



なんとか知恵を

吹田市
池田信明

岸和田市春木本町
小椋朱美(59歳)
皆さんの思いを、なるほどなあと感心させてもらう事が多くて楽しみにしています。また絵手紙が季節感いっぱいでも素敵です。

季節感いっぱい

岸和田市吉井町
岡本雅子(72歳)

聞けなかった父の話

岸和田市吉井町
岡本雅子(72歳)

(鳳クリニック・老健耳原) 鳳病院クリニックで25年続けてこられたふれあい昼食会が昨年の12月末で終了したと聞いて残念に思っています。友の会会員や職員からなんとか継続できないかとの意見がでてきます。継続のために知恵と力を出してみませんか。

皆さんの元気に圧倒

(匿名希望)

大阪に住んで57年になります。が今回初めて七福神めぐりに参加させて頂き、良い天気で本当に楽しくウオーキング出来ました！皆さん元気な方ばかりで圧倒されました。又次回も楽しみにしています。



山田 晴美
(八田宮園支部 折り紙班会)



安達 ヨシ子

当たり前でない平和

西区鳳北町
杉山和子(54歳)

いつも楽しみに読んでいます。今回は、戦争体験の寄稿を読んで、知っている世代がどんどん減っていくなかで、早く知らない世代に伝えないと、という思いになりました。戦争でも災害でも、平和は当たり前ではないことをよく分かって毎日過ごしたいです。

古墳群巡りをして

中区深井東町
安田慎一郎(63歳)



長尾 加代

栄養満点!

ペンネーム たーさん

子ども食堂へ息子と一緒にに行きました。初めてでしたが親子で来ている方が多くとてもなごやかでした。また、行くこと思いました。栄養満点でした。

「とも」で健康管理

西区鳳東町
堀川 宗彦(64歳)

いつも、「とも」新聞では健康管理のアドバイスを紹介して頂き有難う御座います。四季の季節に合った健康づくりは本当に為になります。こうしてクロスワードを解くのも頭の運動で、有難く感謝しながら応募しています。今後も宜しくお願いします。



赤坂 加容子

我が家のアレンジ

和泉市和気町
国田静香(55歳)

簡単レシピの焼きチーズカレー、家では更にご飯の上に冷凍(冷蔵)ハンバーグや事前に炒めておいたミンチをのせています。

心新たに

大阪市阿倍野区昭和町
坂野幸江(71歳)

こころ1か月ほど、意識して1・17や3・11や1月1日の地震のテレビ放映を録画して視聴した。新しく知ることが多く、地域の方々が力をあわせて地域を守ろうとする姿、泣く泣く地域を離れる方々、まだまだ課題が山ほど。特に能登は瓦礫の山積み。もっと国民一人ひとりを大切する国にしなければと心新たに。

活力もらって

泉南郡熊取町大久保中
坂上隆彦(68歳)



窪田 美代子
(鳳支部 俳画絵手紙教室)

同年代の方たちが前向きに元気に活動されている情報を得て活力をもらっています

子どもと一緒に

堺区中三国ヶ丘町
吉村千絵(50歳)

子どもと楽しくクロスワードを解きました。

健康づくり会議主催 第3回 大人の遠足 「浪花七福神めぐり」に参加して



1月18日土曜日。天気は晴れだが、少し寒い。健康づくり会議主催の大人の遠足「浪花七福神めぐり」に参加した。七福神めぐりは江戸の庶民がゆつたりと歩ける範囲内の七社寺をのんびり行楽気分です。

1月18日土曜日。天気は晴れだが、少し寒い。手の広場で準備運動を行い、6つの班に分かれた。私の班のメンバーは私以外全員80歳超えである。なんと今回の参加者の平均年齢は77歳だ。気分ですばらしい。この日から上町台地や谷

クリニック建替楽しみ

西区鳳南町
中尾貴久子(47歳)

いつも「とも」を興味深く拝読しています。鳳クリニックで、子どもたちが赤ちゃんの頃から、ずっとお世話になつていきます。建て替えられるクリニックも楽しみにしています。

おでかけ助っ人隊 運転ボランティアさん大募集!

通院や買い物、ちょっとしたお出かけのお手伝い。「移動の自由と権利を守る助け合い」として活動しています。みなさんの空いた時間をボランティア活動に参加しませんか。

ボランティアさんには利用料の一部を活動費としてお渡ししています。

〈お問い合わせ〉
NPO法人結いの会ともうず
電話072-280-5887
担当：山崎まで



(石田悦司)