



ニュース 282 号  
令和 3 年 1 月号

<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 2 年 12 月 21 日発行  
発行元：お問い合わせ先： 益城(5707-9436) 中塚(5706-6600)  
地井(3704-8152) 藤田(3702-8563) 若宮(3412-7022)  
青柳(3704-1478) 柏井(3704-9718)

\*\*\*\*\*  
\*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

あけましておめでとうございます

令和二年は、年始早々から中国から伝わった「新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)」が一年間に渡り猛威を振るい、各地の祭りやイベント、演劇やコンサート、飲食業や観光業など多岐に影響を与えました。国内や世界の人々が楽しみにしていた東京オリンピックも延期に追い込まれました。

その反面、テレワークやリモート会議・授業の広がりなどの新しい仕事・教育の形態や、三密や新製法のワクチン開発などの感染症対応が進みました。今年は、もっと色々な業態や新製品が生まれるかも知れません。

苦しかった昨年を乗り越え、令和三年は前向きに過ごしたいものです。まずは、普通の日常を目指しましょう。





# ひまわり

## コロナと共に新生活を

益城 誠一

去年は、世界中コロナが広がり多くの方が亡くなっています。日本では、強い感染力を持つコロナウィルスを避けるため、新生活と言う生き方が求められてきました。即ち、マスクや手洗い、室内での換気は絶対必要で、その上に三密（密集・密閉・密接）を避けるなどです。外出時には他人との距離を取るソーシャル・ディスタンスとか、会社に行かないでパソコンで仕事をするテレワークなどの仕事の仕方が出てきました。

コロナにかかるのが怖くて外出を控えることが長い期間続いたので、物が売れない、旅行に出かけない、外食をしないなどで経営が苦しくなる会社が多くなりコロナ失業者が増えてきました。

いわゆる経済が落ち込んできたので政府はGoToキャンペーンを提唱、トラベルとかイトを始めたら、今度は以前にも増してコロナ患者が全国に蔓延し、医療がついていけない道府県が出てくるようになりました。医療崩壊になるとコロナになっても入院する病院が無くなるので、じっと家に閉じこもると言う最初に戻る生活になってしまいます。

ワクチンが出始めましたが、行き渡るには時間が掛かりそうです。コロナは寒さが大好きですので、特に3月位までは徹底した新生活でコロナと共に生活しましょう。オリンピックを楽しみに。

疫病退散



## § ひろば § スタッフ寄書きを作りました。

昨年来、体力が落ちて腰が痛い。耳が遠くなり、歩く速度が極端に遅くなりました。でも、ねたきりゼロの皆さんと楽しく遊びたいと思っています。コロナでしばらく我慢の日が続きますが、再会の日が待ち遠しいです。(益城)

すばらしい!はやぶさ!! はやぶさ-2 カプセル帰還。予定されたミッション全て成功。日本のお家芸に成りつつある六年間の宇宙飛行を終えて、オーストラリア ウーメラの地にリュウグウの試料が期待される「玉手箱」を舞い降ろすことができた。探査機も完全な状態で次の旅に進んでいると喜びを語った。(毎日新聞 12/7 より)

災い(禍)転じて福となす! 希望に満ちた明るい一年となりますように! 地域で一緒にサロン、体操、おしゃべりが出来る日を楽しみに!! (ふ)

「その内、何とかなるだろう!」と クレージーキャッツ(だまって俺についてこい)の歌詞のような楽観視も、何ともならず一年が経ちました。けやき会のメンバーの方々には申し訳なく、もうしばらく待ってください。桜が咲くころには、元気にお会い致しましょう。(青柳)

去年はコロナに振り回された一年でした。何をしても、コロナが心から消えない日々…。そんな中、緑泉公園を散歩中「カリンの実」を一つ拾いました。玄関に置くと甘い香りが家中に広がり、とても幸せで豊かな気分になりました。心が重い時、少し角度を変えて見るのも良いものだと思います。今年は、コロナ退散を願い「会食・お喋り・集り」早くそんな普通の生活がしたいです。(M・N)

新年を迎えるにあたり、コロナ感染予防を守り、自分を楽しみ、そしてねたきりゼロの皆さまと元気モリ!モリ!! 一日も早く楽しみたいです。(白石)

ねたきりゼロの会を続けてきて、多くの人と「こんにちは」とご挨拶が出来ること、とても嬉しく思います。この会の立上げの時には、どんな会になるか、何をして良いのか、考えながら手探りで始まりました。最初に、車イスでキケンな所がないか歩いて地図を作りました。今では、色々な人のおかげでそれぞれの会で楽しく活動が出来ることに感謝の気持ちでいっぱいです。今年は、元気でご挨拶が出来る日が来るのを楽しみにしています。(ち)

2021年(令和3年)1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
4日(月)	正月休み	深沢まちづくりセンター2F 益城 TEL5707-9436	企画会議 正月につき非開催。
5日(火)	正月休み	深沢区民センター ホール 青柳 TEL3704-1478	けやき会 正月につき非開催。
12日(火)	休会	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症感染予防のため休会します。2月も同様とし、再開は3月の予定です。
14日(木)	中止	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 コロナ対応もあり、新年の開催見合わせといたしました。
15日(金)	10:00~ 12:00	駒沢地区会館 原田 TEL3704-4182	たんぼぼお茶会 あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。
18日(月)	10:00~ 12:00	深沢まちづくりセンター2F 益城 TEL5707-9436	企画予備合併会議 1月の行事確認、2月号の情報紙作成、確認、発行準備をします。3月号の情報集めを各グループにお願いします。
19日(火)	休会	深沢区民センター ホール 青柳 TEL3704-1478	けやき会 コロナウィルス感染症予防のため休会します。2月、3月も同様とし、再開は4月の予定です。
20日(水)	13:30~ 15:30	深沢地区会館 会議室 成田 TEL090-4705-4409	ひまわり川柳会 今月の課題吟は、冠付け「負けないぞ」です。欠席の方は、課題吟3句(2句でも可)、自由吟2句、共に成田さんへ提出願います。
25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 2月号の情報紙作成、印刷を行います。折作業も手早く済ませ、配布の際は交通安全に。新年早々です、注意しましょう。
26日(火)	休会	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症感染予防のため休会します。2月も同様とし、再開は3月の予定です。

グラウンドゴルフの会

担当 下妻 TEL3702-4627

\*火曜日 木曜日

駒沢ゲートボール場 9:15~11:00

\*月曜日、水曜日、金曜日 三島公園(工事等により3/末まで非開催とします。) 年始は、1/5からの予定です。

麻の実会 例会:会場

担当 加藤 TEL080-5899-2497

コロナウィルス感染症予防のため、1月、2月は休会します。