



# 協 社 に ち しゃ 会 報

No. 5

社日地区社会福祉協議会  
(社日交流センター内)

〒692-0011  
安来市安来町1281番地1  
電話 23-2048

平成25年 10月発行

## 一人暮らしで思うこと

東加茂第一 佐藤 ミチ代

私には長男長女子供が二人、それぞれに遠く離れた地で家庭を築いている。生前ガンを患った夫と二人三脚で過ごした闘病の日々他人様から「仲良し夫婦」と噂されたこともあった。その人と死別して早十三年が過ぎた。

私は今七十六歳、忍び寄る老いには立ち向かう必要がある。「だって、我が身に何かあれば即子供達に迷惑が及ぶから。」

平成十七年膝を痛めた私、一歩を歩くのも難儀な身体となった。原因は歳を重ね膝の老化と使い過ぎによるもの「まだ手術をする程でもないからリハビリをしないさ」との医師の言葉を頼りに治療の傍ら「夢ランド」に通い、我流のリハビリを試みた。温泉の温度と浮力を借りて考え得るありとあらゆる動きを体操として組み立てて実行した。一年後に温泉でなくても体操が出来るようになったが、杖を手離すには三年の月日を要した。その体操は今も続いている。指先から全身に広がる体操は一時間以

上かかる。身体は正直、一日休めば三日後退、目標がなければ続けられない。私は旅行を目標に掲げた。そして、一日一日を大切に休むこと無く実施、でも正座は出来ないよ。先日は「あじさいの会」のレクリエーションに参加した。

今年で三回目と聞くが、昨年は所要と重なり欠席した。だから今回の参加はワクワク当日が待ち遠しかった。ウツギ咲く山道、車中で絆が深まるお喋り、私は車に揺られてウトウトと。ループ橋での記念撮影、吹き渡る風が清々しかった。食事も美味しかった。又、民生委員さんのお手前に感謝しながらお抹茶を頂いた。企画運営される役員の皆様にも「ありがとう」と御礼が言いたい。人は自分が主人公で動く時うれしく自然と笑顔になれるもの、カラオケを楽しむのも良いが、その場で出来るゲームや合唱などもあればもっと良かったと思うのは私の我が儘かしらと思う今日この頃である。

## 香典返し等は社日交流センターで受付

社日地区社会福祉協議会では、地区の皆さんからの香典返し、玉串料返し、見舞い返し、一般寄付などは、社日交流センターで受け付けます。

寄付の方法についてもご相談に応じています。

## 平成25年度 あじさいの会

6月6日あじさいの会（独居高齢者70歳以上の方対象）で奥出雲ループ橋へ行ってきました。当日はお天気にも恵まれ、斐乃上荘での昼食時にはお話にも花が咲き、和やかな一日を過ごすことが出来ました。民生児童委員の皆さま大変お世話になりました。



南城谷町

宮内町

▽香典返し

（順不同）

社日地区社会福祉協議会に指定寄付をいただきました。  
厚く御礼申し上げます。  
地域福祉の活動に活用させていただきます。

受付 平成25年4月1日より  
平成25年9月30日まで

善意のご寄付  
ありがとうございました。

### 平成25年度事業内容

- 「あじさいの会」  
独居高齢者レクリエーション
- 赤い羽根共同募金街頭活動
- 青少年健全育成の助成  
(社日小学校・城谷保育所)
- 歳末助け合い募金
- 城谷保育所クリスマスお楽しみ会
- 在宅寝たきり老人介護者慰問
- 社日社協会報の発行
- 各団体への助成
  - \* 社日地区自治会協議会
  - \* 社日地区活性化協議会
  - \* 安来地区寿会
  - \* 安来地区婦人会
  - \* 安来地区民生・児童委員協議会
  - \* 社日地区人権を守り育てる会

安全 安心な暮らし  
地域福祉の充実と増進  
助け合いの精神  
身近な絆を大切に  
健康 元気 明るく

