

あけましておめでとうございます

酉年の元旦は、暖かい、おだやかな幕開けでした。「なんとなく今年はいいことありそうな」気分で朝の空を見上げました。

ところが、新聞をめくると「何がめでたい」という大きな活字が目飛び込んできました。佐藤愛子さんの「90歳、何がめでたい」という本の広告でした。佐藤さんは92歳。

「長生き=めでたい」とはかぎらない。幸せに生きるためには「強く生きるコツ」が必要だと、その生き方を書いた本だそうです。

それと同じように、介護中の方も「お正月、何がめでたい」と思われた方がいらっしゃるでしょう。私もそうでした。手抜き、息抜きをし、たまには好きなことに時間を使いながら、ストレスをため込まないようにしてください。長く続く介護ですから・・・今年もよろしくお願いします。

つどい

2月10日（金）

3月10日（金）

あいぴあ泉南2階 会議室2

1時30分～3時30分

男の介護「味彩の会」

2月3日（金）

3月3日（金）

平野台の湯 午前11時～



チョコボラ会

1月27日（金）

2月24日（金）

おいでや！泉南

1時30分～3時30分

シニアのためのやさしいヨーガ

2月18日（土）

3月18日（土）（予定）

樽井区民センター 大広間

午前11時～12時

- * 泉州ブロック活動交流会反省会 2月13日午後1時半～ あいぴあ泉南
- * 府介護者（家族）の会連絡会 2月20日午後1時～ 府社会福祉指導センター