CHIKU 宅急便　July　第７号

社会福祉法人　Ｍネット東遠　地域活動支援センターＭネットかけがわ
掛川市久保２-18-19　フラワーＢ１０１☎・Fax：0537（29）8970

書道の時間第一回目作品展

≪最近こんなことがありました③≫

突然迎えた、友人の死　その①　　（ゆうゆう）

かけがえのない友人が亡くなって、3カ月程たちました。やっと正面から友人の死を語れるようになったので聞いてください。それは２月下旬のことでした。一週間ほど連絡が途絶えていた友人宅に私は向かいました。今までこんなに連絡が途絶えたことはありませんでしたので、嫌な予感が何回も何回も私の中に浮かんできました。一週間前の電話では「腕が上がらなくなったので辛い。熱もあるようだ。」等の話が出ていて気になっていたのです。友人宅に到着すると、玄関には新聞が溜まっていて鍵もかかっていたので、私はあわてて同じアパートの住人に大家さんの電話番号を聞いて連絡をしました。大家さんに開錠してもらい、友人宅には一人で入りました。電気はつけっぱなしの状態で、お風呂場は内側から鍵がかかっていて、アパートの中には本人の姿はありませんでした。鍵がかかっているお風呂場の隙間から　覗いてみましたが何も見えませんでした。そこで警察を呼び、鍵のかかっていたお風呂場等も調べてくれました。友人がお風呂場で倒れているところを警察に発見されましたが、目は動かず心肺停止の状態でした。私が第一発見者でしたので警察に色々聞かれ、そして長い一日が終わり、ようやく帰路についたのです。　　つづく

5・6月プログラム活動報告

1）夕食プロジェクト

5月24日（金）	油淋鶏	10人	10日（月）	鶏ときゅうりの炒め人参サラダ	10人
27日（月）	ほうれん草と豆腐の蒸し餃子	9人	11日（火）	魚のバター焼きとなすの煮びたし	12人
28日（火）	ビビンバと人参のナムル	9人	13日（木）	玉ねぎとまぐろ缶の卵とじ	8人
30日（木）	鶏肉のチーズ焼きなすとピーマンの炒め	13人	14日（金）	蒸し鶏とおくらのポン酢和え	9人
6月3日（月）	豚肉とそら豆の煮物	11人	15日（日）	魚の煮つけトマトと炒り卵のソテイー	7人
5日（水）	ウインナーとピーマンのごましょう油炒め	8人	17日（月）	ハムとほうれん草のオムレツ	10人
7日（金）	豚肉となすのウプシーときゅうりモミ	9人	19日（水）	豚肉とセロリの中華炒め	9人

2）昼食のひろば

5月25日（土）	沖縄ちゃんぽん　―ボラ出前―	16人
6月1日（土）	豚肉といんげんのペンネ	9人
8日（土）	たこの炊き込みご飯	9人

3）さぼりカフエ

5月23日（木）	さくらんぼうのミルクプリン	13 人
31日（金）	黒糖饅頭	9人
6月6日（木）	レモンタルト	11 人
20日（木）	京都の水無月	13人

4）カラオケ

6月12日（水）	カラオケ	10人

5）アウトゴーイング

5）音楽 Café　・ストレッチ　・脳トレ

5月29日（火）	脳のトレーニング	4人
6月18日（火）	脳のトレーニング	4人

7）ペーパークラフト・水彩色鉛筆画

6月4日（火）	ホウ酸だんご作り	5人

ホウ酸だんごが完成しました。

材料はホウ酸・玉ねぎ・砂糖・小麦粉・牛乳だけです。おいしそうな材料です。ホウ酸以外はね。ひたすら玉ねぎをおろし金ですってその玉ねぎの中に小麦粉・砂糖とホウ酸を入れて牛乳で硬さを調整します。そして分けて色鮮やかなカップに入れて、数日干して完成です。今年の夏は、もう安心。ごきぶりさんさようなら。

こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◈地活にくるとき、雨で自転車がビショビショになってしまい大変でした。（早子）♡6月初めて来ました。（初緒）♠亡くなった友人のお兄さん達と食事しました。（ゆうゆう）◎今月から体重管理表をつけ始めました。（重一郎）△カラオケに久しぶりに行き5曲も歌えて楽しかったです。（うたか）♡音楽鑑賞の時にギとハーモニカのデュオが最高でした。（菊之丞）♢今月は「まつ」在るのみでした。（松五郎）