



秋の三木山を訪ねて

十月の定例会は、恒例の三木山森林公園へ、行きました。前日までは、全国的に荒れ模様の天気が続き、開催を危ぶまれましたが、当日は雨も小やみになり、予定通り出かけました。久しぶりに会えた仲間たちと、話が弾み、近況報告をしながら、嬉しかったこと、辛かったことなどを話しているうちに心も癒され、ゆつたりとした時の流れを楽しみました。



ささえあいの会
代表 宮下 夕枝

赤い羽根共同募金

最近では募金のことを、あまり関心もたれて、いないように感じます。お互いに助け合っ、住みよい社会を作り、明るい未来に、繋げていきたいものです。当日皆さんにもその趣旨をお話して僅かばかりですが、募金をしました。



健康寿命のこと

今年は八月に健康寿命について、学習しました。歳を重ねるごとに、体の機能は衰えていきますが、認知症や寝たきりにならないで、過ごしたいものです。やはり、健康で過ごすには、いつも前向きに、新しいことにも関心を持ち、できるだけ自分の事は自分でするよう心がけることが一番よいようです。



。お楽しみ会

今年最後の行事は、お楽しみ会です。

例年の催しですが、皆さんが楽しんで、参加してくださいますので、ビンゴゲームで盛り上がりたいと思います。役員さんと、有志の方々に、準備をお願いしたいと思えます。今回は西区にお住まいの介護をされている方、また関心をお持ちの方にも参加していただきま

編集後記

最近のニュースを見ているとあまりにも悲惨な事件が多くて、びくくりしてしまっています。

尊い命が失われて、残された方々の悲しみは、いかばかりかとお察し申し上げます。本当にもう少し穏やかな、平和な世の中になってほしいものです。私たちささえあいの会の仲間たちは、助け合い、さえあって活動してまいりました。この優しさとぬくもりを、大切にしてこれからも仲良くやっていきたいと思います。

お楽しみ会

日時 十二月十四日(木)

午後一時三十分～

会場 西区民センター