

民生委員から皆さまへ、メッセージをお届けします。

こんにちは

毎日、コロナに明けコロナに終わる、誰がこんな毎日が来ると予想したでしょうか。

私は、昨日二回目のワクチン接種をしてきました。

副反応を心配していましたが、今のところ腕の痛みだけです。

比較的、若い方に多いと聞いていましたから、やはりまぎれもなく高齢者でした。(笑)

民生委員になって二期目です。お一人暮らしの皆さんのお宅を回らせて頂き、そのお元氣さと明るさに驚きました。皆様の歩んでこられたお話等々を伺うのも楽しみでした。

そんな私も、今年3月に夫を亡くしました。病気が分かった時、余命宣告もありましたので、覚悟はしていました。

一軒の家は共同生活なのだと本当に思いました。自然と家での仕事は分担ができていませんか。とは言え、一人になり、苦手な事も全て一人でやらなければなりません。

皆さんのところに、お邪魔して皆さんのお話を元氣とアドバイスを頂き、苦手の克服をしていきたいとおもいます。

ワクチンが進み、一日でも早く、安心して皆様のお宅に伺える日が来ればと願っています。

地域の高齢者からメッセージが届きました。

あじさいのさわやかな青が目にしみる季節となりました。
好きだった白秋の詩を ロフさんで楽しいひとときが終ったあとは……。
現実に戻ると、コロナ禍の毎日、皆様は不安の日々を過ごしていると思います。一人一人が楽しく生きるのは健康である事が大事だと思います。
持病のある私は、体により、毎日できる事を実行しております。
民生委員さんには、とても大変なのに頑張ってもらい、感謝の一言です。
一日も早いコロナの収束と、毎日が当たり前だった“普通の生活”が如何に
ありがたかったのか、毎日笑って幸せに過ごせる日が早く戻ってくる事を
祈るのみです

みなさん、お元氣ですか。こうして、みなさんのところを回って声をかけさせていただいています。皆さんから元氣だよ・来てくれてありがとうと挨拶を頂くと元氣とこの街の暖かさを感じます。

コロナ禍が長引くなか、体も心も疲れてまいります。こんな時は、親しい友達や仲間とチョットしたお話しをして心の扉を開きたいですね。

しかし、コロナ禍のなか、人との交流は中々難しいですね。こんな時は、心の持ち方を少し変えてみてはどうですか。

日本には四季があります。四つの季節があることは四つの楽しみがあるということです。季節に応じた衣服、食べ物、自然（花や木々、気候）そして考え方等、こんなわくわく出来る変化は素晴らしいことです。季節の変化があたり前のことではありません。季節の変化を味わうことが素晴らしいのです。

人は気持ちの変化ひとつで、体も心も変えることが出来ます。これから暑い夏がやってきますが、是非、夏を楽しんでください。心のスイッチを入れ替えて元氣に頑張しましょう！

皆さん お元氣ですか。
コロナウイルスの感染が広まって2回目の夏がやってきました。
ワクチンの接種が始まった特別な夏です。
エタコンなどを上手に活用して夏を乗り切ら
ゆきましょう

終戦の半年ほど前に生まれ、豊かではなかった時代
の中で培われた「我慢」「忍耐」という気質が、
コロナの時代の自粛生活に生かされることに存じます。
ご同輩の皆さま、この難局を乗り越え、元氣に長生き
しましょう。

皆さん、お元氣でお過ごしでしょうか。

この間うれしかったことがあったのでお話をさせてください。

胸やけがしたので久し振りに胃カメラで検査をしてもらいました。

今まで何回か検査をしましたけど、いつも麻酔を使って検査をしていました。

今回は車で来たので麻酔は使いませんでした。

大変心配したのですが、看護師さんが終わるまで優しく背中を叩いてくれました。

いい歳をしているのですがとても安心感があり大変苦しかったのですが何とか

頑張る事ができました。看護師さんに感謝です。

結果は異常なしと言う事で大変幸せな一日でした。

入梅から1ヶ月我が家の庭先にある植栽して4年目の

黄桃が結実しました。桃栗3年と言われますが、3年目の

昨年は3、4個実ったのですが長雨で熟す前に落ちてしまい

ガッカリでした。今年は梅雨休みが続いてくれたお陰か色づ

くまで枝にあり、鳥たちと競争で熟した実を味わっています。

コロナ禍遠出する楽しみが減ってしまい、最近では家々の

花咲く庭先を拝見するのが散歩の楽しみになっております。

コロナ予防接種も長泉は順調に進んでいると聞いております。

あともう少しマスクや手洗いの予防に努めていきましょう。