



ひまわりの家 園田だより

第13号 2023年9月

尼崎市東園田町9丁目24-9 ☎06-4977-7961

今年の秋はどんな秋に？

「暑さ寒さも彼岸まで」と昔の人の言葉通り、ずいぶん過ごしやすくなってきました。

皆さま、今年はどうな秋にしたいですか？「芸術の秋」「スポーツの秋」「読書の秋」いろいろありますが、やはり美味しい秋の味覚に「食欲の秋」でしょうか？

9月29日(金)は中秋の名月です。お月見団子とともに秋の七草(萩(ハギ)・桔梗(キキョウ)・葛(クズ)・藤袴(フジバカマ)・女郎花(オミナエシ)・尾花(オバナ=ススキのこと)・撫子(ナデシコ)を飾って美しい満月を見つめるのもいいですね。

※10月の予定は予定表をご覧ください。

※園田地区地域コミュニティー活動支援事業の補助を受けて実施しています。



園田カーニバルに出店しました♡

9月24日(日)に園田競馬場で開催された第38回・園田カーニバルに行ってきました。4年ぶりということもあり、なんと来場者数[約1万人]と大盛況!!ひまわりの家 園田で日頃おしゃべりしながら作っている手作り作品(アクリルたわし・お手玉・マスクチャーム・帽子型マグネット等)も「かわいい～」と人気でした。最後は総踊りで締めくくり。青空のもと、まさにカーニバル日和で楽しい時間でした。

あなたの人生を豊かにする『居場所』とは？

ダイヤ高齢社会研究財団主任研究員の澤岡 詩野さんにお越しいただき、お話を伺いました。人生100年といわれるなかで楽しむ姿も変化していくけれど、共通するのは「自分が楽しい」の延長にこそ、豊かに歳を重ねるためのポイントはある。だからこそ一緒に楽しめる・わけあえるお相手と出会える場として「場」が必要！繰り返していくことで、

そこがあなたの『居場所』に♡

ポイントは①「共感」できる誰か

②誰かに「わかる」

③「他の世代」を楽しませる

④「チカバ」であること

仲間からの「ありがとう」

「それいいね！」は幸福度が高い。

そんな居場所が増えて、地域も元気になれば皆がハッピーですね。



🍊 認知症サポーター養成講座を行います。🍊

※事前申し込みをお願いします。

10月7日(土)午後2時～ 東園田町総合会館

園田苑理事長中村 大蔵さんのお話があります。認知症になっても安心して暮らせるように、一緒に理解の輪を広げましょう。

