ひまわり通信

特定非営利活動法人
「ＮＰＯ千の風」
ひまわり粟生発行　NO29
2017 年９月

ありがとう 10 周年

街かどディハウス　ひまわり粟生

●日時　10 月 11 日(水)
●会場　第二住宅集会所

１部＞11 時開会	DVD「ありがとう 10 周年」 来賓挨拶
12 時～昼食タイム	
２部＞オープニング	大正琴の演奏 講演「元気で長生き」小椋　芳子さん ティータイム 作品展示の紹介・即売

●小椋芳子さんのプロフィール

- 大阪府の職員(保健師)を 35 年間
- 介護福祉専門学校教員
- 大阪健康福祉短期大学教員
- 知的障害者通所施設看護師～現在に至る

●小椋流　元気で長生きするために

①目標は大きく(120 歳まで生きるつもりで)
②楽に死ぬ方法(ピンピンコロリの実現)
③生き方上手(心の持ち方)
- 結婚式の祝詞から学ぶ
- プラス志向
- イメージトレーニング
- いつでも現役

④身体づくり
筋肉は宝→スロートレーニング

小椋流長寿の秘訣、まだまだあります。あとは当日のお楽しみです。
笑い転げて、タメになるおはなしです。ぜひ、お友だちを誘ってきてくださいね。

８月のお誕生日会

▲今日の主役のKさんのケーキ入刀

お誕生会に参加してくだっさったのは、Kさんお一人でしたが、スタッフ手作りのケーキとたくさんの仲間のお祝いの言葉で心温まるお誕生会となりました。
Kさんには「がんこ」というお祝いの言葉が贈られました。卓球、古文、カラオケと何にでも挑戦するKさんは、物事に対する追求がすごい。納得するまで調査や問い合わせなど、そのあくなき追求心が若さの秘訣とみんなも納得。

編集後記

今年の夏の暑さは本当にこたえましたね。一方で、東京は毎日のように雨が降り、日照不足が心配されました。また各地で発生したゲリラ豪雨による被害など、私たちをとりまく地球環境の変化が懸念されます。
今年７月、ニューヨークで行われた国連会議で「核兵器禁止条約」が 122 の国の賛成で採択されました。米ソを中心とした核保有国は参加しませんでしたが、世界の圧倒的多数の「小さな国」が、核兵器廃絶に大きな力を発揮しました。
暑い夏の嬉しいニュースでした。