



ほっとライン 9月号



萩の花

～ささえる ～つなげる ～ほっとする

9月(長月) 皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか

9月1日は「防災の日・関東大震災から99年目の年」、災害は忘れたころにやってくると言われますが地震、台風など今いちど備えの確認をお願いします。19日は「敬老の日」。長寿を祝い、大先輩への労いの気持ちをお伝えしたいと思います。21日の世界アルツハイマーデーを契機に、11月までの期間に認知症サポーター養成講座の実施、おひとり様セミナー、地元の商店、医療、福祉、介護、行政と連携して認知症の啓発、理解への様々なプログラムに取り組みます。9月20日～26日(中日23日=秋分の日)は、「ご先祖を想い、故人を偲ぶ日」秋のお彼岸です。そして、この時期の食文化といえば、秋の彼岸は「おはぎ」粒あんで「萩の花が由来」、春の彼岸は「ぼたもち」こしあんで「牡丹の花が由来」だそうです。季節の行事に親しみ、心豊かにゆったりと過ごしていきたいですね。

皆さまとお話しが出来る事を楽しみにしています。

わたしから、あなたへ 想い伝えたい ～こころのバトンタッチ～



テーマ「エコな生活で心豊かに」

私は現在83才です。一人暮らしです。コロナ禍ではありますが持病の定期検診へは必ず行き医師から診断を受けています。服薬も忘れないように意識し、食事も冷蔵庫に買い置きしたものをまわして、バランスも考えて食事作りをしています。最近、物価が上昇しています。物を大切に、無駄なく使おうと工夫しています。例えば、今まで使っていたハンドソープを昔ながらの固形石鹸にしてみました。ちょっとした洗濯にも使っています。少欲知足の実践により豊かな生活になっています。

東京都在住 協力会員



テーマ「人とふれあう喜び」。

私は民生委員というご縁もあり地域で、月1回実施している高齢者サロンのボランティアをしています。毎回約20名の参加があります。体操や小物づくり。作品作りのお手伝いは会話も心のふれあいになっています。昼食は、手作りのカレーライスが大好評です。皆さんの笑顔から私たちボランティアも喜びを頂いています。また、サロン不参加の方には民生委員が自宅を訪問、電話をして体調、安否確認をしています。各地域にサロンがたくさん出来て、人と人がふれあう喜びの場出来る事を願っています。

神奈川県在住 協力会員

読者コーナー



パステル画
新井田絹江さん



押し花フラワーポーチ
長野喜久子さん



絵手紙
山田壽枝子さん

