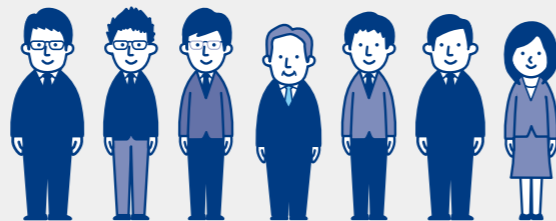


社員のつぶやき



石を愛でる



明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。石をいただきまして、せっかくだから土台を自作してみました。まずはホームセンターに行き木材と塗料、紙やすり数種類を購入しました。それから子供の彫刻刀を借りて気分は棟方志功ということで完成したのがこちらになります。初めて作ったわりには良いものができました。石も土台があるのとないのではずいぶん印象が違ってきますね。聞いたところでは下田の実家の大沢あたりは赤石が落ちているようです。伊豆は菖蒲沢の海岸などもあります。忙しい日常を忘れて自然の中で石を探すといいかなと思います。



寶石の窓



過日、私の母校の沼津市立沼津高等学校の同窓会、求道会主催の月見遠足に参加しました。高校時代は、夜中に富士宮のよく分からない山の中にバスで連れて行かれ一晩中歩いた内容だったのですが、近年はOB会主体で近場を皆で歩いてます。今回は沼津中央公園から沼津港のびゅうお迄の川沿いに歩く素敵な遠足でした。見慣れた景色が夕暮れからこんなにきれいに見えるの知らず沼津は良いところだと再認識できました。参加人数はそれほど多くはなかったのですが、現役の中学生から70歳台の大先輩、恩師の方も参加され、我々33期のメンバーが一番多く楽しい時間でした。同期や恩師の方は市立卒業生の店で2次会迄参加され次回の再会を誓いました。皆様も是非地域の良さを再確認ください。



深澤です。



新年を迎え、今年をどう楽しもうかと思案しているこの頃です。皆さんにおかれましていかがでしょうか？ 素敵な1年であることお祈りいたします。妻が今年の3月で完全退職します。定年退職後、臨時職員として勤めていたが、今後は専業主婦としての生活になります。妻との会話で「ようやく勤めが終わり、待ちに待った自由な日々が過ごせる」とワクワク顔。また「これから日常をどう過ごすのか？」という心配顔。「そういえば、二人でフリーになったら、あちこち出かけようって言うていたわよね」「いつになったら、あなたはリタイヤするの？」と妻。私も少しは憧れていた年金暮らしですが、知人友人に聞くと「働けるうちは働いたほうが、絶対に良い」というアドバイスが多いのです。皆さんのご意見は如何ですかね？ いずれにしても、身体は確実に老化してきています。お客様や、一緒に働いている仲間に迷惑にならないようしたいものです。お客様の安心安全のため、頑張りますね。



ゆうチュ〜ス



昨年もみなさんにお世話になり、感謝しています。本年もみなさんにとって良い一年でありますように。1歳の長男を外で遊ばせていて、目を離した隙に額から流血していたのを見て焦ってしまった角田祐二です^^！10月に長女の初めての運動会に行ってきたんですが、感謝感動でした。年少さん達は『Happiness』という曲の踊りを披露したんですが、みんなしっかり踊っていて、いっぱい練習したんだな〜と感動したとともに、これを教える先生たちはホントすごいと思いました。40人くらいの3〜4歳の園児に、同じ目標に向かって指導してしっかりと目標達成させているなんて、見習う事しかなかったです。そして長女いわく、担当のノリコ先生は「いつも優しく笑顔」で大好きなんだそうです。私もそんな存在になれるようにがんばりたいと思いついハッピーな気分になりました。デコ帽子を毎晩がんばって作成してくれた妻にも感謝したいと思います♪



えびすの通信



みなさんこんにちは！新年あけましておめでとうございます。いかがお過ごしでしょうか？ 前回水泳がダイエットに良いとして、海に行っておりましたが、水泳ダイエットは挫折しました…。もう何度目かわかりません。なんでも3カ月続けば習慣になると言いますが、そもそも3日坊主にすらならない現状にネガティブになってしまいます…。ですが、やってない自分とやった自分では1日だけでも違うはず！と信じて今度は通勤を車から自転車に変えてダイエットだ！ということで自転車を買ってみました。下田の街で自転車に乗っている私が見かけたら「お、まだ続けている！」と思ってもらえればうれしいです！…今度は続くといいなあ…。



進士さんのつぶやき

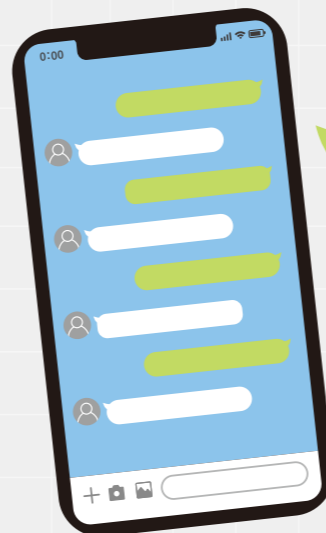


明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い致します。今回は、進士家に来て3年目を迎えた柴犬のサクラ(3歳になったばかりの女の子)をご紹介します。柴犬と言えば黒や茶色が定番かと思いますが、我が家の柴犬は黒と茶と白が入り混じった、少し珍しい毛色をしています。お散歩が大好きで外に出たがるのですが、連れて行ってもすぐに家に帰りがたってしまうインドア派だったりします。お散歩中に他のワンちゃんに行き会ったり、私の後ろに隠れてしまう、なんて内気なところもとっても可愛いです。寒い日が続きますが、サクラとのお散歩これからも楽しみたいと思います！



みらいほけんからのお知らせ

耳より情報のご紹介!!



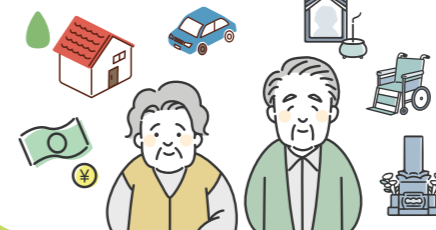
みらいほけん公式LINEアカウントにご登録いただきました皆さまに、耳よりな情報を定期的に配信していきます。今回はLINEで配信した情報を、みらい通信でもご紹介したいと思います！

title エンディングノートに世代は関係ない 終わりを意識することはより良く生きることに繋がる

『エンディングノート』ってご存じですか？

名前は知っていても実際に中身を見たことがない方は多いのではないでしょうか。エンディングノートは、自分の最期に備えるだけでなく今の自分を見つめることにも役立ちます。

エンディングノートとは、自分自身について書き綴ることから始まります。名前、生年月日などの基本情報から、思い出の映画や好きな曲。これからやっておきたい事を書いてみるのも良いですし、大切な人へのメッセージや、誰に何を残したいかを考える良い機会にもなります。さらに今受けている医療の状況や、望む医療措置、どんな葬儀を望むか、また財産の一覧とそれを扱う金融機関などの情報も書き込むことができます。



死は誰にでも訪れるものです。エンディングノートを書くことは、自分の人生をより良く生きようという意志を固めることにもつながると思います。これを機に、エンディングノートを作成してみたいかでしょうか？



title 認知症ってどんな病気？

「認知症」というと、どんなイメージをお持ちでしょうか？



“怖い”、“なったら最後”、“すぐに介護が必要”…そんなイメージがあるかもしれませんが、実は必ずしもそうではありません。認知症とは、脳の病気や障害など様々な原因により認知機能が低下してしまい、日常生活全般に支障がでてくる状態をいいます。自分や家族が認知症なのは？と不安を抱える方も増えているかと思いますが、認知症は早期発見と正しい理解があれば、必要以上に恐れることなくしっかりと向き合う事ができ、予防・早期発見・援助につなげることができます。

NTTコミュニケーションズさんが運営している【脳の健康チェックフリーダイヤル】は、認知機能の変化をその場ですぐにカンタンに検知し、早期の医療機関受診・診断が可能となるように、発話内容(年齢/日付)と声の質を元に、AIが脳の健康度合を測定することができるサービスです。電話の声だけでAIが判定してくれるなんてすごいですね。詳しくはNTTコミュニケーションズ【脳の健康チェックフリーダイヤル】のホームページをご覧ください。



皆さまに喜んでいただける内容を配信しています！ぜひ登録をお願いいたします(ω^ω)



LINE 公式アカウント
友だち募集中

みらいほけん
@089hpuvr

