

読者のみなさんでつくる

みんなの 広場

「身近な出来事やイラスト」

「テーマトーク」募集中!

娘の成長

県外で暮らす娘は、仕事が多忙で大変な様子。一緒にいた思春期の頃は私とケンカばかりでしたが、今は「お母さんを幸せにするには、自分が幸せでないといけな。だから今、頑張る」と、奮い立たせているようです。頑張り過ぎないでと心配ですが、成長ぶりに感動しました。今となつては、いろいろあって良かったかな?

野々市市 よつちゃん



金沢市 Y・D



内灘町 よこえみ

れんこん汁

36年前、長男を出産したとき、今は亡き母親が「母乳が出るように」と、毎日れんこんをすりおろし、みそ汁を作って食べさせてくれました。時は流れて11年前、娘の出産のとき。私も母と同じようにれんこんを買い求め、毎日れんこんみそ汁を食べさせました。しかし結果は私も娘も母乳はほとんど出ず、99%粉ミルクのお世話になりました。

能登町 花子ママ

食生活改善

昨年秋から食生活改善を始めました。コープのチラシも毎回、カロリーと塩分を確認。栄養バランスを調整しながら3食しっかり食べていたら体重や体脂肪も減り、体調も良い感じ!夫も健康診断の腹囲測定でメタボから標準値範囲にサイズダウンしました。適正に食べるって大事ですね。

宝達志水町 ちょこすけ

防災セット

1月の大雪で断水の恐れがあったわが家。なんとか断水の危機は回避できたものの、もし断水していたらと考えると防災セットの準備は早めに行なければ!と思いました。断水の恐れありと言われるとどこの店に行っても水は売り切れ。小さい子どももいるので何かあったときの備えはきちんとしておかなければ!今年目標にします!

七尾市 れもん

貴重な生け花

2月号にれんこんの成長過程が記載されていました。昨年、れんこんの葉と花を使って生け花体験をした際、先生から同じような成長の絵をホワイトボードに描いて教えていただいた様子を思い出しました。葉がれんこんの収穫には重要なので、生産者の協力のおかげで生け花教室ができた...。今回の記事を見て大変ご苦労で生産されていることを知り、改めて貴重な体験をさせてもらえて感慨深いと思いました。

七尾市 シモンちゃん

テーマトーク

今月は

春

妻が出産予定

この春に初めての子どもが生まれます。僕も春生まれで春の季節が大好きです。子どもと一緒に春の季節を毎年楽しみたいなって思っています。出産を予定している病院では子どもが生まれても夫の面会が退院までできないと言われており少し切ないですが、春までにそういったことも緩和されていたらいいなと切に願っています。

金沢市 とおる



能登町 K・K

新しい楽しみ

昨年の春のこと。新聞で能登鹿島駅の桜の記事を見た夫が、突然、鹿島へ桜を見に行くと言い出しました。普段、出不精な夫の誘いに驚き

つつ、夫婦で出掛けた桜の見事だったこと。以来、花桃、藤、水芭蕉と、あちこち出掛けるように。一緒に花を見るなんて2人が退職したからこそ。春の訪れがもたらしてくれた新しい楽しみです。

小松市 ままうさ

裏切らないで!

春。いよいよ初孫が小学校に入学します。昨年、全面リフォームした際に、リビングに今流行りのスタディカウンターを造作しました。今は、ちゃんとそこで宿題をしてくれるのか、その横に作ったランドセル置き場はきれいに使ってくれるのか、設計提案をしたばあばを裏切らないで!と願っています。

小松市 いぬっち

再び春が

1月に68歳になった。仕事も6月に辞めることを上司に伝えて今はホッとしている。デイサービスでの仕事は緊張も気遣いもあるが、楽しいことがたくさんあり、若ければもっと続けたいと思う。年齢的には人生の晩秋かもしれないが、私には再び春が来る気分で何からしようとワクワクです。元気がなにより。

かほく市 ジャムリン



能美市 コテツ

さくら

桜の満開の時期に飛騨高山へ行ったときのこと。JR高山駅の裏に車を止め、線路の上の高架橋を渡っているとき、森山直太朗の「さくら」が流れてきました。下を見ると、何本もの線路。高山の若者がこの線路の先の未来に向かって旅立つのかと思うと、思わず「頑張れ」とエールを送りたくなりました。満開の桜と「さくら」のメロディー。忘れられないワンシーンでした。

加賀市 おたまま

次回のテーマトークのお題は

けんかつ
験担ぎ



くみかつレポーターによる活動報告



地域協議会行事の報告
「くみかつブログ」はコチラ



南加賀地域協議会

「Zoomでキムチ作り」



Zoom開催

開催日 2月10日(金)
参加者 10名

講師 堺共同漬物株式会社 染井 一郎氏
コーライ食品株式会社 永田 千恵氏

南加賀地域協議会のキツネです。前半は免疫が大切な今、発酵食品であるキムチもいかが?なお話であるとか、商品のこだわりとか、興味深いお話を伺いました。そしてメインの調理!リアルタイムで手元のアップ映像を見て。質問をすればすぐに実演してくださるフレキシビリティ!他にも豚キムチの作り方を教わり、まあ、おいしそうたら、レンジでできるスープも教わりましたよ!

能登地域協議会

「オリジナルの保湿クリームを作ろう」



Zoom開催

開催日 2月8日(水)
参加者 13名

講師 石原 千春氏(教え合い講師)

こんにちは。能登地域協議会のnaluluです。保湿クリーム作りでは血液の流れを良くしてむくみを取る「スッキリクリーム」と、女性ホルモンを整える「お守りクリーム」の2種類。閉経後も微量に出ているホルモンを整えることが大事だそうです!参加してくださった方からも「アロマの香りに癒やされて楽しい時間でした」と喜んでいただけました♡



75歳の私

書き人 西野フーミー

まど トラいあんぐる
モニターによるエッセイ



白山山自然解説員の夫(79歳)が、11月に急遽15日間入院し、ペースメーカーで生還。一昔前なら、と思うと涙した。私たちの出会いは昭和中期大ブームの社交ダンス。その後主人を先頭に子3人と私と一列で登山スキーをしたのが懐かしい。3人目が受験の頃、48歳で一念発起。仕事をしながら月2回、週末夜行バス東京通学で社交ダンスのプロ合格。69歳までアルゼンチンタンゴ舞踊団の男役で多数出演する。あの子は米国の美大で世界的な動物画アーティストに。帰国後、金沢で活躍中だ。50代で教室開設し、生徒と皆で本多の森ホールの骨髄バンクコンサートに15年出演し、感謝状をいただく。60歳から3つのボランティアに参加し、金沢市健康推進委員、小学校で読み聞かせ、21世紀美術館クルーズ、クルーも14年目。今75歳。認知症予防に生協さんのお付き合いを大事にしながら夫と無理せずゆつくりと8羽のマジシャン用白鳩と共に。今日も自転車で出前レッスンの家へ向かう。