

# くしまにあ



このページは読者の皆さんからの声にふれあう場です。いろいろな声をお寄せください。

## 余生を楽しく

●百野達夫さん

誰もが長生きして余生を楽しく朗らかな暮らしを望む。不自由さが増すなかで、グラウンドゴルフなどで人との交わりを密にし、良い思い出を残したい。二度とない人生だから。

持ち余す時間をどう費やすか、若い頃なら足らずに地団駄を踏んだのが懐かしい。

昔ほどの家庭でも家を継ぐ人が必ずいて、余生を危惧する必要はなかった。今は社会の変革で若者は都会へ去り、年寄りや田舎に残された老いを重ねるほどに病と体の不自由さが増すと介護施設の厄介にもなる。介護を受けたり寝たきりになったりせず日常生活を送れる期間を示す「健康寿命」が、

2013年は男性71歳、女性74歳だった。

人の世は先々何が起きるか誰にも分からない。残る余生の一日を大切に、定期健康診断を行い、長寿を目指したい。

輝かしい新年も明けた。願わくは共に健康で、夫婦の絆をベースに「思いやり」という潤滑油を差し合って残された余生を楽しく朗らかに送りたい。

平均寿命と同じく、健康寿命も年々と延びてきていますね。誰もが平等に与えられている「時間」。いつまでも楽しくいきいきと過ごしたいですね。そのためにはやはり健康第一。15ページの健康マメちしきをご覧くださいましたか？運動習慣と定期的に健診を受けることも大切ですね。

## じいちゃんになりました

●河野浩泰さん

平成26年11月23日(午後1時57分)に、田中産婦人科クリニックにて、私と妻に初の「孫」が生まれました。この田中産婦人科は、私の妻(ナース)が平成9年から18年2月まで主任、婦長として働いていた職場。院長の田中茂樹先生は、私の日向学院中・高校の先輩です。

歌手の大泉逸郎さんの「孫」(NHKの火曜夜8時からの歌の世界で紹介)が私にも実感できました。次女が先に結婚し、男の子を出産。帝王切開となり「孫」の肺に少し穴が開いて、退院は多少遅れたが、子どもたちとは違った「孫」の可愛らしさ。天国の父にも見せてやりたかった。父ちゃん、「ひ孫」が産まれたよ。うれし涙。ちなみに、祖父は英語で「グレイトファザー」といいます。ゆうま君(↑孫の名前です)。



おめでとございます。「ブレイト」なおじいちゃんになつてうれしい様子がとても伝わってきます。きっととても可愛らしいお孫さんでしょうね。これからの成長が楽しみです。

## 「話し相手ボランティア」養成講座に参加しませんか

●代表 古川啓之さん

串間市「話し相手ボランティア」では、串間市全域で高齢者・障がい者などを訪問・面談して串間市の活性化、自殺防止などの事故防止施策に貢献していますが、さらに活動範囲の拡大と、充実した福祉活動の推進を目指して、次の要領で新人会員の募集と養成講座を開催します。受講希望者は2月20日(金)までにご連絡ください。どなたでもお気軽にどうぞ。お待ちしています。

- 日時 2月21日(土)午後1時半～3時半
- 場所 II 地域生活支援センター「Wing」
- 申込・問い合わせ先 II 代表



古川啓之さん ☎72-6198、Wing 中村敏子さん ☎72-8452

「広報くしま」では皆さんからのお便りをお待ちしています。楽しかったこと、うれしかったこと、腹が立ったこと、どんなことでも結構です。どしどしお寄せください。また、すきな趣味をお持ちの方、市内で活動している団体など、ぜひ広報紙で紹介しませんか。自薦、他薦は問いません。皆さんの連絡をお待ちしています。

- 問い合わせ先 II 総合政策係 情報政策係 ☎内線338

# みんなの広場

## 韓国の高校野球部が キャンプ



1月6日(火)、市役所ロビーで、ソウル培明(ベミョウ)高等学校野球部の歓迎セレモニーが行われました。野球部の皆さんは1月2日～30日までの約1カ月間、串間市民球場でキャンプを行いました。セレモニーでは花束や特産品の贈呈もあり、尹汝國(ユンヨウク)監督は「歓迎してくれてうれしい。とても暖かく環境が良いので、思い切って練習できます」とおっしゃっていました。

## お遊戯を踊りました

市木保育所の皆さん



1月19日(月)、市木保育所の園児18名が市木デイサービスを訪問し、利用者の方々に遊戯や歌を披露しました。

## まるっとみんなの会議 市長へ宣言



1月19日(月)、「幸せに住みよい地域づくり」をテーマに毎月開催している、まるっとみんなの会議参加者が、これから取り組む「5つの柱」を記した宣言書を市長に手渡しました。

## わくわくサイクリング inくしま 参加しませんか?



串間の早春を感じてみませんか。ママチャリでの参加もOK!ロードバイクやキッズ用バイクの試乗体験もあります。ぜひご参加ください。

- 日時=3月8日(日)午前9時受付
- 集合場所=福島川親水公園
- コース=Aコース(約50キロ)、Bコース(約15キロ)
- 参加費=Aコース2,000円、Bコース1,500円、中学生以下500円
- 定員=各コース50名
- 申込方法=規定の参加申込書に必要事項を記入の上、FAXまたは郵送、メールにて申込。参加料は銀行振込もしくは現金書留で支払。詳細はお問い合わせください。
- 申込・問い合わせ先=串間市サイクリング協会 ☎090-2712-9829、FAX 72-0456

## お便り・投稿募集しています。

下記QRコードをご利用ください(紙面に限りがあるので、すべての投稿を掲載することができません。あらかじめご了承ください)。

- ①名前(ペンネーム可) ②連絡先
- ③コメントを必ず添えてください。

●Eメールアドレス info@city.kushima.lg.jp



お便りお待ちしています。

## 伝言メッセージ例

### じいじ・ばあばへ

じいじ、ばあば、いつもありがとう。たくさん長生きして、一緒に遊んでね。

アビちゃん