CHIKATU 宅急便　August　第8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

七夕まつり

星に願いを

・・気軽に努力　・・・痩せることができますように　・・・体調が良くなりますように
・・素敵な人に出会えますように　・・僕が自分に誠実でありますように　・・笑顔で一年過ごせますように
・・・お金がたまりますように　・・・スーパーカーに乗って旅がしたい
・・・・仕事が続きますように　・・・妻がいつまでも幸せでいられますように
・・・宝くじを買うお金ができますように　・・・みんなで仲良くできますように
・・・入院しませんように　・・・たなばたで何かいいことありますように
・・・自分の健康管理ができますように　・・・人間同士仲良く暮らせますように

≪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②　　ゆうゆう

友人とは7年ぐらいの付き合いで、とても大きな存在で、家族以上の存在と言ってもいいくらいでした。大きな存在が無くなったので「ぽっかり穴が合いた」様になるのかなと思っていたら、意外なことに「気持ちが重く」なってしまったようです。絶望的に気持ちが重くなり、二週間も外出もできずに家で過ごしました。家では布団の中でぼーっとしていて、好きなラジオも聞く気にも慣れなかったです。それでも二週間過ぎたあたりから、外にも出れるようになり地活にも行けるようになったんです。そうでした、外出できない間に、友人のお兄さんからお葬式の日取りの連絡があったので、葬儀には参列しました。棺桶に入っている友人の顔をみて、思わず泣きそうになりましたが、なんとか普段どおりに話しかけることが出来ました。頭触って「熱、下がったじゃん。」と話しかけました。心の中で「もっと早くアパートに行ってあげられなくてごめんね。」と付け加えました。この間は友人との思い出を思いだしたいような、思い出したくないような、なんっともいえない日々の連続でした。この携帯電話に友人の声が留守電として残っているので、ほぼ毎日聞いているんですよ。「この留守電の声を、残しておきたいな。」と思っています、どうやったら残せますか？

ー追伸ー　先週、友人のお兄さんから連絡をもらって、「弟のアパートを引き払うので、きれいにかたずいた部屋を見に来ませんか。」とのことでしたので行ってこようと思っています。　（完）

6・7月プログラム活動報告

1）夕食プロジェクト

6月21日（金）	たらのパン粉焼きとずっきーに	7人	8日（月）	鶏肉のアーモンドからめと七夕汁	11人
24日（月）	新じゃがいものコロッケ定食	8人	9日（火）	豚肉のローベール風とサラダ	12人
27日（木）	いんげんのクリームシチュー	12人	11日（木）	ネギ塩たたみ餃子と中華スープ	10人
7月1日（月）	にざかなとなすのしょうが醤油焼き定食	9人	15日（月）	鯖のネギソース掛けとひじきのマリネ	9人
3日（水）	豆腐の野菜あんかけと	12人	17日（水）	オムレツのきのこソース掛け	10 人
5日（金）	鶏肉の夏野菜ソース掛けとサラダ	11人	19日（金）	沖縄の炊き込みご飯と沖縄の豚汁	10人
6日（土）	ひまわり蒸しとおくらのあえ物	15人	22日（月）	こぎつね寿司とラタトゥイユ	人

2）昼食のひろば

6月22日（土）	冷やし中華めん　ボラ出前サロン	18人
29日（土）	夏野菜のキーマカレー	11人
7月13日（土）	豚肉とにらの豆腐チャンプルー	9人
20日（土）	あんかけ焼きそば　ボラ出前サロン	18人

3）さぼりカフエ

7月6日（土）	水まんじゅう（七夕仕様）	10人
18日（木）	まっちゃ金時アイスクリーム	14 人

4）カラオケ

7 月12日（金）	カラオケ	6人

5）アウトゴーイング

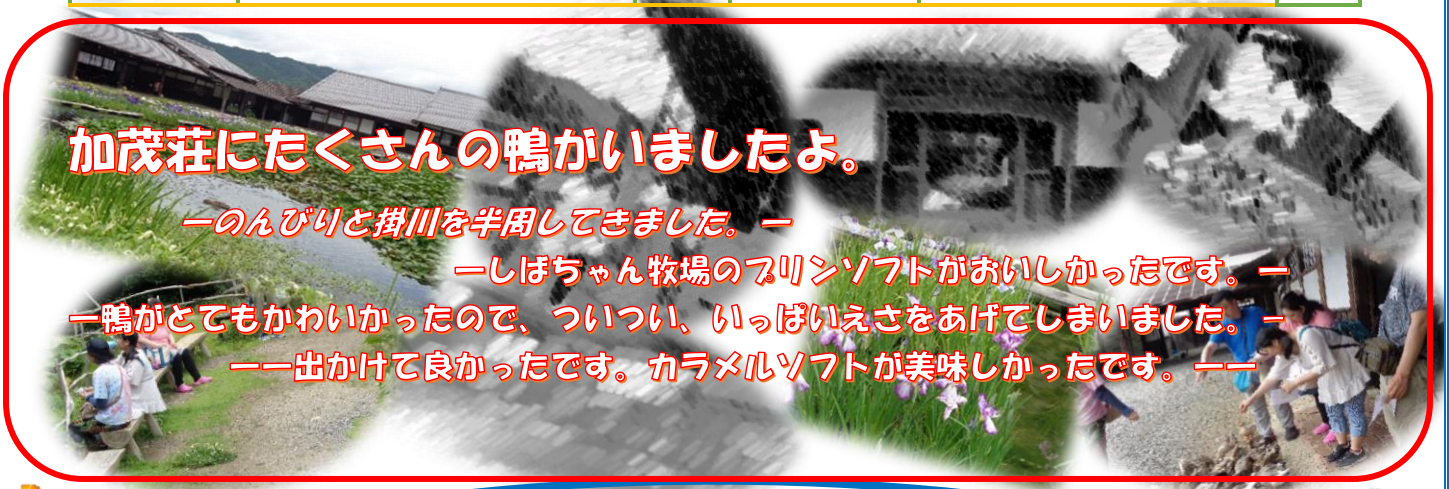
6月28日（金）	しばちゃん牧場・加茂荘	7人
7月10日（水）	しゃぶしゃぶランチ	9人

5）音楽 Café　・ストレッチ　・脳トレ

6月27日（火）	音楽カフエ	5人
7月2日（火）	椅子に座ってストレッチ	3人
13日（土）	地活で DVD 鑑賞	5 人

7）ペーパークラフト・水彩色鉛筆画

6月25日（火）	水彩色鉛筆	3人
7月10日（水）	ビーズアクセサリー	3 人
16 日（火）	玉ねぎ染め	7人



こんげつのひとこと・ふたこと・みこと

◈なんか、いじられキャラになってしまいました。（スネ子）♡いろいろありました。丸亀正麺に友人と行って楽しかったです。（まる子）♠友人の初盆に行ってきました。（奈津子）◎夏風邪をひいてしまい、39.7 度の熱が出てしまい大変でした。（風子）△昨日、選挙に行ってきました。（夢子）▼新しいスマホを買いました。操作が大変です。（みさ子）♧今月のシネマクラブで何の映画を見ようかな？（英輔）