



芙蓉の会だより

～介護予防は生きがづくりから～

第 23 号
平成 26 年 1 月 10 日発行
連絡先 3689-0977
(勝倉)

新年明けましておめでとうございます。

みなさんお変わりございませんか？穏やかな陽気が続いておりますが、空気が大変乾燥しております。風邪には充分お気をつけ下さい。これから寒さも一段と厳しくなっております。外出の際のケガ等にもご注意ください。今年もお元気で芙蓉の会にお出かけ下さい。

11月5日 近況報告や手話、ゲームを楽しみました

11月19日 カレンダーづくり



それぞれに選んだ格言や絵で、すてきなカレンダーができました！



12月17日 楽しかったクリスマス会

12月3日 お正月用に箸入れと箸置きづくり

—ミニバザーも行いました—



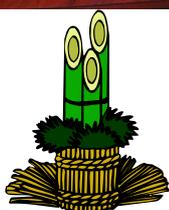
手拍子うって歌いましょう！



♪ 手作り楽器の
伴奏でジングルベル ♪



Kさんのみごとなマジック



～102歳の生きがいとは？～

“介護予防は生きがづくりから”をめざして、地域の高齢者の方々が気軽に集い楽しめる場を、と立ち上げたうきた芙蓉の会も、多くのみなさんに支えられ今年で5年目となります。昨年12月31日の読売新聞で、必要な「生きがい」という102歳の聖路加国際病院名誉院長 日野原重明さんの記事に出会いました。一部をご紹介します。

問題に直面した時、立ち上がるために必要なのは「生きがい」。私は、人文科学や社会科学などを広く学んだ人が、医学を勉強するメディカルスクールを作ることが生きがいです。実現にはまだ数年はかかりそうです。「あと10年がんばるか」という不安をなくすために、食事や運動について毎日考えています。不安を漠然と抱くのではなく、シェイクスピアのセリフにあるように「思い立ったらすぐ行動」。行動すれば、解決へと一歩近づきます。

すばらしいですね。102歳にしてなお生きがいがをもって頑張る生き方に、私達もこの活動をさらに頑張ってゆこう！という気持ちを再確認させられました。

今後の予定

- 1月21日 タワーホール 402
- 2月4日 十軒会館
- 2月18日 新川さくら館
- 3月4日 タワーホール 403
- 3月18日 タワーホール 403
- 4月1日 タワーホール 403
- 4月15日 タワーホール 403
- 5月20日 タワーホール 403
- ※十軒会館は13時～15時
- さくら館は13時～15時
- タワーホール13時半～15時半
- 時間が異なりますのでご注意ください。
- ※4月1日のお花見は12時集合