

いきいきライフ

「明日は今日と 同じやないさかいに」

わたなべ けんいち

渡邊 謙市 さん(79歳)

くろづち
千種町 黒土

質問 配食サービスではいつもお世話になってます

渡辺 もうかれこれ15、6年になるなあ。弁当渡して、「はい、さいなら」じゃのうてな、会って、そこで話をするんがええでな。うらあ、ついつい話し込んでしまいうで。ほんでも5、6分経ったら「次、行かんとかかんてなあ」「そや、早う行っただてえな」となるわけや。



『お弁当持ってきたで…』

質問 体にいいこと何かしてますか

渡辺 もう60年ほど体重(45kg)は横ばいやで。薬も飲んだことがない。寝起きにコップに半分ほど水を飲んで、寝巻きのまま外へ出て体操をな、毎日やで。今じゃ、腕もよう伸びて耳につくぐらいになったで。おかげでゲートボールも楽しめる。

質問 ゲートボールも長くされているんですか

渡辺 70歳からはじめて9年目や。週に2回はしよるで。今日と同じ明日はないさかい、勝つことよりも楽しい時を過ごすことがええんじや。ケンカするところではない。そう思うと。仲間で打つ方向を考え合って、ええがいにでけたら、気分がええ。うらあ、ゲートボールは、脳トレと思うてやりよんじや。



まずはゲートを通すこと、初めが肝心

野菜をつくってもよう食べんで、ない人に食べてもらうて、畑のものでコミュニケーション。「うらあ、百姓ではなく、七十姓じゃ」と控えめな渡邊さん。気に病むのではなく、いつも気にしておくことが健康の秘訣とか…。いつまでもお元気だね。

(千種支部 小原志のぶ)



これは去年の作品、『屋根ができて、格好良うなった』

質問 何か趣味がありますか

渡辺 趣味いうほどのもんはないで。ちょこちょこ細工はしたりするけど…。いまは酒林(杉玉)の芯を作っとる。ぼちぼち山へ行って、杉葉を集めよと思ひよる。丸く刈上げるんが難しいんじやが…。酒屋さんと知り合いになってな、今年も酒林をつくって送ってやろと思うとる。3年前から作りだして、去年はうらあの酒林を見た人が屋根を作ってくれてな。酒林が縁で、いろんな人とのつながりもな…。コミュニケーションやで!



宍粟市の福祉指標

(10月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	H23.10月末 高齢化率
山崎	25,106	6,389	25.4%	24.5%
一宮	9,386	2,769	29.5%	28.9%
波賀	4,205	1,346	32.0%	31.8%
千種	3,408	1,167	34.2%	33.8%
全体	42,105	11,671	27.7%	27.0%

資料は宍粟市市民生活部提供

※この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分金の一部を活用し作成しています。
※当広報紙に掲載している氏名および写真等については、ご本人の承諾を得て掲載しています。

ふくし パズル No.88

□にあてはまる
漢字4文字を
考えてください。

	消	品
報		点

ヒント
インフルエンザに
ならないよう、
早めに
受けましょう。

はがき、FAXで、パズルの答えと住所、氏名、今月号の「こんにちは！社協です！！」に対する感想を記入し、応募ください。正解者の中から抽選で5名の方に粗品を進呈します。(※切り) 平成24年11月30日

住所 〒671-4137 宍粟市一宮町関賀 300 番地

FAX 0790-72-8788

宛先 宍粟市社協「ふくしパズル」係

10月号の答え『赤い羽根』。横野 邦子(山崎町) 服部ナミエ(一宮町)
右の方が当選されました。畑林 芳美(山崎町) 中居あつみ(山崎町)
(敬称略) 谷井 美保(山崎町)