

# 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  
2014年3月号



三浦さん ・ 川副さん

高齢者すこやか会  
第九回  
が食事会

恒例となりました香焼健康友の会主催の第十二回高齢者すこやか食事会を三月二十三日（日）長崎市香焼公民館にて開催しました。当日は三十名の八十歳以上の会員さんにご参加いただきました。豪華なお弁当とおいしい手作り豚汁に舌鼓をうち、二胡演奏、大正琴、フラダンス、マジックショー、相撲甚句、踊り、最後のプレゼント抽選会等あつという間の二時間でした。

食べきれないほどのごちそうに皆さんにとっても喜んでいただきました。ご協力下さった友の会ボランティアの皆様ありがとうございました。



フラダンスサークルの皆さん



マジックショー



柴原さん ・ 時津さん



相撲甚句会の皆さん



古賀さん ・ 山崎さん

## 友の会班会開催

三月二十六日(水)香焼公民館にて、香焼健康友の会一斉班会を開催しました。テーマは

「歩行の大切さ」なぜ、膝の痛みがおきるのか?」について、大浦針灸センターの吉村穰佑鍼灸師にご講演いただきました。日常の歩行の大切さについて、「下駄の鼻緒を意識して歩く」という事を例に、歩き方や姿勢により体がゆがみ、体の不調につながっていくことについて、とてもわかりやすく説明していただきました。

(参加者二十九名)



## 財政活動のお知らせ

香焼健康友の会では財政活動として布ぞうりの販売をしています。班会開催後飛ぶように売れています。室内のスリッパ代わりに皆さん買つていかれます。一足税込み一三〇〇円です。是非お買い求め下さい。ご購入は診療所受付へお申し出下さい。



## チューリップが満開です

診療所の花壇に今年もチューリップが咲きました。球根植えや草むしりなど園芸サークルを中心にしていただきました皆さんの花を咲かせる事ができました。



## 診療所 掲示板



四月から診療報酬改定により窓口負担が変更されています。また、国民健康保険の方は保険証が新しくなっていますので、ご注意下さい。病院・診療所に受診の際は月に一度受付へ提示をお願い致します。医療費などにかかわる相談も受け付けていますのでお気軽にご相談下さい。

