

# 男の初心者料理教室だより



今後の予定

1月	休会
2月12日(木)	深沢区民センター
3月12日(木)	同上



12月のお料理は、左上より時計回りで

- トマト煮込みハンバーグ
- 野菜炒め
- 果物(りんご)
- オニオンスープ

## ■今野晴雄さん 96歳のお誕生日を祝う

男の料理教室メンバーの今野さんは本日12月11日、めでたく96歳になりました。謹んでお祝い申し上げます。

亀山代表よりお祝い品の贈呈がありました。

また今野さんの活動のポートレートを手がけているフォトグラファーの秋山桂子氏の密着取材がありました。

今野さんの認知症に対する取り組みや生活信条は、とても前向きで力

強いものです。特に「自分で出来る事は自分でやる。」「活動を続ける事が最善の治療法である。」といった考え方は、多くの方にとって参考になると思います。また、

1. 昭和を語る集いやDVD鑑賞、コーヒー出前サービスの実施(世田谷中町珈琲クラブの立ち上げ)
2. 若い世代との世代間交流。
3. 囲碁や麻雀などの勝負ごと(負けてたまるかの意気込み)
4. 手先を使う仕事(料理、手芸、折り紙など)

5. 楽器を学ぶ(特にオカリナなど、呼吸器官の強化を目的)などさまざまな活動を通じて、仲間との絆や充実感を大切にされている点も素晴らしいです。

これらの活動は、地域の交流や健康促進、認知症予防など多方面にわたる素晴らしい取り組みです。

今野さんこれからもご健康に留意され、ますますのご活躍を祈念いたします。

(文責 小坂 諭 2025.12.11)



☆ご投稿を歓迎します。趣味・ご当地料理の紹介など何でも結構です。是非お寄せ下さい。