横須賀市WEB介護予防教室は
こちら

心が温まる話で
ホッとする時間
を持とう

おうちで簡単シリーズ 17

元気を維持するこころ

心が温まるお話編

バスの運転手さん

私たちが乗車する時に「足元に気をつけてください」、降車時には「お気をつけて、お降りになったら自転車に気をつけて下さい」と声をかけてくれました。心の中はとっても温かく「ありがとうございます」と言いバスを降りました。

トラックの運転手さん

車で国道を走行中、タイヤ交換しなければならなくなり、夜道での作業に四苦八苦していると、手元にヘッドライトを当ててくれる大型トラック車が。作業を無事終了すると、見届けたというように走り去っていきました。ありがとう！

さわやかな男性

道に迷った時、通りがかりの男性が「お困りの様子ですが大丈夫ですか？」と声をかけてくれた。事情を話すと男性は親切に目的地の近くまで案内してくれた。会社に戻る途中の男性にお礼を言うと、「気にしないで下さい。お陰で歩数が稼げました。」と歩数計を見せると駅の方に戻っていった。

忘れぬもらい風呂

東京大空襲で焼け出されて親子４人、裸一貫で疎開した。小屋を借りて住み、水道も風呂もなく豆電球といろりだけの貧乏暮らしだった。小学生の私と兄、両親の４人を、すぐ上に住む A さんはいつもお風呂に入れてくれた。自分の家も大家族で大変だったと思う。当時のことを思い出すと涙が出る。心の中でいつもありがとうと言っている。いつまでも決して忘れぬ「もらい風呂」だ。

横須賀市 健康部健康増進課 介護予防担当 TEL ８２２－８１３５