



<ご家族の皆さんでお読み下さい>

ねたきりゼロをめざすまちの会

編集：編集グループ 配布：広報グループ 令和 3 年 7 月 26 日発行
発行元：お問い合わせ先： 益城(5707-9436) 白石(3702-3928)
地井(3704-8152) 藤田(3702-8563) 若宮(3412-7022)
青柳(3704-1478) 成田(3424-8652)

*ねたきりゼロの会(略称)の全てのグループは、共通の目的「ねたきりや *
認知症にならない老後」をめざして、地域高齢者同士の助け合いの活動を
*続けています。貴方も是非参加して健康な長寿をめざして下さい。 *

ねたきりゼロの高齢者情報

コロナ禍での“ねたきりゼロをめざすまちの会”の活動について

一年余りにわたって、コロナに悩まされ、当会の各グループの活動が阻害されてきました。オリンピックも始まり、ワクチン接種も進んで、さあこれからと思っていたら 4 回目の緊急事態宣言の発出で、やむなく自粛生活に逆戻りとなりました。

この間、各グループでもどのようにしたら安全にできるか工夫しながら取り組んできましたが、「けやき会」「男の初心者料理教室」「ミニデイひまわり」の会場の確保難しく、休会や中止となり一年余り満足な活動ができませんでした。しかしながら、会員の皆さまに毎月配布しています“ねたゼロ情報紙”だけは発行を継続してきました。(但し、昨年 5, 6 月号は休刊。) どうか、つながりだけは維持してきたつもりです。

7 月 1 日現在、主な活動場所の深沢区民センターが、ワクチン接種会場として来年 2 月末日まで占有のため利用できない予定です。社会福祉協議会とも相談しつつ、何か手立てが無いかと考えていきたいと思っています。



ねたきりゼロの ひろば 募集！毎日の生活の中で取り組んでいる
あなたの健康法をここで紹介させていただきます



けやき会会場変更検討案について

コロナウィルスの蔓延により一年以上も休会しておりました、健康体操のけやき会の再開検討を行いたいと思います。

問題点も多くあり、皆さまのご意見をお聞かせください。

なお、実施の有無については、集計の上、情報紙にてご連絡いたします。

1. 開催予定場所 桜新町区民集会所
2. 参加収容数 20 名程度(現登録者様の半分位となります。)
3. 交通機関 深沢地区からは、東急バスの利用となります。
 - ・系統 「都立 01」 成城学園駅行き
または「黒 07」 弦巻営業所行き
 - ・乗車場所 「深沢 1 丁目」「東深沢小学校」「東深沢中学校」
「深沢坂上」など。
 - ・下車場所 「桜新町 1 丁目」
4. 回答は、お手数ですが電話でお願いします。 03-3704-1478 青柳
なお防犯上、留守番電話になっております。留守録に切り替わるまで、
少し時間を要します。(お名前と参加・不参加だけ伝言してください。)

編集後記 いよいよウィズコロナの世の中になりそうですね。元気に行きましょう。。体力維持を意識しましょう。

配布参加者 益城 若宮 鈴木(光) 下妻 葛野 白石 成田 小又 藤田
有田 原田 青柳 新元 下地 山田(富) 鈴木(き) 小幡 野口 (順不同)



ひまわり

葉月 盛夏 そして

新元 栄

青空に太陽がきらきらと照りつける。白い入道雲がもくもくと立ち昇る。真夏の風景である。

蝉の声がうるさいほど耳に響く。「閑さや 岩にしみ入る 蝉の声」

夏の花と言えば朝顔。「朝顔に つるべ取られし もらい水」

また、ひまわり もある。「向日葵や 空の青さの 地平線」

そして、8月15日がやって来る。

新聞、テレビで戦争当時のことが大きく取り上げられる。

私の場合、昭和21年4月深沢小学校に入学しました。当時は食糧難でお米のご飯は週一日程度、あとはサツマイモなどの代用食でした。甘い物が不足で、乾燥芋で我慢していました。

進駐軍の米兵が通ると「ぎぶみー・きゃんでい」と言いながら、近づいたこともありました。

その年の12月に学校給食が始まりました。アメリカ提供の脱脂粉乳をお湯で溶かしたもので、臭いがきつく、鼻をつまんで無理に飲みました。その時代を顧みると ひもじい ことしか思い浮かびません。

そうこうしているうちに季節は容赦なく変化していきます。いつの間にか蝉の音が ひぐらし に変わっています。

「秋来ぬと 目にはさやかに 見えねども

風の音にぞ おどろかれぬる」

俳句作者（順に）松尾 芭蕉 加賀 千代女 西村 椿子

短歌作者 藤原 敏行



2021年（令和3年）8月カレンダー ねたきりゼロをめざすまちの会

日（曜日）	時 間	場 所 担当者	会 名・行事の内容
2日（月）	10：00～ 12：00	深沢まちづくりセンター2F 益城 TEL5707-9436	企画会議 8月行事確認、9月の行事企画確認と情報紙作成の準備をします。各グループの活動内容を話し合います。
3日（火）	休 会	深沢区民センター ホール 青柳 TEL3704-1478	けやき会 コロナワクチン接種会場に使用のため休会といたします。
10日（火）	中 止	デイホーム深沢 研修室 益城 TEL5707-9436	ミニデイひまわり コロナウィルス感染防止対応の会場確保が困難のため中止といたします。
12日（木）	休 会	深沢区民センター 講習室 新元 TEL080-5647-1079	男の初心者料理教室 コロナワクチン接種会場に使用のため休会といたします。
13日（金）	10：00～ 12：00	駒沢地区会館 原田 TEL3704-4182	たんぼぼお茶会 どなたでも自由に参加して手作りのお菓子でティータイムを楽しみましょう。
16日（月）	10：00～ 12：00	深沢まちづくりセンター2F 益城 TEL5707-9436	編集予備会議 9月号の情報紙作成・確認・発行のための準備をします。各グループの10月号の情報を集めます。
17日（火）	休 会	深沢区民センター ホール 青柳 TEL3704-1478	けやき会 コロナワクチン接種会場に使用のため休会といたします。
18日（水）	休 み	深沢地区会館 会議室 成田 TEL090-4705-4409	ひまわり川柳会 夏休みにいたします。
23日（月）	10：00～ 12：00	深沢まちづくりセンター2F 益城 TEL5707-9436	編集会議 9月号の情報紙を作成、印刷を行います。配布の皆さんは、熱中症に気をつけてお願いします。
24日（火）	中 止	デイホーム深沢 研修室 益城 TEL5707-9436	ミニデイひまわり コロナウィルス感染防止対応の会場確保が困難のため中止といたします。

グラウンドゴルフの会

*火曜日 木曜日 駒沢ゲートボール場 9：15～11：00

担当 下妻 TEL3702-4627

*月曜日、水曜日、金曜日 三島公園 9：15～11：00

※三島公園会場は、工事経過確認の上連絡いたします。

※夏休みについては、別途連絡いたします。

麻の実会

例会：会場

第1・2・3（木曜日）

深沢地区会館 12：30～17：00

※例会は、自由参加といたします。第4木曜は、夏休みです。

担当 加藤 TEL080-5899-2497