

大塚支部

2022. 10月号 ☺

☺ 大塚支部・・・安佐南区大塚・伴南地区

いつまで夏なのか不安になる暑さでしたが、やっと涼しくなってきましたね。暑い夏のうれしい思い出を聞いてみました。小さな喜びを1つでも多く見つけたいですね。

この夏は、LINE で遠くに住む孫や友人にご機嫌伺いが身近にできて有難いと思いました。

3年ぶりに息子が帰ってきて、2人でたわいのない話をしながらワインを1本あげました。

久しぶりに子ども、孫が集まってそうめん流しをしました。山から竹を切ってきて、3m弱、総勢12名。楽しかったです。

孫たちが3年ぶりに帰省。成長ぶりは分かっているつもりでしたが、一緒に行動するときいつの間にか歩調を合わせてくれたりと孫に気を使われて嬉しくなりました。

ベランダから、打ち上げ花火を4回観ました。ふれあい祭りの花火は目の前で上がったので、壮観でした。

西日対策でベランダにゴーヤのカーテン設置。収穫後は、チャンプルー、天ぷら、佃煮など楽しみました。

娘が結婚しました。フォトウエディングと両家の会食をしました。やっぱり花嫁衣裳を見ると感動しました。

久しぶりの家族旅行、暑かったけど、とっても楽しかったです。

若い頃気に入っていたスカート、はけなくなってバックに変身させました。お気に入り追加です。

夏の思い出



< 沼田地区スタート集会 >

9月28日(水) 14:00~14:30
沼田・大塚地区の総代11名と職員4名参加。強化月間の目標と計画を共有しました。また、地域からの要望も聞いて今後の活動に元気ができました。



昔、猫額庭で、少しの野菜を作っていたが、今は雑草の世界。

今年、久しぶりにロシアの理不尽なウクライナ侵攻に抗議の願いを込め、「ヒマワリ」を育て上げた。6月に種を撒き数は6粒だけ。肥料、水をやりあげた結果、8月末、高さ2メートル以上のヒマワリが見事、開花した!しかも、6本も。

ウクライナの空に向かって届けとばかりに。私たち夫婦は、戦争は絶対悪であり、改めて平和を噛みしめ、改憲しない戦争放棄を誓い合いました。 寺本 三省



青空健康チェック

今月は**第3月曜日** 10月17日(月) 10:30~11:30

Aシティフレスタ前・・・血圧・体脂肪・体年齢などの測定
健康サポーターによる健康相談

無料

「高齢者いきいき活動手帳」をお持ちの方はポイントゲットしましょう。お買い物に来られるついでに、ちょっとどうぞ。

在宅生活をささえる10の基本ケア学習会

(日 時) 10月26日(水) 10:00~11:30頃

(場 所) タワーズイースト集会所

(講 師) 健康まちづくりセンター 今岡 由就さん

※ 申し込み締め切りは、10月19日です。

※ 「高齢者いきいき活動手帳」をお持ちの方はポイントゲットしましょう。



大塚支部 高橋 082-848-2917

健康まちづくりセンター 【担当】山本 082-879-8124