



日頃から

ペンネーム がんちゃん  
大きな地震が続きます  
ね。日頃から災害がくる  
と思って生活しないとい  
けないなあと思います。

来年も桜が

北区金岡町

塩塚 幸子 (69歳)

今年で70歳になりま  
す。今年も桜が観れて良  
かったと思うようになり  
ました。来年も桜が観れ  
るように規則正しい生  
活、食事バランスよく  
とり、ウォーキングをし  
て体力作りをして行こう  
と思っています。

戦争知らない私

東区北野田

足立 計美 (56歳)

戦争を体験したこと  
ない私にとって「私の戦  
争体験」はとても胸がし  
めつけられることばかり  
です。

心機一転

西区上

久佐木利恵子 (56歳)

冬の間あまり運動しな  
かったので少しぽっちゃ  
り。春になり暖かくなる  
と頑張つて歩いて、4月  
からのスポーツジム!!心  
機一転、健康の為にやせ  
るぞ〜!



浅井富美子

「改定」って

岸和田市戒町

室井 宏文 (60歳)

今年医療・介護・障  
害に関わつてそろつて報  
酬の「改定」が行われま  
す。でも、その内容は利  
用者や事業者への負担が  
心配になるものばかり  
。みんなが「良かった  
?」って思える「改定」  
ってないんでしょうか!?

難しかったけど

西区鳳西町

松田 秀子 (74歳)

クイズは少し難しかつ  
たが頑張りました。

花田 悦子



まんなかピアノいいね

尼崎市東園田町

松本 嘉子 (70歳)

3月号の耳原総合病院  
まんなかピアノプロジェ  
クトの記事を読みまし  
た。NHKの街角ピアノ  
は、時々観ていて各々の  
人とピアノとの出会いや  
かなでるピアノの曲との  
思い出等楽しく聴いてい  
ます。病院に患者さんや  
利用者、ご家族、職員が  
自由にひくことが出来る  
ピアノがあるのは、他に  
はないのではないでしょ  
うか。「まんなかピ  
アノ」という名前もいいで  
すね。

乗り換えで諦め?

大阪市阿倍野区

永井由美子 (82歳)

新幹線延長で湧いてい  
るけれど、富山への帰省  
で高齢の自分には乗り換  
えの手間で諦めになるの  
か、墓参りが。

小さな桜に癒やされ

堺区霞ヶ丘町

新谷 啓介 (80歳)

鉢植えの桜が開花。小  
さいですが、結構癒やさ  
れます。

自ら努力

西区浜寺船尾町西

北出 明美 (69歳)

ウォーキングチャレン  
ジの年代別実施者を見て  
びっくりしました。特に  
頑張つたのは高齢者であ  
つたという結果。やは  
り、50代〜80代の年齢の  
方が一番健康・体力に対  
して関心度が高いんだな  
ということ。若い年  
代は放置していてもさほ  
ど体力の低下はないけ  
ど、私たちの年代になる  
と自ら努力しないと維持  
できないということ。こ  
の心構えを今後も  
継続できるよう毎日頑張  
りたいと思います。

手話サークルに期待

南区原山台

妻沼 和彦 (77歳)

いつも多彩な記事が多  
く実生活に役にたつま  
す。病院内に手話サー  
クルが活動していると聞  
きました。職員の皆さんが  
手話を使い聴力障害者が  
安心して受診、入院出来  
る病院になることを期待  
しています。



川淵 民乃

戦争体験世代の思いを

和泉市平井町

井谷 武志 (64歳)

戦争体験を寄稿された  
地下末吉先生は泉北教組  
の初代委員長です。一度  
しかお会いする機会があ  
りませんでした。戦争  
を体験された世代の教員  
の思いをあらためて感じ  
ました。

頭も身体も硬く

中区深井北町

谷井佐智子 (80歳)

毎回クイズ楽しみにし  
ています。頭の体操にな  
ります。年と共に頭も身  
も硬くなりました。

中村哲さんに感銘

南区茶山台

久松 正昭 (75歳)

2月に開かれた、みみ  
はらホールでの「いのち  
と平和のつどい」に参加  
し、中村哲さんの生き方  
に感銘しました。中村哲  
さんが私の出来ることで戦  
争反対と暮らしを守ろう  
と思いました。

楽しみなものの記事

豊中市

和田 愛美 (33歳)

いつも貴重な戦争体験  
記や川柳を楽しみにして  
います。

美味しいレンチン料理

西区鳳東町

小岩 順子 (70歳)

私のおすすめ! 簡単  
レシピ、レンジを使つ  
た簡単料理美味しかった  
です。

戦争反対

美原区阿弥

田中 弥生 (77歳)

私の戦争体験。戦争を  
知らない戦後生まれの私  
には今は亡き両親の苦労  
と重なり毎日体験者の方  
の思いを深く感じさせて  
もらっています。戦争は  
絶対反対。

新事務局員紹介



井上日向子さん

4月から事務局へ配  
属になりました、井上  
日向子です。  
旅行が好きで、最近

ひおすすを教えてください。  
まずは、友の会の皆  
さんの声をたくさん聞

皆さんの健康とまち  
づくりを支える取り組  
みができるよう、チャ  
レンジしていきたいと  
思っております。どうぞ  
よろしくお願いたします。

社会福祉法人ひまわり会  
設立50周年記念式典

日時: 5月19日(日)  
13:00開場 13:30開演  
場所: 堺市立西文化会館(ウエスティ)  
堺市西区鳳東町6丁600番地  
内容: ひまわり保育園園児によるパフォーマン  
ス、鳳フルーツアンサンブルさんによる  
演奏、法人歴史のトークショーなど  
問い合わせ: ひまわり会 TEL 072-247-7520

みみはらグループにゆかりのある皆様のご参加をお待ちしています。

27年間ありがとうございました。  
そして再スタートです!

第12回 耳原高石友の会まつり

日時: 6月16日(日) 10:00~14:30 (予定)  
場所: 耳原高石診療所  
抽選券: 1枚100円(当日購入可)

駐車場はありませんので、ご協力ください。

問い合わせ先:  
健康友の会みみはら高石ブロック事務局  
鞍田(くらた)  
TEL 080-7178-7484(平日9:00~16:00)  
メール可