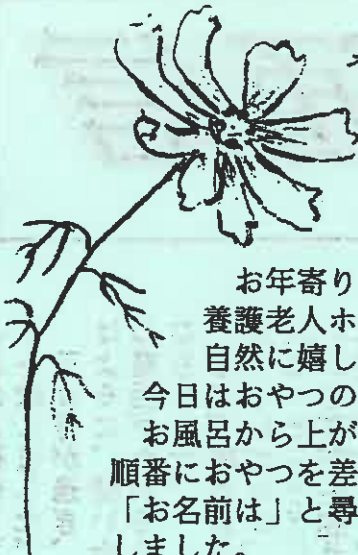


ボランティア

コスモス

「初めてのボランティア体験」



お年寄りと子供の好きな私は、特別
養護老人ホームI寮の玄関に入ると、
自然に嬉しい気分になりました。

今日はおやつのお手伝い。
お風呂から上がって来られた方から
順番におやつを差し上げながら、
「お名前は」と尋ね、少しずつお話を
しました。

恥ずかしそうな顔をする人、一生懸命
命話をしたい人、お寺参りの後でしか
食べれないと思込んでいる人など、
いろんな方のお話相手をして、私もニコニコ。
年を重ねると子供に帰ると言いますが、
本当にそうですね。

心の中がいつまでもニコニコして、
嬉しい一日でした。(S・O)



宇宙塵

「努力と楽しみ」

伊藤敬三

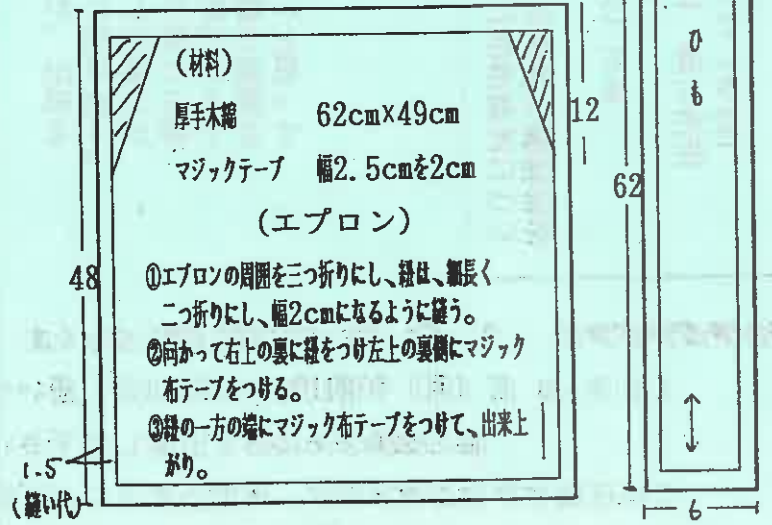
人により、いろいろな楽しみがあり、楽しむのにもそれなりの
努力が必要です。何が楽しいか人それぞれ。それでも人間大
体は同じに出来あがっています。行為や思考は、ほぼ同じとい
う事も出来ます。努力は少なく、楽しみは大きいほど良い。世
の中そんない話ないよ、と言うのが聞こえる様ですね。

ところで、努力に限界が在るのは、誰も異論が無いでしょう。
しかし、楽しさにも限界が有るのを考えられた事が有りますか。
つまり、人間はあまり楽し過ぎたら死ぬかも知れません。
そんな馬鹿な、そんな結構な事は無いよ、という声が又聞こ
える様です。しかし、此処で、少々科学的に考えてみましょう。
実は唯物論の立場から言うと、苦しみも楽しみも、脳の一部
の働きに過ぎません。努力し過ぎず、楽しみ過ぎないのも脳に
抑制機能が存在するからであります。つまり、種族保存に寄与
する機能であります。少々高尚になりました。そろそろ終わりに
しましょう。つまり、ボランティア活動は、ご自身がまず楽し
い生活をされ、余裕をもってその一部の時間を捧げて頂きたい
ですね。出来ればすべての趣味に飽き、Volunteer
活動が最後で、最高の楽しみと言うのは、少々理想に過ぎま
しょうか。(聖心堂医院院長)

「おふくろの歳まで生きられたら、上等や」と、ふと漏らす
病軀を自己管理しながらの夫。
寂しい言葉です。余す歳月は、片手にも充たない。
食事と運動療法に尽きるとは言いながら、自制心の強さには
感心するばかり。カロリー表を片手に、日々適度の運動を欠か
さない。ご多聞に漏れず、現役時代を仕事一途に過ごし、自分
を埋没していた世代。仕事から離れた後を、時間を持て余すの
ではと案じたのは私の取り越し苦労で、夫は退屈と言うこと
を知らず、生来好きな文学の世界に遊び、生ある限り勉強と貪欲
に楽しんでる。日夜の努力の世界に遊び、一時の心配もよそ
に、どうか平均的な暮らしを維持出来るようにまで立ち直っ
ている。まだまだ遣りたい事がたくさんあるという言の端に、
どうぞ望みを通えてと、戦時色に塗り潰された青春を、遅れ馳
せながら取り戻して欲しい。
余生とは、かく美しく 枇杷の花——と晩年を詠まれ
た姑は、六十九才の生涯であった。(M・M)

おためしく下さい

お年寄りの食事は、どうしても陶器が汚れるから
そんな時、ちょっとした残り布でエプロンを作
てあげたら……
バスタオルや市販のナブキンに紐をつけてもよ
いでしよう。丈の短いのがミソです。



.....お原真い.....
平成5年11月20日一宮市スポーツ文化センターで
福祉バザーがあります。会では資金作りのため参加
したいと思っております。家に眠っている不用品が
ありましたらご協力下さいますようお願い致します。
詳しくは事務局までお問い合わせ下さい。

高齢者の為の
シリーズ・ちょっと一品

さつまいものレモン煮
おやつにも.....おかずにも.....

◆材料
さつまいも.....大1本(300g) さとう.....大さじ4
レモンの薄切り・3枚 塩.....小1/2弱

◆作り方
1) さつまいもは皮を厚めにむき、1cm厚さの輪切りにし、
水にさらす。
2) 鍋にさつまいもとかわる位の水、さとう、レモン、塩を
入れ、弱火で柔らかくなるまで煮て出来上がり。

◆ 今まで事務所をお貸し下さった運営委員の
Mさん本当にありがとうございました。
お陰で会を発足させる事が出来ました。又、
引越しにあたって、沢山の備品をいただきま
した。
心から御礼申し上げます。
引越しにあたって、数人の会員さんに、新事
務所のお掃除をお願いしました。暑い日でお
疲れ様でした。
発見！運営委員の中に引越しのプロ級の方
がいらっしゃいました。引越しでお困りの時
はどうぞ。
とても優しい方で「いや」と断れない人です
から。
ケアの報告に協力会員さんが、ふらりと事
務所によって下さいました。嬉しくて大歓迎。
皆さん、どんどんお立ち寄り下さい。