



ぽかぽか便り

第65号

令和3年9月27日

『子どもたちも、ひとり暮らしでも、認知症になっても、自分らしく安心して暮らしていける佐世』

だんだん、過ごしやすい季節となりました。

「暑さ寒さも彼岸まで」と言い伝えられていますが、まさにその通り。あんなに暑かったのに過ごしやすくなりました。例年ならば、朝夕涼しくなると10月には、地区民運動会ですが、今年もコロナのため開催は取りやめ。地域の皆さま同志がお会いする機会がないというのは、仕方がないとはいえ、とても残念なことです。

佐世げんき祭りについては、コロナ対応しながら、内容を縮小して、11月14日(日)開催する予定ですので、楽しみになさっててください。

一人でお住いの 「こんにちはさん」紹介

△△自治会の〇〇〇〇さんです。

4年前お母さんが亡くなられてから一人暮らし。それまでは料理を作っていたが、今はあまりしなくなってきた。健康のためウォーキングを続けていたが、それもやめ、最近は昼寝をするようになってきた。



近年いろいろな病気が見つかり毎月病院に通っている。無理なことができないようになってきて残念だが、今まで頑張ってきたからと思うようにしている。

カサブランカ(ゆり)を18年位前から栽培している。皆さんに見ていただけるような花が咲きそろうようになってきたのは5年位前からで、その頃から“カサブランカ祭り”を自宅の庭で開催。

この“カサブランカ祭り”に向けて、ほぼ1か月ごとにスタッフが集まり、作業や情報交換をするようになり、それがとても楽しみ。年々仲間が増え、クリスマス会などのイベントも開催しているよ。

ほぼ1年間カサブランカに関わっていらっしゃるとのこと。花栽培を通していろいろな方と出会い、地域の活性化にもつながり、とてもうれしそうでした。体力の衰えから、花の手入れをしてくださる後継者を探していらっしゃいます。思いをつないでいただける人が現れたらいいですね。(川島)

今日の一品

大根のかつお節サラダ



材 料

- 大根・・・250g
- かいわれ大根・・・1パック
- かつお節・・・5g
- (A) ごま油・・・大さじ2
- しょうゆ・・・大さじ1
- 酢・・・小さじ2
- 砂糖・・・小さじ1
- 塩・・・少々
- 刻みのり

作り方

1. 大根の皮をむいて干切りにします。
2. かいわれ大根の根元を切り取り、2等分にします。
3. ボウルに(A)を混ぜ合わせたら、1と2とかつお節を入れて全体に合えます。
4. お皿に盛ったら、のりをのせて完成です。

脳トレクイズ



暗号を覚えて、下の問題の空欄に暗号を書き込みましょう。(ただし、表の左から順番にします。)書き込みが終わったら、自分で答え合わせをしてみましょう。

(暗号1)

左	前	右
△	○	×

(暗号2)

+	-	÷
か	山	ウ

前	右	前	左	右	左
左	前	右	左	前	右
右	前	左	右	左	前

-	÷	+	÷	-	+
+	÷	-	+	-	÷
÷	-	+	-	÷	+

編集後記 月下美人の花は夜咲いて翌朝になるとしぼみ、一夜だけしか見るチャンスはありません。その機会が突然の電話で訪れました。「今晚咲くけど、見る?」「見たいです!」即答です。早速月下美人の鉢を持ってきてくださいました。大きなつぼみがついていて、どんなふうにあくのか不思議でなりません。が、夜中に起きていられるだろうか?先ずはそれが一番心配なこと。でも幸いなことに、22時には見事に咲き誇り、心を奪われるような美しさと香りにうっとり。神秘的な体験をさせていただいたその方に感謝の気持ちでいっぱいでした。夏の終わりの貴重でうれしい出来事でした。(川島)



【発行】佐世地区振興協議会福祉部 〒699-1214 雲南市大東町上佐世 1385-3

電話・FAX(0854)43-2110 有線 2712-01