



ひまわり通信

特定非営利活動法人
「NPO千の風」
ひまわり栗生発行 NO40

2018年7月

地震による被害は ございましたか？

お困りのことありませんか
お身体お変わりないですか

6月18日(月)午前7時58分、震度6弱を
観測した地震が発生しました。

我が家では、朝食を食べようとキッチンから
テーブルに着こうとした瞬間、床を突き上げる
ような衝撃とともに食器棚の扉が開いて、ほと
んどすべての食器が大音響とともに床に散乱し
ていました。

とても、「ひまわり」をオープンするような状
況ではないと判断し、すぐさま調理スタッフに
連絡しました。それから21棟のひまわりに走
り、とにかく月曜日の利用者さんに被害の状況
を聴くとともに、今日は休みであることを伝え
るべく、電話をかけ続けましたが、通信網がパ
ンクしているのでしょうか、なかなか連絡がつか
しません。最後まで連絡のつかなかったKさんが
「ひまわり」に来られました

「なんともなかったよ」という言葉に安心する
やら申しわけないやら……。

電子レンジが吹っ飛んで使えなくなった、大
型テレビが倒れて液晶画面が割れた、洋服ダン
スが倒れて部屋中をふさいでいる、……等々。
「本当に怖かった！」と一様に地震の恐ろしさ
を語っておられました。本当に怖かったですね。

「ひまわり」は月曜日と水曜日はお休みさせ
ていただき、木曜日(6/21)から通常どおり運営
させていただいています。

みなさん、お疲れのでませんように。

引き続き「ひまわり栗生は」、安心して楽しんで
いただき、地域に「ひまわり」があってよかつ
たと思っただけの「場」をめざして運営し
ていきます。

地震に関する被害・お問い合わせは

箕面市対策本部 ☎724-5000

割れた食器や家具なども「災害ゴミ」と
貼紙をしてゴミ収集場所に出せば対応
してもらえます。

ひまわり栗生の 「健康まつり」のご案内

●日時 8月1日(水) 14:00~16:30

●会場 第2住宅集会所

8/1は、水曜日の運動教室にかわって、「健康ま
つり」をおこないます。毎年好評の体脂肪、骨密度
測定に加えて、尿検査、足指力、握力など、ご自身
の体力が測定できます。

高齢期の健康づくり、介護予防のポイント

- ・自分の身体の状態を知ること
(検診、体力測定、生活のしづらさの自覚)
- ・地域の交流、社会参加の継続
(趣味活動、ボランティア、社会的役割)
- ・現在できていることを続ける
- ・低下がみられる筋力の維持・改善

今年は「まつり」の要素をとり入れて、みなさん
が楽しく参加できる内容を計画します。

どなたでも無料で参加できますので、ご近所、
お誘い合わせておこしてください。



*日程が変更になりました。

5月のお誕生日会

スタッフの富士さんがつくってくださった
ベリーがタップリのケーキを前に笑顔が素敵
な勸野さんです。



勸野さんは麻雀
卓球、4月からは
新たに大正琴も始め
ました。いつも新たな
ことに挑戦するする
姿に、私たちも励まされ
れます。

●6月のお誕生日会は6/28(木)

●7月のお誕生日会は7/23(月)

●誕生月の方は楽しみにしていただきね