

東富岡だより



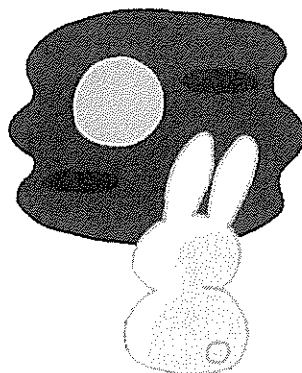
東富岡支部の地域は、下富、中富、中富南です

連絡先：武田（04-2942-4817）

残暑が厳しい毎日ですが、夜になると虫の声が聞こえてきて、秋の気配を感じることができます。熱中症に気をつけながら、夏をのりきっていきたいですね。

2 カ月ぶりの「東富岡だより」、またよろしくお願いいたします。

過ごしやすくなってくる 10 月、下記のように健康まつりを計画しました。皆さまのご参加をお待ちしております。



東富岡支部 健康まつり

日時：2025 年 10 月 9 日（木）13:00 ～15:30（受付 12:30～）

場所：埼玉西協同病院 新館 3 階 会議室

参加費：無料



13:00～14:00

健康チェック：骨密度検査（無料） 握力測定 血圧測定

トルトによる歩行分析 看護師さんによる健康相談

14:10～15:30 学習会 「笑って元気に」 講師：野口久恵さん

講師の野口さんは、一昨年きていただきました。参加された方に大変喜ばれました。また楽しくすごしましょう。

*ミニバザー（ラベンダー細工、手芸品など）あります

*ささやかですが、おみやげを用意いたします

*定員 30 名ですので、事前の申し込みをお願いいたします

お近くの運営委員か、武田（04-2942-4817）まで

*当日、体調が悪い方はご遠慮ください

*マスクの着用をお願いいたします

「くらしサポーター」の制度に命を救われました！

私事ですが、この度「くらしサポーター」の制度で命を救われました。

今年、7月4日の早朝、寝起きに突然倒れて肩の骨を折ってしまいました。10日程入院した後、帰宅しても、日常生活ができず、外にも出ることもできませんでした。その時に利用させて頂いたのが、この制度でした。幸いサポーターの方と生活エリアが一緒だったので、買い物や通院の付き添いなど数回お願いし、生活を保つことができました。現在は外も歩けるようになっていきます。

本当にお世話になり、この制度とサポーターさんに心より感謝しております。

(武田 82才)

イベントのお知らせ

★ところん元気百歳体操

毎週水曜日 13:30～ 西協同病院新館 1階コミュニティルーム「ゆるっと」

予約不要 ＊マスク、飲み物、タオルご持参ください



★ゆるっと市 (野菜をはじめたくさんの品物が並ぶ楽しいバザーです)

9月10日、10月8日(毎月第2水曜日) 10:30～12:30 エコバック
ご持参ください

西協同病院新館 1階コミュニティルーム「ゆるっと」

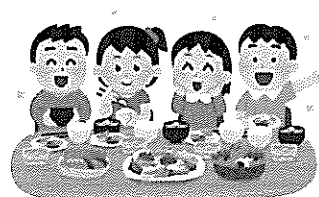
★さんとおめ☆キララ(多世代食堂)ランチ

9月13日、10月11日(毎月第2土曜日) 12:00～13:00

持ち帰りなし、「ゆるっと」での会食です

大人 300円、子ども 100円 先着 50食(要予約)

申し込み:毎月1日から電話受付開始 上村(070-2154-7354)



★つながるカフェ 9月26日、10月24日(毎月第4金曜日) 14:00～15:30

企画: 9月 ポッチャ体験会 8月 リハビリ体操

場所:さんとおめホーム 参加費:100円 予約不要 お気軽にどうぞ

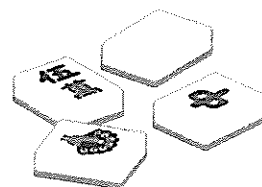


★ゆるっと 麻雀クラブ

9月5日、19日、26日(毎月第1, 3, 4金曜日)

12:45～16:00

場所:「ゆるっと」 参加費:100円



★ パソコン道場

9月4日(毎月第1木曜日) 13:00～16:00

9月18日(毎月第3木曜日) 10:00～13:00 場所:「ゆるっと」

新★スマホ教室 (10月～) 第2・4火曜日 14:00～15:30