

毘沙門台支部ニュース

お問い合わせは、こちらまで・・・

支部長 速山 879-2859	支部役員 高橋 879-0695
支部役員：跡野 876-0215	会 計 本田 876-0049
支部役員：大谷 879-0737	理 事：伊藤 879-2384
支部役員：田中 879-4930	組織部：谷水 879-8124

暑い夏がやって来ました。水分はこまめに取ると、脱水予防だけでなく、認知症予防にもなるそうです。

<班会・行事予定>

- 7/2 (月) 機関紙仕分け 東集会所
10:00～認定看護師さん指導 (むせ予防、嚥下訓練)
どなたでもご参加ください。
- 7/5 (木) 芝桜班班会 (ストレッチ体操) 11:00～ 東集会所
- 7/11 (水) 外来コーナー
- 7/21 (土) 若返り体操 9:30～ 東集会所
- 7/26 (木) 外来コーナー



6/4 介護保険の学習会を開催
65才以上が高齢者として保険適用になる
サービスを利用するには
① 申請する (区役所、地域包括支援センター)
② 認定調査 (聞き取り)
③ 主治医意見書
④ 要介護認定となりサービスを受けられる
色々な施設利用や福祉用具も借りられます。しかし利用料が入ります。やはり社会保障に対する国の支援を!!
国へ声を出さないといけないネとの感想でした

かがやく

7/7 セタウオーキング 11:00 集合
袋町公園出発 弁当代 600円

7/19 支部役員会議 9:00～

伊藤 ☎879-2384 加川 ☎878-1245 福井 ☎878-3808
武田 ☎877-3659 木坂 ☎878-3495 新谷 ☎878-2115
みんなで老後を考える会 安東支部



=コープ共立歯科便り=

「お口の健康」口の健康を守り、“噛む力”を維持しよう。噛むことで脳を刺激して認知症予防になり唾液の分泌がよくなって、発がん物質の作用を弱める効果があります。



『毘沙門台学区社会福祉協議会』

6/14 福祉のまちづくりプラン策定委員が第1回の集まりを持ち、これからの予定を4つの分科会に分かれて決めました。これから毎月皆さんの要求などを集めていきます。

大腸がん検診を受けましょう!

昨年は支部の受診者 94名
地域健診受診者 46名でした
今年はいっと大幅に上げたいですね。この検査は便に含まれた血液が採便棒が触れないと反応しません。毎年受けることで判定確率が高くなります。毎年一回は受診しましょう。70才以上は無料 (ポイントつきます)

早期に発見して
命を救おう!

受診券・問診票を忘れず同封を!

俳句
エンディングノート書けよと
青葉木菟
借景の山の青さや
未草



先月の俳句の作者は N・Mさんでした。
訂正し、お詫びいたします

皆さん、傑作の俳句をお待ちしています。

S・Y

無理なくできる
全身体操です



若返り体操
毎月第3土曜日 9:45～11:00 毘沙門台東集会所
(会費300円) 7月 21日(土)

ストレッチサークル「月下美人」
毎週金曜日 20:00～21:00 毘沙門台集会所
毎月4回で2500円の会費です

いきいき★健康倶楽部 (健康づくり講座)
毎月第4木曜日 午前10時～11時
場所: 新共立病院5F セミナールーム

見学・体験してみませんか?
皆さんで誘い合って参加
ください。お待ちしております

初回体験無料チケット

- 「若返り体操」
- 「ストレッチサークル 月下美人」

このチケットを切り取って会場へ
お持ちください。
無料で見学体験できます

氏名