



少しでもできれば

西区上野芝町

増尾 拓哉 (32歳)

コロナ禍でも感染対策しながら、支部のサークル活動が少しでもできればいいですね。応援しています。

ジワジワと

大阪市住吉区

岩見 智美 (56歳)

コロナ、異常気象...いろいろな影響でジワジワと物価上昇。給料は増えないのに辛いです。

日々難しさを

西区家原寺町

角野 元美 (66歳)

ゴミの出し方に、日々難しさを感じます。生ゴミだけではなく、プラスチックの入った袋でも、カラスがやぶっているのを見かけます。収集してくださる方に迷惑をかけるないように、しっかり洗いや乾燥させて出したいものです。



柿本 初野

もっと容易に

西区浜寺石津町中

松尾 徳則

小児科に対するインフルエンザのワクチン接種が、ワクチンの供給が少なく、予約終了の病院が多い。もっと容易に、予約が取れないものでしょうか？

毎号拝読

西区草部

倉崎 仁治 (77歳)

毎号拝読、楽しませていただいています！お便りも、いろいろな年代の方々の意見もわかり、特に高齢の人たちの考えに共感を覚えます。私も高齢ですから！

引き続き発行を

堺区西区浜寺石津町東

山崎 久美子 (52歳)

年齢とともに身体のとが気になるようになって、この「ともし」がすぐく役に立っています。これから友の会会員のために、引き続き発行、よろしくお願い致します！

一日も早く終焉を

堺区霞ヶ丘町

新谷 啓介 (78歳)

妻が、緩和ケアでポラントピアをしています。コロナです。コロナがこのまま一日も早く終焉して、歌いに行つて、元気を皆様へ！

食べ過ぎに注意

岸和田市下松町

松阪 道雄 (63歳)

食欲の秋です。食べ過ぎに注意したいと思えます。



長尾 加代

怒っている

和泉市今福町

西村 珠榮 (73歳)

今、週1〜2回のリハビリで整形外科クリニックに通院中で、「75歳になつたら、今の半分の治療費でいけるか」と思っていたのに、何とこのことを？現役世代のとき、イヤというほど、税金やら、保険料とか引かれたのに、収入激減の今になって、何と恐ろしいことを考えるもんだ。私は怒っている！

美味しかった

南区新松尾台

喜多 洋子 (77歳)

「私のおすすめ！」簡単レシピの「オクラの豚肉巻き」。私もよく作ります。私は焼肉のたれを絡めますが、めんつゆでも試してみました、美味しかったです。

大阪市内にも

大阪市東住吉区

粕野 亜里 (58歳)

先日、虫歯治療のため、初めて耳原歯科診療所へ行きました。行く前は緊張でドキドキしましたが、全体の雰囲気がとても良くて、満足できました。「私に（特に一人暮らしで身体が不自由）ともあつていいるんだなあ」と思いました。難点は、遠いところです。「大阪市内にもこんないいところがないかなあ」と思いました。

当たれば...

西区鳳北町

大嶋 幹夫 (69歳)

初めて応募します。当たれば、病みつきになるかも？

ホッと

北区金岡町

速水 英子 (74歳)

新金岡支部で、世話をさせて貰っています。友の会のサークル活動にはほとんど参加していません。コロナで長く活動ができませんでしたが、やっと再開できて皆さんと会え、おしゃべりしました。みんな、体調を気遣い、近況を報告しあい、ホッとしていました。「やっぱり友の家、憩いの場は必要だなあ」と感じました。

平穏な日常はいつ

高石市加茂

的場 佳代 (49歳)

早いもので、2021年も残り1カ月となりました。コロナに振り回された1年でした。平穏な日常はいつ戻るのでしょうか？

来年はできる？

堺区永代町

山本 節美 (62歳)

ワクチン接種の成果か、感染者が減少してきていますが、年末年始が心配です。私の高校の還暦同窓会ですが、2年延期になっています。みんなの元気な顔が見たいですね。来年はできるかな？

平和な日々が

西区鳳東町

堀川 宗彦 (60歳)

11月に入り、各地でイベントの開催が始まりました。この2年間は、中止の文字を多く目にし、楽しみもなく耐えてきました。コロナで長くボランティアに行けません。どうか平和な日々が続きますように。

声かけしてみよう

高石市取石

橋本 春美 (68歳)

久しぶりに、クロスワードに挑戦。答えが先に出したのに埋まらず：埋まった時の達成感！「お便り」欄に知り合いが二人！一人は近所の方、あいさつ程度しかしていませんが、会ったら声かけしてみようかな？

煮、早速作りま〜す。

堺区永代町

森本美智子



森本美智子

会えていない友人に

北区東浅香山町

稲井 由香子 (49歳)

今回もクロスワードクイズの答え、送ります。会えていない友人にも「載ってるの、見たよ」と指摘されています。

世界遺産なのに

p子

11月号の「聴診器」を見て、仁徳天皇陵から二

頼りに

西区上野芝町

細川 浩子 (78歳)

「おすすめ！簡単レシピ」この年になりますと、こんなレシピがありがたいです。今後とも頼りにしています。

思わず鼻を近づけ

南区庭代台

林 順子 (76歳)

巻き爪がやっと治り、歩けるようになりました。近くの遊歩道を歩いてみると、ナンキンハゼが真っ赤に紅葉し、キンモクセイが花咲き、匂っているのを見つけた。思わず鼻を近づけ、匂いを思い切り嗅ぎました。

体重、減りました

北区中長尾町

山本 悦司 (59歳)

来年、還暦を迎える年齢になり、毎朝1時間30分をかけて公園内を歩いています。コロナ禍の中から続けて、5kgほど体重が減りました。このまま続けていこうと思えます。

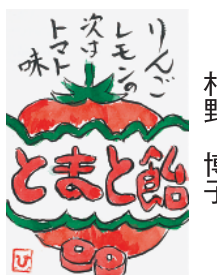
病気、予防法などを

堺区石津町

吉川 理央 (34歳)

この時期から子どもに流行しやすい病気、予防法、注意する点などを載せてほしいです。

村野 博子



これからも

中区深井北町

武田 真里枝 (41歳)

コロナ患者訪問診療、素晴らしいです。これからも安心して医療、頑張ってください。

今年もガマン

高石市千代田

大西 シズ子 (74歳)

紅葉の季節になりました。コロナが終息したら出掛けたいが、今年もガマン、ガマン。

やっと一桁に

北区南花田町

船ヶ迫 節子 (76歳)

堺市内のコロナ感染が、やっと一桁になって、やれやれです。子どもや孫たちもなんとかからずにはホッとしています。でもやっぱり手洗いや、うがいは基本ですね。がんばろう！

誕生日の後に

堺区出島町

鎌苅 輝世 (74歳)

元気で長生きを目標に、毎年、誕生日の後に耳原病院で健診を受けている。今年もA評価で安心!!