

歩こう会 佃島と月島を散策



9月24日(土) 6名 人が入れ食い状態でハの参加で歩こう会を行って歩いていました。

晴天のなか佃島と月島を散策しました。月島駅から5分ほど歩くの漁夫を江戸下降の際と住宅に囲まれた中に大きな銀杏の木があったのが起源で、大坂り、そばに子どもの健やかな成長・長寿延命の守り神として信仰があつた佃天台地蔵尊が上安全・渡航安全の守護神として信仰を集めています。地蔵尊を抜ける川に出る。この時期は、ハゼつりが盛んで2人の地元の釣り食べました。その公園

地域・班 だより

神宮前で食事会

みんなで味わった秋の味覚

9月28日、今年2回目の食事会を行いました。外苑診療所近く、今は留守宅になっている民家を借りて友の会幹事4人が昼食をつくりました。メニューは炊き込みご飯に清し汁、秋刀魚の塩焼



き、ほうれん草のごま和え、季節の果物と漬物です。診療所の近くでひとり暮らしの方に集まって頂いて、昼食を一緒に食べました。声かけは看護師長さんたちがしてくださいました。診療所の職員も加わって14人で賑やかに楽しく、話しもは

地域健康講座開催

9月29日(木)午後2時から「足腰の機能低下をさせないために」

「ころばないようご注意ください」という題で

青空健康チェック

鳩森神社前で



9月29日、すがすがしい秋空の下、はじめて鳩森神社前をお借りして青空健康チェック

をおこないました。屋の1時間でしたが、31人と今までになく大勢の方が受けにこられました。

最近健康ブームといふこともあるのか、

屋の休憩のサラリーマンの方や若いカップルの方など、若い方も目立ちました。「私の血圧はどうですか」「どうしたら痩せられるかしら」など積極的に質問されていたのが印象的でした。

10月5日雨の中外診前で健康チェックを行いました。22名の利用者で友の会入会1名ありました。



無料でって」と女性から好評でした。秋は食べ物と行楽と運動の季節です。紅葉とスポーツを楽しむながら健康づくりを考えたいですね。

看護師 村井麻衣子

外苑診療所で

10月5日雨の中外診前で健康チェックを行いました。22名の利用者で友の会入会1名ありました。



無料でって」と女性から好評でした。秋は食べ物と行楽と運動の季節です。紅葉とスポーツを楽しむながら健康づくりを考えたいですね。

看護師 村井麻衣子

回短時間で効果あるのなら私にも出来る」「この様な企画又やっってください」とうれし

第9回共同墓地慰霊祭

9月25日、第9回共同墓地慰霊祭が、木更津・真福寺で107名が参加して執り行われました。今回は10名の刻銘版は景観に溶け込むように、あくまで祭で遺族・富田憲二さんのあいさつを紹介し



10年ほど前になりました。八田会長から墓碑建立の相談を受け、初めて木更津の広大な丘に立った時、何か凛とした風を感じたことを憶えています。この美しい風景の中で悲しみを乗り越えて、でき

富田憲二

友の会からのお知らせ

ヨーガ教室

▽11月7日・14日・21日・28日の毎週月曜日 時間は午前10時～11時30分

布遊び (手づくり小物)

▽11月30日(水)午後2時

男の料理教室

▽11月26日(土) 6時から 千駄ヶ谷社会教育館

俳句の会

▽11月はお休みです。12月は7日です。

住宅リフォー ム相談会

▽11月はお休みです。次回は12月20日(火)

●転居などで住所が変更される場合は、友の会事務所までご連絡下さい。

すべての行事等の問い合わせ、申し込みなどは、友の会事務局までお願いします。1階待合室の友の会事務局は平日は10時から4時まで、この時間以外は2階広報室で用件をつけたまわります。土曜日、休日はお休みです。

直通番号 (5411) 9589
ファックス (3404) 3421

薬剤師募集中！ 薬剤師さんをご紹介下さい。

株式会社外苑企画商事 本社事務室 ☎03-3402-2108

～どこの病院・診療所・医院の処方箋でもお受けいたします～
いつでもお気軽にご相談下さい。

- たくみ外苑薬局 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-3日本パーティビル 03-3497-5741
- 神宮前薬局 東京都渋谷区神宮前2-15-7大野ビル 03-3404-5990
- つくし薬局 東京都新宿区大久保2-7-12吉住ビル 03-5292-3952
- 在宅支援相談室新宿 (居宅介護支援事業所) 東京都新宿区大久保2-7-1大久保フジビル 03-5155-8420
- わかば薬局 千葉県流山市下花輪409-11 04-7159-8502
- ひばり薬局 千葉県野田市山崎1144-5 04-7122-6819
- ひいらぎ薬局 千葉県松戸市新松戸4-1 047-349-6801
- 江戸川台薬局 千葉県流山市江戸川台西2-141晴光ビル 04-7178-2851
- けやき天王台薬局 千葉県我孫子市柴崎台2-1-7向山第1ビル 04-7181-0006
- 三郷しいの木薬局 埼玉県三郷市田中新田146-23 048-950-6670