



もっと地域でつながろう!

友の会で、楽しく! いきいき★★!



仲間ふやし元気誌普及進んでいます

10月末の到達数

月間目標	目標数	到達数	残数
地域訪問	120世帯	0世帯	120世帯
大腸がん	36件	4件	32件
仲間ふやし	38世帯	9世帯	29世帯
元気誌	5部	3部	2部

拡大月間も後半に入りまし。前半の仲間ふやしは、昨年同月比で15%まで進みまし。またいつでも元気誌も月間目標達成まであと2部です。11月末日の拡大目標を達したと

友の会イベント

「はなおかCafe」開催します～

日時: 11月16日(水) 11月17日(木) 10時～12時

内容: 健康チェック → 血管年齢測定(有料) 骨密度測定 結果説明

飲み物: 無料



ぜひお立ち寄り下さい

秋の日帰り旅行のお誘い

日時: 11月27日(日)
 行先: 原城温泉 真砂
 参加費: 3500円
 集合場所: 花丘診療所 駐車場
 集合時間: 午前8時45分
 出発時間: 午前9時
 帰着予定: 午後5時

今回の目的地は島原の乱で有名な原城温泉の「真砂」です。温泉にゆったりつかり、具雑煮やお刺身を堪能しましょう。

近くにある「有馬キリシタン遺産記念館」にも立ち寄り見学を予定しています。



第41号
 2016. 11. 1
 発行人
 今道 忍

参加を希望される方は、下記の申し込み書に記入の上、花丘診療所窓口へお出し下さい。
申し込み締め切りは11月17日(木)です。

きりとり

名前	年齢	才
住所		
電話		

秋の青空健康チェック開催しました



晴れか雨かと気をもみつつ「青空健康チェック」を10月26日、チトセピア前広場で開催しました。今回も1時間余りで45名が骨密度や血圧測定を行いました。前回も測定したご夫婦や「私もしてほしい」と関心が高かったです。

♪チョッと知っ得♪



どじょうの鍋物を「柳川鍋」というわけは？

どじょう鍋に使う土鍋を九州柳川産のものが使われたからと意外にもシンプルな理由です。

「柳川鍋」とは、どじょうを割いて、ささがきゴボウと煮合せ卵でとじた料理。中にはどじょうの骨が口内に刺さり嫌だと言う人もいますが、土壌には必須アミノ酸のりんが豊富に含まれていて、スタミナ作りには最高の食べ物です。

ところで、柳川鍋を出している店ののれんに「どぜう」と書かれているのには、いわく因縁がありました。東京浅草、駒形のどじょう屋が看板を頼んだ時、枠内にどじょうの4文字が入らず、省略したものが広まったと言われています。信じますか？



今後のスケジュール

11月8日(火)	午前10:00～	小物づくりサークル
11月9日(水)	午後2:30～	北支部委員会
11月15日(火)	午後2:00～	拡大事務局会議
11月16日(水)	午前10:30～	友の会デイ
11月17日(木)	午前10:30～	友の会デイ
	①午後1:00～ ②午後2:00～	ストレッチサークル
11月22日(火)	午前10:00～ 午後2:00～	小物づくりサークル 拡大事務局会議
11月24日(木)	①午後1:00～ ②午後2:00～	ストレッチサークル
11月29日(火)	午後2:00～	拡大事務局会議
12月3日(土)	午前10:00～	ふれあい食事会
12月8日(木)	①午後1:00～ ②午後2:00～	ストレッチサークル

※12月の折込は第2週の12/13(火)です。

★今月の川柳
三本の 矢尽き折れて
食事付き 雑用係で 細々と
秋が来た

監修 酔蜻蛉

各サークル、折込みは
花丘診療所2F会議室

連絡先：長崎健康友の会北支部
(花丘診療所内)

TEL 848・9171
「編集責任者」：溝浦律子