

年末締めくくりの餅つき大会 池田市古江台ホール



例年、行われている特別養護老人ホーム古江台ホールでの餅つきに今年も参加しました。12月28日午後1時から所内の4か所、(ケアハウス1か所、特養2か所、デイサービス1か所)に臼を移動し、入居者の前で皆さんの手拍子と掛け声のもと、餅つきを行いました。

よもぎを入れてよい香りのするよもぎ餅、紅色映える海老を入れた海老餅をつき、途中では入居者の方も昔を思い出して杵(特別軽い)でつくお手伝い、またでき上がったお餅を丸めるのに入居者全員が参加、手馴れた手つきで楽しそうに笑顔で餅を丸めるのが

印象的でした。でき上がったお餅はおやつの時間にあんこや大根おろしをつけて皆さんと美味しく頂きました。施設長より今日の行事が1年間のイベントの締めくくりのお話があり、今年も色々ボランティアいただいたとの感謝の言葉のお礼がありました。

今回、男性5名(大井、岡田、河原、長澤、木村)女性2名(秋山、山本)が参加、餅つきとお餅を丸めるのに大奮闘、みなさん大変ご苦労さまでした。(木村良三記)

池田市古江台ホールでは次のようなボランティア活動を行っています

- 定例のボランティア —— スーパーでの買い物支援 毎週木曜日 13時30分から15時30分
- 昨年7月は11人の会員が夏祭りに参加、入所者の介添えを行いました。

活動に参加し 喜んでいただくことで私も勇気づけられています

ナルクに入会して10余年、去年から徐々に活動参加できるようになり1人でも喜んでくださる方のおられることが深く心に沁み、私の方が勇気づけられました。

私も大病(胃ガンで全摘)を患い、五体満足とはいかなくても、今現に健康であるという心と明るい笑顔があれば生きている、いや生かされているということの幸せを実感し、その心をつ分かち合いたいと思っています。

皆様のご指導と励ましに力づけられ、今年もまた頑張っていきたいと思っています。よろしくお祈りします。(高山典子)



例年のない寒波に震え上がっている。そんな中で少しでも寒さの緩んだ日にはできるだけ歩くように心がけている。でも少し多く歩いたときは、風呂に入ったときにゆっくりと湯船につかり、ふくらはぎをマッサージしなければ夜中に目が覚めたときなど脚が引きつってえらい目にあう。最近気づいたことは、脚の筋肉が硬くなっているのと、椅子の生活に慣らされていて正座ができなくなっていることである。風呂で正座の練習をしたらと教わり、マッサージのついでにそれも加えることにした。老化に抗するむだな抵抗かもしれないが…。(奥野)