


<h1>あしたば</h1>	<p>この「あしたば」は、高齢で 独居の方。在宅介護を要する方 とその介護者。90歳以上の方に、 5月、9月、1月 発行します。</p>	<p>五月</p>  <p>阜月</p>
<p>発行所 平塚市中里 11-24 電話 32-1464 (大川寅太郎 会長宅) 発行者 富士見地区社会福祉協議会 編集人 支援事業部「あしたば」</p>		

桜の花が散ったと思ったらケヤキやイチョウの若芽がすごい速さで成長し、自然界の営みに感激の毎日ですが皆様いかがお過ごしですか。

みのり会でも、何回か話題になった医療費、2割負担は1年延期となりましたが、後期高齢者医療制度は始まりました。健康には十分に気をつけてお過ごしください。

新年度が始まり、役員の改選期になりました。偉大な前任者の後を受けての2年間でしたが皆様のご支援ご協力によりなんとか任期を全うすることが出来ました。大変にありがとうございました。

新体制での出発です。これからも諸活動にご支援をよろしくお願い申し上げます。

富士見社協 前会長 宮代 明信



富士見社協会長・宮代明信さんが退任されました。温厚なお人柄で、この「あしたば」には身近なことを取りあげて下さいました。お世話になり、ありがとうございました。

新会長には4月24日の総会で大川寅太郎さんが選任されました。

◎ みのり会給食会 (高齢で独居の方を対象としています)
5月7日(水)・6月11日(水)・7月2日(水)
午前11時30分から 富士見公民館1階和室

平成20年度の活動が始まりました。今年度もよろしく願い申し上げます。今まで「あしたば」は年6回(奇数月)発行していましたが、今年度から5月、9月、1月の3回となりますのでご了承下さい。



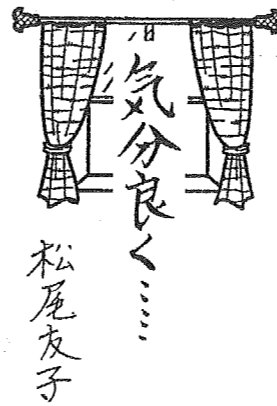
「すみれ達に会いに行かない？」と友人ご夫妻に誘われて、雨模様の日曜日、裏高尾に出かけました。久しぶりの山行きで心はずみ、寝坊助の私も早起きして、前夜重曹に漬けておいた花豆を煮て行きました。

車を降りた途端に、両脇に可憐に花をつけているすみれの一つ一つを丁寧に説明して戴きました。高尾には、10種類ものすみれがあるそうですが、そのうちタチツバスミレ、高尾すみれ、叡山すみれ、長葉すみれ位憶えてきました。

雨も上がり、乳白色のものが、うっそうとした杉林を覆い、これぞ幻想の世界！その林の中で、急に歌いたくなり

三重唱してみました。優しい空気と木々に包まれて、体から自然に声の出る気持ち良さを味わい、又三人の声が重なって最高の気分！二度と味わえない体験でした。

又頂上で、お湯を沸かし、野菜をたっぷり入れて戴いたラーメンの極上の美味しさにびっくり！そうそう、もやに咲く桜の淡いピンクと三つ葉つつじの紫のデュエットも更に美しかった。心が満ち足りて、全てに感謝しながら帰路に着きました。



四月三日、給食部のみのり会のお花見に同行させて頂いたできました。

松尾友子

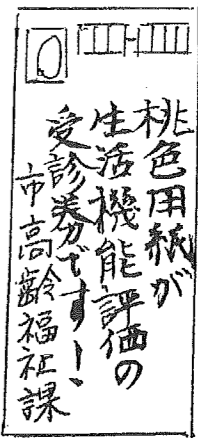
どこまでも青空。陽射しも明るく、野山の花々のきれいなこと。

七国荘の桜もまっ盛り。義母とお仲間だった方に挨拶していたら、「松尾さんのお嫁さん？」と横にいらした方も一緒に義母を偲びながら、「昔話をするときがないねえ」と、楽しいお話が続いた。この方の詩吟もすばらしい。お腹の底から出る艶のあるお声。奥の深い詩の世界。それもそのはず、長い間お弟子さんに教えていらしたとか。お食事をして、歌あり、踊りあり。みなさんそれぞれに、良い「お味」をお持ちです。

その後、お元気ですか？

さまざまな状況や事情があり、外出がままならない方々は、お部屋の空気を入れ換えてみて下さい。五月のそよ風が気分よくしてくれれますから。



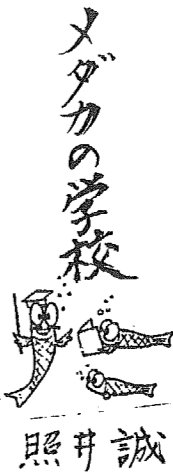


田辺道代

平塚市では、2月に65歳以上の介護保険の認定を受けていない方などに対し、黄色い用紙（生活機能チェック表）を郵送しました。3月までにご返信いただいた方が、約1万人ほどいらっしゃいます。その中で、生活機能に低下がみられる方に五月の末頃、生活機能評価のための受診券（桃色の用紙）を郵送いたします。

一方、同じ五月の末に、特定健康診査の受診券や75歳以上の方の健康診査のお知らせも郵送されます。今年、健康診査方法が変わり、様々なお知らせが郵送されます。

平塚市では、高齢者の皆様に、なるべくわかりやすいように努めておりますが、ご不明な点はお手数ですがどうぞお問い合わせください。

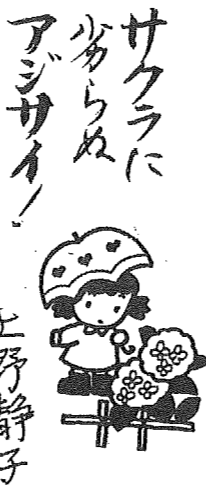


国内で一番小さい淡水魚は「メダカ」だそうです。北海道以外、何処にでも当たり前のように生息していたが、保護されている一部の地域を除き、自然な状態で観察できる場所は皆無と言って良い。

十年ぐらい前、「藤沢メダカ」を育ててくれる里親募集の記事を目にし、懐かしさと面白そうだとこの想いから応募してみた。

江ノ島水族館へ受け取りに行き、十匹譲り受けた。飼育マニュアル通り早速やってみたが、一ヶ月後に残ったのは二匹だけ。オス、メスの区別もつかず「もう増やす事は出来ない」と諦めかけたが、夏近くなって水温が25度くらいになったら、水草「ホテイソウ」の根に数個の卵を産み付けられているのを確認。親メダカに食べられないよう直ぐ別の水槽に移した。有精卵であるようにとの祈りが通じ、数日後、稚魚が水面を泳いでいる。他の失敗もあつたが、何とか絶えることなく、今では飼育の要領も得て増えた。情操にも大変良く楽しんでいきます。

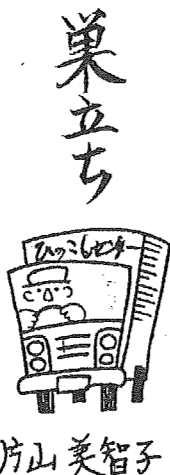
加齢とともに、なんとなく億劫になつてきますが、いつまでも社会との関わりは必要なことですし、意識を持って生活することが大切だと思います。「あしたば」は、平成2年5月に



満開の桜も去り、木立の足元で大きく豊かな緑のかたまりが膨らんで、そろそろアジサイの季節が近づいたのだと心のはやる。初夏のさわやかなさは言うまでもないが静かな雨の中、傘を片手に穏やかな散策。ゆったりとした歩調とひんやりとした空気、ゆつくりと自然のリズムに浸り味わい深い。若葉も十分茂った樹木の木陰に群生する赤や青のアジサイはみごと。

日本的な楚々とした「ガクアジサイ」洋風のな「柏系アジサイ」と品種も豊富。花の色も場所や土によって変化する、七変化の花。樹木の陰が濃い少し暗いところは白から

スカイブルーの斑入りのガクアジサイは素敵。（色を出すのはなかなかむずかしいようです）。洋風にも和風でもやさしくフィットする木陰のライトアップの頼もしい見方となるでしょう。桜もいけれど、妖艶なアジサイをこれからの梅雨の一時楽しんではいかがが。



長女が、先日職場の近くで一人暮らしをしようと、引越していった。うちには、時は、家事をほとんどしない娘に、私はあんたの召使ではないと言つて怒つていたが、いざ独立するとなると、親として、少々慌てた。今度は一人暮らしは危ないだの食事が偏るなどと言つてみたが、

創刊されて以来ずっと何かのお役に立ちたいと思つてまいりました。ご意見、ご感想、ご自分の作品などありましたら、「一報ください」。

娘はさつさと自分で住む所をみつけて行ってしまった。三年前に長男が巣立ち三人の子供も、もう末娘だけになつてしまった。食料品の買出しも五人家族の時とは大違いの少なさだし、洗濯物も竿が一本余つてしまう。家事は楽になつたが、すっかり空になった娘の部屋をみるとやはり寂しい。空の巣症候群とはよくいったものだ。

しかし、人はいつかは一人になる時が来る。其の時にしっかり立っていられるように今からすこしずつ準備しておかなければと思つた。