

女性部だより

暑い、暑いとにかく暑かったです。大暑が過ぎ立秋が過ぎ初秋。「暑中見舞い」から「残暑見舞い」

「秋のお便り」に挨拶も変わりました。思えば子ども頃は、8月も15日を過ぎる頃には朝夕涼しい風を感じ、暑かった夏とももうすぐお別れだなと感じたものでした。

しかし近年は地球温暖化の影響で気温が上昇して年々暑さも厳しくなっています。

今年も暑さで体調が優れない。蝉取りやプール遊びなどはゲームの世界だけになってしまったのでしょうか。高齢者にとっても今年も過酷でした。

秋なのに暑い～



組合員の皆さんに「熱中症予防策」「夏バテ対策」を聞いてみました。

●6年前夫が亡くなり1人暮らしです。特に私は夏の暑さに弱く毎年夏風邪をひくので健康のため近くの公園まで朝のラジョギングに行っています。今年も、クーラーを27度

に設定し一日中つけっぱなしにして1時から17時までは外出を控えました。

77歳

●13階建てのマンションの9階に住んでいます。冬はさほどきついと感じませんが5月頃から西日が強く差し込みます。7月の全般的は未だ我慢出来ても後半から9月末までは窓を閉め切りクーラーをつけなくてどうにも成りません。経済的にも大変なので去年からよしずすだれを買って西側ベランダに水を撒い(打ち水)ています。効果はあまり期待してはなかったのですが、

かなり暑さを凌げます。びっくりにしています。

●2年前母方の田舎(徳島県)へお盆のお墓参りの際炎天下でずっと周りの草むしりをしていて頭

が痛くなり、めまいもして倒れこんだ事がありました。帽子もかぶっていたのでまさかと思いましたが熱中症の初期の段階だったようです。それから庭掃除やお盆のお墓参りの際は頭にタオルを載せその上に帽子を被ることにしています。(格好は気にせず)

●習い事を3つ掛け持ちしているのでやむを得ず暑いさ中に外出していません。対策としては、先ず風通しの良い帽子、身体を締め付けない服、マイボトル、日傘と鞆の中には塩飴、いざと言う時のスマホ。そしてハンカチよりタオル。

80歳

●食事が大事だと思えます。冷蔵庫の中には、お菓子はプリン、水ようかん、野菜はトマト、きゅうり、レタス他主食は暑いのでのど越しの良いそうめんや冷麺。夫はビールと枝豆があればいいので道を通す。

73歳



73歳

●2年前母方の田舎(徳島県)へお盆のお墓参りの際炎天下でずっと周りの草むしりをしていて頭

が痛くなり、めまいもして倒れこんだ事がありました。帽子もかぶっていたのでまさかと思いましたが熱中症の初期の段階だったようです。それから庭掃除やお盆のお墓参りの際は頭にタオルを載せその上に帽子を被ることにしています。(格好は気にせず)

●習い事を3つ掛け持ちしているのでやむを得ず暑いさ中に外出していません。対策としては、先ず風通しの良い帽子、身体を締め付けない服、マイボトル、日傘と鞆の中には塩飴、いざと言う時のスマホ。そしてハンカチよりタオル。

80歳

●食事が大事だと思えます。冷蔵庫の中には、お菓子はプリン、水ようかん、野菜はトマト、きゅうり、レタス他主食は暑いのでのど越しの良いそうめんや冷麺。夫はビールと枝豆があればいいので道を通す。

78歳

●食事が大事だと思えます。冷蔵庫の中には、お菓子はプリン、水ようかん、野菜はトマト、きゅうり、レタス他主食は暑いのでのど越しの良いそうめんや冷麺。夫はビールと枝豆があればいいので道を通す。

78歳

●食事が大事だと思えます。冷蔵庫の中には、お菓子はプリン、水ようかん、野菜はトマト、きゅうり、レタス他主食は暑いのでのど越しの良いそうめんや冷麺。夫はビールと枝豆があればいいので道を通す。

78歳

●食事が大事だと思えます。冷蔵庫の中には、お菓子はプリン、水ようかん、野菜はトマト、きゅうり、レタス他主食は暑いのでのど越しの良いそうめんや冷麺。夫はビールと枝豆があればいいので道を通す。

78歳

新しい役員さんをご紹介します!

昨年より活発な意見を出し合う委員会に出席させて頂き、部長、先輩役員さんの仲間思いの進め方、知恵を出して総会&バザーの取り組み準備などを通し私も元気になります。箕面支部は、約170人の組合員がいます。5つあるサークル活動でも仲間増やしを目指します。まだまだ学ばずがいろいろの私ですが宜しくお願いします。

71歳

箕面支部
桑畑 京子

お知らせ

第3回女性部委員会

9月17日(水) 13時30分

グリーン会館6階

宣伝行動は休止

第31回近畿ブロック

女性の集いin大阪

日付・令和7年10月15日(水)

時間・13時開始/15時45分

場所・メイシアター中ホール

阪急千里線吹田駅西口改札

徒歩2分

オプショナルツアー参加者

10時に八軒屋浜船着き場集合

10時30分

アクアライナーに乗船

時25分下船しメイシアターへ

★地下鉄谷町線天満橋→南森町

下車→阪急千里線北千里行→

吹田西口改札 徒歩2分

12時15分昼食控室

12時30分受付開始

13時開会

プログラム

(オープニング)沖縄三線・

牧志徳さん他

記念講演(中田 進氏)

府県交流・号笛合唱・閉会

詳しくはチラシ参照

9月30日×切

しくお願ひ致します。

宜