

# オリーブだより



第18号 令和7年2月15日

流山市シルバー人材センター女性委員会発行

TEL 04-7155-3669 FAX 04-7154-1839

令和7年1月1日現在 女性会員数188名

## 第12回女性会員のつどい「料理講習会」 腸活ご飯のすすめ(免疫力アップ)



日時：令和7年1月22日(水) 10時～14時

※「おしゃべり会」含む

場所：流山市保健センター 3階調理室

講師：遠藤さん・安蒜さん・高井さん・武内さん



メニュー

- ・鶏つくねの野菜あんかけ
- ・和え物・麦ごはん
- ・実だくさんの味噌汁
- ・コーヒー水ようかん



## 南流山オータムフェスタ(2日目) 11月17日(日)



今年も南流山福祉会館と南流山センターで合同開催している南流山フェスタに女性委員会として参加しました。今年、布ぞうり、帽子、バッグその他委員の渾身の手作り作品が並びました。最初のお客様は可愛い3人のお子様(写真)。一生懸命に品選びをして購入していただいたときには思わずにっこり。これらの売上金の一部を流山市と姉妹都市である石川県能登町への災害義援金として送らせていただきました。

## 私の介護日記（あなたの幸せを願っています）

2年前、夫が大腿骨を骨折。回復に向かっていた矢先、食道癌に。入院手術その間に認知症が緩やかに進んでいきました。世にいう老々介護の始まりと啞然。やせ細った夫、ストレスで痩せた私。訪問看護師に「頑張れない時には助けを求めてもよいのです。その為の私たちです。」の言葉に救われました。

今は週3日のデイサービスと、天気の良い日は二人で木もれ日の公園を歩ける喜びを感じながらの散歩が楽しみです。夫が幸せであるように私が穏やかでいられるようにと願いつつ。

7地区 Aさん 記



我々シルバー世代の日常は日々変化します。困難にぶつかっても色々な方のいろいろなお話を聞いて明るく過ごせたらいいですね。

## ☆ 我が家の ペット ☆



我が家には2歳の雌猫「ミーちゃん」と6月に生後2か月で家族になった雄猫の「ワサビ君」がいます。小学校3年生の孫が一生懸命お世話をしています。

自由奔放で人なつっこいワサビ君がミーちゃんと遊びたくて、いつも追いかけていますが人見知りで臆病なミーちゃんは逃げ回っています。なかなか遊んでももらえないワサビ君です。早く仲良く、じゃれ合う姿がみたいです。

<5地区 神田英子>

## 原稿・写真 募集中!!

それ大事！ 観たい♡ 聴きたい♡ 集いたい♡

編集委員： 倉野美知子  
平井光子 小高由美子