

## お薬相談(担当:ジャパンファーマシー薬局、薬剤師さん)

今月は3日(火)と24日(火)の14時から15時です。他の病院で処方されているお薬のことでも、ご家族のお薬のことでも、何でも相談してくださいね。

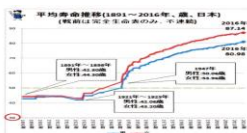
## がんばるママの会

新学期が始まりました。学校へ行きにくい、不登校のお子さんを見守る親の会です。お母さんだけでなく、お父さんの参加も大歓迎です。9月10日(火)13時から15時

## 講演「100歳まで自分らしく暮らす秘訣」報告(男会 紅の豚さんより)

猛暑の中、8月17日に第二ちぐさ(堺育麦キリスト教会)へ、たくさんの方々が集まってくださいました。ご参加ありがとうございました。講演会で衝撃を受けたことは、戦前の日本人の平均寿命が43歳程度ということ。今や平均年齢が90歳に近づこうとして、戦前には考えられなかった高齢化社会が当たり前になっています。こんな時代に私たちがどのような心と体で生きていくのか?重大な課題を投げかけられました。そして、この社会を共に助け合いながら暮らしていくヒントを教えてくださいました。ぜいたくな学びの時間となりました。

これ一回でなく、このテーマは現代の大きな大きな課題です。ともに考えて行動していきましょう。ちぐさ男会からも発信していきたいと思えます。



## 畑女子会だより(畑女子会 みさちゃんより)

日頃は畑女子の野菜に関心を寄せて頂き有難うございます。「ちぐさのもり」に集ってどれだけの時間がたったでしょうか?近年の異常気象で最近の野菜作りは、多彩な知識が要求されています。家庭菜園の魅力は、「味がある。安全である。珍しい」です。何より「土」から得る「恵み」に触れることが楽しいのです。

さて、「ちぐさのもり」を利用されている方達の中には高齢者や独居者の方達が多いと思われまます。私自身、ホヤホヤの独居者です。連れ合いを失い、「食」と向き合うことの難しさを実感しています。虚無感から食欲を失い、それでも周りから「食べている?」と声かけられ、時には「ランチに行こう」と誘って頂き、それと分からないように食べる機会を設けていただきました。(感謝)最近まで畑仕事さえ遠ざけていました。「気力」って、どうすれば湧いてくるのか?一人になると、知らず落ち込みます。それでも、月一回の畑女子会は「励み」になりました。何より、長いブランクの間も寄り添ってくれた方達に感謝します。愛情こもった野菜のお惣菜は私の体を支えてくれました。これこそが私たちが目指していることのように思います。見た目でない、「愛情」溢れた野菜が体を作り、「思いやり」のスパイスが「生きる」事へ目覚めさせてくれるのではと。

そんな「畑女」も高齢化が気になり始めています。次世代に知恵を繋ぐ事も大切に思えます。私自身、「畑女子」のメンバーの知恵を借りて野菜作りに取り組んでいます。もし、一握りの土に興味を持たれたら、一度「畑女子会」をのぞいてみませんか?