ut?
- Bara det inte fanns krig. Bara det.
- Inget annat än det? Till exempel, att vara friskare eller rikare?
- Nej, inget krig. Det räcker.
- Okej, nu är alla min frågor slut. Tack för hjälpen. Hoppas du mår bättre snart.
- Tack, men jag vet inte. Lycka till med plugget.
- Tack. Hej då!

Sedan gick jag ut ur rummet och ut ur huset. Klockan var 15.25. Det var fortfarande soligt och skönt. Jag tror att Morfar blundade igen då.

*TOSHIKI IJICHI*

# 和敬清寂

## Bara en av dem kan komma in på vårdhem

Jag intervjuade min mormor och morfar.

Jag: Hej! Det är mycket varmt!

Morfar: Ja, det är varmt.

Mormor: Jag kan inte stänga av luftkonditioneringen.

Jag: Tycker du att får tillräckligt mycket pengar i pension?

Mormor: Det är lite mindre än vad jag behöver.

Morfar: Ja, det är för lite.

Jag: Är det då svårt att få råd att komma in på ett vårdhem?

Morfar: Vi kan inte komma in båda två.

Mormor: Då måste en av oss dö först. Jag tror det blir morfar.

Morfar: Jag tror att det blir du.

Mormor: Vet du inte att jag ger gift till dig varje dag. Du ska dö snart!

Alla: Hehe.

Jag: Men alla dina systrar och deras män bor på bra vårdhem. Varför går det?

Mormor: För att de hade arbetat på ett bra företag där de fick hög lön. Min äldre syster är änka, men hon arbetade också på ett bra företag.

Morfar: Då får de hög pension.

Jag: Jag förstår. Du ska komma in på ett bra vårdhem när jag börjar arbeta.

Mormor: Du ska inte oroa dig för det. Morfar ska dö.

Morfar: Nej, du ska dö snart.

Mormor och morfar: Hehe.

Jag: Tack så mycket för att ni svarade.

Jag lärde mig att det finns ett stort gap mellan gamla när det gäller pension. Men jag tror att farmor och farfar kan leva mycket länge.

*YOUHEI GOTO*



# 和敬清寂

## Äter hälsosamt och pratar med grannarna

Jag ringde till min farmor den 17 juni 2018. Vi ses sällan eftersom hon bor i Hiroshima, så jag ringer henne en gång i månaden.

- Hej. Det är jag.
- Hej, Mao! Hur mår du? Är du inte sjuk?

Hennes röst lät förväntansfull. Det berodde på att hon var glad att höra mig för första gången på en månad.

- Jo. Jag mår bra. Och du?
- Jag blev lite trött när jag kom tillbaka från mataffären, men det är inte någon stor sak.
- Låt mig veta om du är för trött att prata med mig. Jag har några frågor. Först vill jag veta hur du ser ut nu.
- Vad? Varför frågar du? Är det för din uppsats?
- Ja. Du har rätt.
- Okej. Mitt hår är svart. Jag har vitt hår men jag färgar det. Jag har många rynkor, och de har blivit djupare och djupare vilket gör mig ledsen. På den senaste tiden har jag förlorat aptiten, så jag har gått ner i vikt.
- Jag visste inte att du har gått ner i vikt. Har du ont i kroppen?
- Lite. Det har blivit lite svårare att gå till mataffären, eftersom min fot värker. Förr brukade jag cykla dit, men nu är jag rädd för att cykla efter att jag föll från cykeln för två år sedan.
- Ja. Jag blev förvånad och orolig när jag hörde det. Har du något annat problem i din kropp?
- Nej. Bara min fot.

Hon svarade nej, men jag visste att det var en lögn. Hon säger alltid att hon mår bra även när hon inte gör det, eftersom hon inte vill att jag ska vara orolig för henne.

Min pappa berättade för mig att hon har svårt att andas ibland och att hon då måste åka till sjukhuset. Han berättade också att hon inte mår lika bra som tidigare.

- Så det är svårt för dig att gå ut och promenera. Vad gör du hemma?
- Jag gör hushållsarbete och tar hand om katterna. Jag gör inget speciellt.
- Jaha. Jag säker på att du vill göra andra saker som du tycker är spännande. Vad vill du göra?
- Jag vill odla blommor som jag brukade göra för fem år sedan. Det gör mig gladast, men det är jättevarmt ute och jag har ingen ork att plantera några växter.
- Skulle du vilja odla blommor om du fick leva om ditt liv?
- Om jag fick leva om mitt liv . . . det har jag aldrig tänkt på. Jag vill resa runt i Japan. Jag tycker om att se vacker natur.
- Det låter bra. Vad sägs om främmande länder? Jag tänker studera i Sverige. Vill du åka dit?
- Sverige ligger för långt härifrån, och jag kan inte prata svenska eller engelska. Jag känner mig bekväm när jag är i Japan.
- Jag förstår. Har du andra saker som du vill göra?
- Jag vill spela volleyboll. Jag spelade det när jag var ung och var bästa spelare i laget. Nu kan jag inte göra det. Vet du vad? Du kan inte göra vad du vill när du har blivit äldre som jag. Jag föreslår att du ska göra allt du vill även om det finns någon som inte håller med dig om vad du gör. Att vara ung är underbart.
- Okej. Vad du sa uppmuntrade mig. Tack så mycket. Du kan inte göra allt vad du vill, men jag vill att du lever länge.
- Du behöver inte oroa dig för det. Jag är försiktig med min hälsa. Jag äter hälsosam mat och pratar med mina grannar. Jag pratar med katterna också.
- Det är bra. Jag besöker dig när jag har kommit tillbaka till Japan. Jag ser fram mot att träffa dig, så håll dig pigg till dess. Tack för att du svarade på mina frågor.
- Ja. Det var roligt att prata med dig! Ring mig när du har tid.
- Javisst. Hej då!
- Hej då!

**Läs mer:** Några av studenternas intervjuer om att bli äldre i Japan har publicerats i det svenska nyhetsbrevet Senior Hälsa, med Yvonne Busk som redaktör. Där finns också en intervju med Gunnel Bergström i Japan samt med en svensk forskare som jämför äldreomsorg i Japan och Sverige.

<http://www.seniorhälsa.se/vara-bilder-av-varandra/>

<http://www.seniorhälsa.se/i-sverige-pratar-vi-vader-i-japan-mat/>