

ちょっと... ひといき!

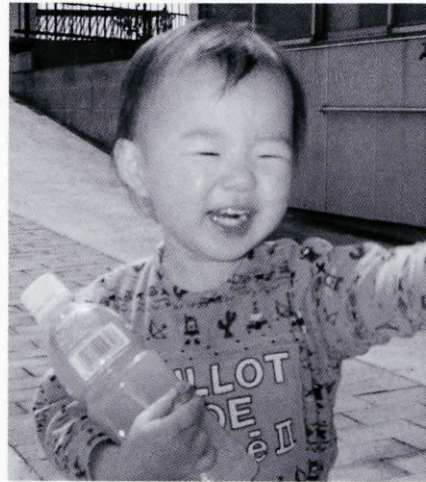
保健婦タイム



わが家のアイドル

歯みがき大好き!

(母・美和子)



藤永 海里ちゃん (駒通)
平成10年7月17日生

保健ミニ知識 介護者の健康のために

介護は、大変なエネルギーを必要とする重労働です。また、それはいつまで続くか分かりません。
つい、自分の健康を後回しにしていますか。介護疲れで倒れてしまわないため、介護の心構えをいくつかご紹介しましょう。

- ①ゆとりの心を忘れないようにしましょう。
- ②ひとりで頑張りすぎないようにします。(家族や親戚などが関わっている人みんなが協力し、介護の負担を分散します。)
- ③出来る限り上手に手を抜く(無理をしないようにします。)
- ④公的介護保険制度を上手に利用します。
- ⑤ひとりで悩まずに誰かに相談します。



ふるさと油谷町の想い



★ふるさと油谷町の思い出
現在、都会に住んでいる為か一番ふるさとの自然が思い浮かびます。特に、夜空一杯の星は決して見ることも出来ない自然の産物だと思います。油谷町に住んでいる時には、何の興味を持たずに眺めていたのですが、都会ではなかなか経験出来ないもので、田舎

舎の自然のすばらしさを痛感します。これからも、自然の豊かな油谷町であつてもらいたいと思います。

★変わりゆく油谷町

油谷町を離れて十八年が経過しました。時々(二年に一回くらい)帰省するのですが、新設された文化会館や整備された道路など変貌ぶりに驚いています。特に、楊貴妃の里にはちよつと驚かされた記憶があります。

★ふるさと油谷町に期待!

現在、私は医療施設に勤務している関係で、医療、福祉について非常に興味があります。

大阪府高槻市在住
清水 啓史さん
(旧住所・新別名)

す。近年、心臓移植などの最先端医療、また、四月より導入される介護保険制度など医療も福祉関係も大きく変わろうとしています。その中で、これからの高齢化社会を考えた、高齢者や障害者を対象とした福祉関連施設の充実や専門職従事者の導入など、近隣にはないような福祉の充実した町づくりが必要ではないかと考えます。
今後、油谷町が何を目的にし変化していくのか、行政の手腕にかかっているように思います。これからの油谷町の発展を期待しています。

文 芸

油谷俳壇

矢の如き光陰青き踏む間にも
青き踏む音に人の性生る
青き踏む一歩一歩に心満ち
青き踏む余生に心芽ぶきたる
芽柳の池にとどきて影にふれ
無碍光に寺院のぬくし春彼岸
園見らに台地は広く草萌ゆる
白魚や皿の絵柄を乱さざり

油谷短歌会

中川 和行 集魚灯消して帰路の舵をとる冬の星座は黒雲
古川 鰻生 の中 藤岡 豊
藤永千鶴子 梅の香と共に訪い来し友はまた庭にもどりて
有田マサ子 花を愛で佇つ 光村 五枝
岡本 月鼓 野も山も汚れは見えぬ銀世界ふた足三足跡つ
吉村 節子 けてみる 福田よし子
飯田 孤涯 わが浦の明日の時化とは知らずごと入江に遊
藤田石灯子 ぶあまたなる鴨 市村 融子
ジヨウビタキ「何をやるの」と問うように草
引くわれの手許で遊ぶ 小野 弘子
病室の窓辺見下ろす坂の道ゆつたりと春の光
は宿る 北野久美子

