

友の会しんぶん



発行 長崎市香焼町501 香焼健康友の会
発行責任者 内野 優美
2013年7月号

日帰り旅行



六月十六日(日)恒例の日帰り旅行を行いました。今回のテーマは「大人の社会科見学in佐賀」です。当日は九州地方、梅雨入りまっただ中の日曜となりましたが、雨は降らず、良い旅行日和となりました。

まずは、大型バスにて佐賀県立宇宙科学館へ。こちらでは宇宙と

地球、佐賀に関することを、科学を通しておもしろく、そして楽しく学ぶことができました。次に、嬉野で昼食をとった後、峰松一清酒造で酒造見学を行いました。こちらは、肥前浜宿の酒蔵通りの入口に位置した有名な蔵です。酒蔵内を社長自らご案内していただき、試飲も行いました。昭和時代をイメージした昔懐かしの部屋も見学。そして、皆さん日本酒、焼酎、お土産などもたくさん購入されました。その後、近くの祐徳稲荷神社の参拝をおこない帰路につきました。当日は会員二十四名、職員三名の参加で、帰りのバス内ではレクリエーションも行い、交流を深めることもでき、とても楽しい旅行になりました。

日帰り旅行の旅程

香焼民診発↓長崎IC↓嬉野IC↓佐賀県立宇宙科学館(見学)↓嬉野(昼食)↓峰松一清酒造(酒蔵見学・試飲)↓祐徳稲荷神社(参拝)↓大村IC↓長崎IC↓香焼民診

園芸クラブ草刈り

五月二十六日(日)香焼健康友の会園芸クラブの草刈りが行われました。診療所の周辺がみちがえるようにきれいに生まれ変わりました。今回は、家庭菜園コーナーを新設し、トマト、きゅうり、オクラの苗などを植えています。収穫が楽しみです！当日、真夏のような日差しの中、汗を流して頑張っていた会員さんや本田所長をはじめ診療所職員の方々お疲れ様でした。(参加人数十三名)



いつせい班会

平成二十五年七月九日梅雨明け後とても蒸し暑い猛暑の中、香焼公民館にて、第一回一斉班会を開催致しました。テーマは本田所長による「脳卒中のはなし」です。

脳卒中の種類や基礎知識、脳卒中になった時の急性症状など、たいへんわかりやすい内容でご説明いただきました。皆さん熱心に聞き入っていらっしやいました。



すくすくと育つゴウヤです

先日、友の会の方にゴウヤの苗を頂きました。育てば日よけにもなるし、ゴーヤもできる。このことで診療所に植えてもらい

ました。一ヶ月もたたないうちに、つるをぐんぐん伸ばしています。ゴーヤ収穫が楽しみです。



香焼健康友の会 今後の予定

★香焼網の目平和行進

8月2日(金) 17時半〜

香焼行政センター駐車場集合

一緒に行進しましょう

★2013年度

保健大学(予定)

十月 二日(水)

十月 九日(水)

十月十六日(水)

診療所よりお知らせ

特定健診(長崎市国民健康保険・後期高齢者の方)はお済みですか?

特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目してこれらの病気のリスクの有無を検査し、リスクがある方の生活習慣をより望ましいものに変えていくための保健指導を受けて頂くことを目的とした健康診査です。年一回の健康チェックにまた、異常の早期発見にご活用下さい。