

自分らしい 生き方

「最近、外出するのが億劫おっくうになってしまった。
昔はみんなで、時間も忘れてようけ喋ってあったのに」

「だんだんおじいちゃん、元気なくなってきた気がするわ。
これからみかんも忙しなるし、
ヘルパーさんに来てもらう方が…」

あなたがあなたらしく
あなたの家族があなたの家族らしく生きるために
自分にできることはなんでしょうか。

