

21年度活動実績

21年度は新型インフルエンザに振り回され大変でしたが、活動は計画通り数多くの実績を残すことができました。皆様のご協力に感謝申し上げます。年度末の集計をご報告いたします。

3月末の会員数 70名 (女性 62名 男性 8名)

平均年齢 67.5歳

年間活動日数 138日

主な実績

活動時間 10,088.5時間(-1,025) 延べ人数 3,109人(+9)

案内作業 23,365件(-440) 月平均 1,947件(-37)

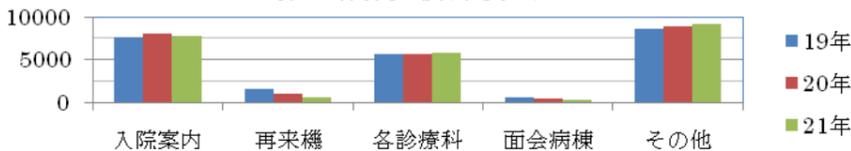
たたみ作業 250596枚(-42,968) 月平均 20,883枚(-3,581)

図書貸出 6,984冊(-1,382) 利用者数 1,132人(-148)

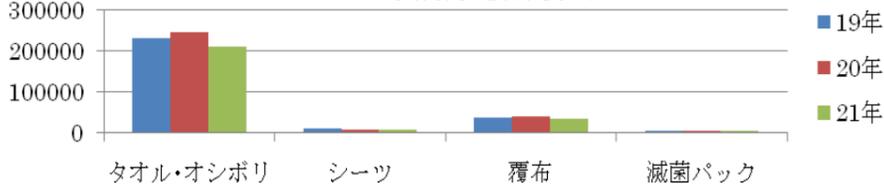
観葉植物 9,360鉢(+702)

車椅子整備 430台(+43) 現在設置台数 305台

案内作業実績(年度比)



たたみ作業実績(年度比)



四国八十八霊場まいり

母の冥福を願って四国八十八霊場をめぐるまいりをしました。般若心経を唱えて納経のお礼を納めました。お札の裏に母の戒名を書いて唱えました。こちらで苦労してお膝もとへまいりました、どうぞいたわってやってくださいませ、そちらでは安らかに過ごせますように・・・と。

バスツアーですが坂道もありますし、見上げる階段も多々あります。そんな所は光明真言をつぶやきながら行きますと難なく着きます。仏様の前では真摯な気持ちになれますのに、どちらかと言えばそれほど信心ごころを持ち合わせていない私は、路端無人販売で無花果を買ったり、温泉を楽しんだり、相部屋になった人とおしゃべりしたり。相部屋と言えばそれぞれ色々な気持ちで来られておられ、人生勉強をさせて頂きました。

一年あつと言う間に過ぎ、今月満願、高野山へ報告、お礼参りをさせて頂きました。先達様がおっしゃっていました、これで終わりではないと・・・。日々の精進の出発ですよと。はい。

母の恩を忘れず感謝して暮らします。

難波孝子



図書便り 8 私の推薦本

渡辺淳一著「光と影」巡回図書にある本の中から一冊、二人の陸軍大尉、小武敬介と寺内寿三郎は共に戦場で右肘を射抜かれ上腕切断術を受けることに。カルテ順に先ず小武の上腕が切断され次いで寺内の番になった時、多くの科学者が持つ「実験してみたい」という気持ちが医師に起きる。その結果、二人のその後の人生は光と影の両極端に分けられてしまう。もしカルテの順が逆であったら・・・。元整形外科医、渡辺淳一の直木賞受賞作。

宗田照子

健康シリーズ26 偏食について-自然に則した偏食

学校の先生やお母さんたちはよく子どもに「偏食はいけません」といいます。給食の時間に、牛乳を飲まないで叱られたことのある子どもは、きっとたくさんいるでしょう。

では、偏食とは何なのか。私はどうもそのへんが疑問に思えてならないのです。人間は長い歴史の間、その大地に自然が育てたものを食べて生きてきました。アメリカの人はアメリカの土地に育つものを、中国の人は中国で育つもので出来る料理を食べてきました。氷の上で生きるエスキモーは、野菜も果物もほとんど食べず、生肉、内臓、動物の油を多く食べます。そうしないと、北極圏の厳しい寒さの中で生き抜くことができません。逆に、ニューギニアの高地にすむ人々は、動物性のものはほとんど食べず、さつまいもや木の実を主食にし、アラビアの砂漠に住むベドウィン族はナツメヤシの実を食べ、ラクダの乳をのみます。

このように、人間はその土地柄によって独自の食生活をいとなむのが自然の姿です。日本流に言えばまさに偏食ですが、いわば自然に則した偏食といえます。日本人も、昔は肉をほとんど食べませんでした。本格的に食べだしたのは明治以降、西洋文化が入ってからです。それと共に、文化病といわれるガンや、治りにくい病気も増えてきました。それまでは菜食型で、それを誰も偏食とはいっていませんでした。

アメリカ人が納豆や味噌を食べなくても当たり前で、偏食とはいわれないのに、日本の子どもが「チーズはくさくていやだ」というと「偏食はいけません!」と叱られます。自然に添う生活とは、その風土に育まれるものをありがたくいただくことだとすれば、私たち日本人も、日本の風土や気候の中で生まれ育った食物を大いに偏食すべきではないでしょうか。 東城百合子著「玄米菜食と健康料理」より

私の趣味 25 絵手紙

私の趣味は、絵手紙です。いざ出そうと思ってその時丁度気に入った絵が描ける訳ではないのです。いわゆる書き溜めです。描く材料、絵の種類は、花や山、身の回りの生活用品、気に入った物を誇張して書くとか、色彩も何度も重ねて塗り風合いを出す。出来上がるまではなんとも楽しいひと時です。出来栄の良いのをその時の四季に合わせてたり、友人の顔を思い浮かべながら文章をしたためて差し上げています。小さな空間いっぱい書いて、大きな気持ちが相手に届いてくれたら最高です。



野尻洋子

5月・6月の行事予定

5月13日(木) 定期総会

5月20日(木) 活動調整委員会

5月27日(木) 看護の日コンサート

6月16日(水) AED研修会

6月17日(木) 活動調整委員会

— あとがき —

いくぶん寒い春ですが、木々の緑も美しい季節になりました。定期総会、看護週間の行事など、他の曜日の方々と交流出来る良い機会です。ご参加宜しくお願い致します。

広報部