



「今日も雨降らなかったなあ...畑に水やらないとなあ。」と、隣の席の兵庫さんが雨を待ち望んだ梅雨の時季も過ぎ、きゅうりやトマトがたくさんなりはじめた夏がやってきました。米沢では、大きく育ちすぎたきゅうりを煮て食べますが、川西町育ちの井上は、初めきゅうりを煮ることにとてもビックリしました。今ではすっかりきゅうりの煮物のファンになりましたが(^ー^o)冷やして食べると美味しいので、暑い夏には体を冷やしてくれてオススメです。ぜひ皆さんも食べてみて下さいね!!

おすすめ!!

道の駅特集(村山編)

山形県内には現在21の「道の駅」があります。
今回は村山地域(4ヶ所)を紹介いたします。
個性豊かな「道の駅」に出かけてみませんか!!



①あさひまち
「りんごの森」
西村山郡朝日町
大字和合字北又
2724
☎0237-85-0623

いろいろあっから、
行ってみっぺ!

りんごと7インの里

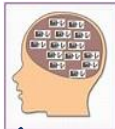
②おおえ
西村山郡大江町大字藤田218-1
☎0237-62-5845
最上川舟運の歴史とロマンの町



③むらやま
村山市大字楯岡7635-1
☎0237-55-7100
そば・バラ・
徳内ばやしのみち

④尾花沢「花笠の里」
尾花沢市芹沢1195-1
☎0237-24-3535
雪とスイカと花笠のみち

心をほぐすなぞなぞ LET'S! 脳トレ



今回は、花や夏にちなんだ“なぞなぞ”に挑戦してみましょう!

- ①冷蔵庫に入れてから飾るときれいだと言われている花は?
- ②わりと退屈な人の家の前に咲いた花は?
- ③それぞれ、インコ、猫、金魚のペットが死にそうになったが、助けることができたのはな~に?
- ④頭から入って頭から出たり、足から入って肩から出たりする場所は?
- ⑤寒くなるとあつくなり、あつくなるとうすくなるものな~に?
- ⑥ふるさとに帰ってきた人が最初に見る花は?
- ⑦毎度、毎度というわけではないが、オマケしてくれるようにねぎりたくなるものは?



“まちのお地蔵さん” (健康一口メモ)

やまいと共に生きる健康に生きる—不要不急 Dr.小林 恒司

「不要不急」という言葉について我々はあらためて考えさせられました。自分の今やっていることは「不要不急」に過ぎないのではないかと疑問にとらわれた人も少なくなかったでしょう。一方、本当に重要で必要なこととは何かについて考えをめぐらせた人も少なくなかったことでしょう。

被災地で傾聴をしていて、気になったのは、心身の不調のためにたくさんのお薬が処方されてかえって具合を悪くしているのではないかとと思われることが多々あったことです。ここだけの話ですが、自分の判断でこの薬は飲まなくていいとアドバイスし、結果ほとんどの人の体調がよくなっていったことを思い出します。被災地における心身の不調に対して、投薬するだけの医療が「要」であり「急」であったのか今でも疑問に思っています。コロナの二次感染を恐れるがゆえに病院受診を控える。その控えられてしまう医療が本当に「要」であり「急」なのか立ち止まって考えてみる必要があるとも思います。

一方切実だったのは、依存症などの病気の人々の自助グループのミーティングがコロナ禍の中でできなくなってしまったことです。ネット上でのミーティングも行われていましたが、「ネット上に神はいない」という言葉でその限界を彼らは表現していました。今ミーティングは再開されて、その「要」であり「急」であることを再確認していました。言葉に自分の真実を込めて語るというそして他者のそれをきくというただそれだけのことのおかげがえのなさに気が付いて、もう迷うことはないでしょう。それはすべての人にとっての教訓でもあります。

私も自分の日々行っている診察が「要」にかなうように、ただ真実をかたりただ真実をききたいと思いました。

7月イベントの予定

日	月	火	水	木	金	土
※7月、8月のきっさ万世は中止となっております。 ※福島県相談窓口 毎月第1・第3水曜日 10:00～12:00 万世コミュニティセンター内(7月は中止) 13:30～15:00 置賜総合文化センター内(再開) ※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止する場合がございますので、お問い合わせの上よりしくお願いいたします。			1 きっさ万世 (中止)	2 福島市役所相談窓口 10:00～15:00 置賜総合文化センター	3 138億光年宇宙の旅へ出発 19:00～20:30 米沢市上杉博物館	4
5	6	7	8 きっさ万世 (中止)	9	10	11
12 パソコンであそぼう ①15:00～15:25 ②15:30～16:00 米沢市児童会館 色とあそぼう 10:00～11:30 米沢市上杉博物館	13 マザーズお仕事相談会 ①セミナー(要予約) 10:30～12:00 ②個別相談(予約不要) 12:00～14:00	14	15 きっさ万世 (中止)	16	17	18 たけの子父ちゃんの会 バルーン壁画アート 9:00～16:00 あおぞら館
19	20	21 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">  <p>生活支援相談員 企画イベント</p> <p>7/21(火) サロンこの指と〜まれっ! 「ひょうたんランプ作り」 10:00～13:00 置賜総合文化センター</p> </div>	22 きっさ万世 (中止)	23 海の日	24 スポーツの日	25
26 ハニカムシートで 宇宙モビルを作ろう 13:30～16:00 米沢市上杉博物館	27	28 たけの子とがり隊 キャンプ・カヌー体験 2泊3日 あおぞら館	29 たけの子とがり隊 キャンプ・カヌー体験 2泊3日 あおぞら館 きっさ万世 (中止)	30 たけの子とがり隊 キャンプ・カヌー体験 2泊3日 あおぞら館	31	

☆上記予定は申込みや参加費等が必要なものもあります。

詳しくは 米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせ下さい。 TEL 0238-24-7881

編集後記

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度の避難者支援事業『ほっこり温泉・スマイル・サロン』が延期の状況です。

皆さん、楽しみにしていると思いますが、終息後には、直ちに再開の準備で動いていますので、是非参加を

島