

# 田中支部ニュース 9月号 2024年

## おしゃべりカフェで美味しい食事と楽しい会話

7月のカフェでは「五穀米ご飯、バンバンジー、かきたま汁、しょうゆ豆、鶏皮とピーマンの炒め煮、水羊羹」というメニューでした。どれも美味しくてしかも栄養たっぷり、捨てる



物がない位、全部の材料を使い切る献立です。料理の準備も皆でするので料理も学べて一石二鳥どころか三鳥くらいだなあと思いました。

美味しい食事の後は、フレイル予防のコグニサイズという頭と体を使う体操です。体を動かし、声も出し、脳も使ってできる楽しい体操でした。

是非、田中の皆様、9月の第4金曜日 11時に田中公民館へお越しくださいませ。一緒に楽しみましょう！

## 平和行進とピースカフェ

6月21日曇り空の中を三木町役場から協同病院までの平和行進です。私たち田中支部の2人はそこまでは無理なので高田駅まで歩きました。原水爆禁止を、そして平和を訴えて広島まで各地からのリレー行進です。疲れましたが、沿道の方が手を振って応援してくださったことが心に残っています。



そして、7月29日には三木診療所でピースカフェを開きました。1945年7月4日の高松空襲を、絵本とDVDにした杉村智子さんのお話を聴きました。絵本は空襲を



体験した方々の話を絵にしたものですが「B29はこんな風には飛んでこなかった」とのダメだしで何度も描き直したり、その当時の写真や資料を探して描いたとかの苦労話も話してくださいました。特に、防空壕に逃げた人々が蒸し焼き状態になった話では戦争の悲惨さに涙が出ました。DVDは診療所にあるのでご覧になりたい方は診療所へどうぞ。

11月30日健康祭りです。田中支部はおはぎを売ります。是非

おいで下さいませ。