



芙蓉の会だより

～介護予防は生きがづくりから～

第 53 号

令和 元年 6月 4日発行

代表 堀越 良子

5675-1323

「人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ」新元号令和が発表されたときの安倍首相の言葉です。万葉集の梅の花の歌序より「時あたかも新春のよき日、空気は美しく、風はやわらかに、梅は白く咲き、春の香りをただよわせている」初の日本最古の歌集からの元号にどんな感想を持ちましたか？

気分を新たに自分にとっての初〇〇に挑戦してみませんか？

4月16日 ストラップ作り



会員にかかってきた「3年間累積医療費還付金詐欺」らしい電話の話を。「これって詐欺？」と会話の途中に何回か言ったら以後の電話はなし。区役所に確認し警察に連絡したそうです。皆さまも十分お気を付け下さい。その後はストラップ作り。ちりめんの素敵な和柄のストラップができました。また連想ゲームも。



3つの言葉から何を連想？

- ① たぬき、きつね、かけ
- ② いそべ、ずんだ、あんこ
- ③ 日の丸、赤い、酸っぱい
- ④ 早朝、ニュース、日刊
- ⑤ 号令、夏休み、体操

答は下に

5月21日 お話の会



大雨と強風で、外出がためられる日だったので少数の参加でした。いつもの軽い体操の後は、4月に四国88カ所巡拝をした会員のみやげ話。その後は昭和、平成はどんな時代だったかをそれぞれに話していただきました。とても勇気づけられた闘病のお話も。そして令和の時代は新しいことにチャレンジして前向きに充実した日々を過ごしましょうと話しました。



5月下旬の暑さは今年の夏も厳しいかなと思わせるものでした。エアコンを活用し、こまめに水分を補給しましょう。外出には飲み物をお忘れなく。

今後の予定

7月16日 タワーホール 403
 8月は夏休みです
 9月17日 タワーホール 302
 10月15日 タワーホール 306
 毎月第3火曜日 13時～15時
 会費 300円 (材料費は別途)

60歳以上の方なら予約なしでどなたでもご参加ください。

一粒の米にも万人の苦勞が。
 一滴の水にも天地の恵みが。
 ありがたく頂きます。

四国遍路での食前の言葉です。
 なぜか朝日を見ても、人に会っても、食事の時も、自然と手を合わせ感謝を伝えます。
 一生の中の大事な一日、幸せな気持ちで豊かに過ごしましょう。

連想ゲーム答 ①そば、うどん ②お餅 ③梅干し ④新聞 ⑤ラジオ体操