

# 五十嵐支部発

保健学校無事  
終了しました  
保健委員の仲  
間が増えました

11/4 卒後研修  
は笑いヨガです



ガンバリ  
マシタ

…これからのこと

## …自分ごととして考えてみませんか…

～地域包括センターの方のお話ききました～

自分事として考えてみませんか  
…これからの事…

～高齢で生きることの  
実践と課題～

時/所：10月29日寺尾上町会館  
講師：地域包括支援センター-五十嵐

10/29 五十嵐支部では「みとり師」視聴の前に高齢者としてくらしそして最期を迎えることについてのお話を聞きました。倉沢支部長のレポートです。

■予想を上回る 24名の参加に椅子を補充するなどバタバタしました。男性参加は6名。…「これから人口は減少傾向にあるが独居・高齢化は増加します。地域で暮らしやすく安心して住むには横のつながりがますます大事になります。寺尾上町は自治会もしっかりしているし、つながりもよくできていると見受けられます」と話されました。友の会の活動も一助になっていると少し鼻が高くなった次第です。次回計画している「みとり師」の上映会にも期待されています。

# さかいわ支部発

## ～さかいわ まち歩き VOL.19

■さかいわ支部では渡辺支部長の案内でたびたび、新潟の「まち歩き」を行っています。歴史ある新潟の古跡・古刹・街道などそこで暮らしていた人に思いをはせながら歩きます。今回は旧黒埼町大野でした。会員の岡元さんのレポートから抜粋しました



大野諏訪神社で記念写真

10月28日青山バスセンター10時発…20分着、であつという間の到着。梅八造船所にひかれて旧黒埼町大野です。

…大野諏訪神社周辺はいろいろ見どころ満載。…コダマ薬局の創業地(昔の本店)…広いトイレは有難く今も重宝。漢方医谷井家とともに極貧患者の施策に力を入れた由緒ある赤ひげ先生です…いくつかの小路をめぐり、たたずまいに思いをはせ恵まれた天気と宮澤さんと渡辺さんガイドに感謝の一日でした。

～いきいき活動のご紹介～

### ボランティア求めています

～あなたのお力をお貸し下さい

「明るい医療」などニュースの配布又は  
発送作業

◆ 配布はご自宅の近くの会員さん宅へ  
ポスティング。

◆ 発送作業は、毎月第1木曜日(原則)  
に折り込み・仕分。

所要時間発送作業は約半日です。(お  
弁当もです。)



### 11月予定

○ 9日(水) 幹事会

○ 26日(土)

安達先生講演会(緑ヶ丘自治会)



### サークルのご案内

○編み物 毎週水曜 PM ボラン茶

○ぬいもの 毎週火曜 AM ボラン茶

○絵手紙 毎月第1・3木曜 AM ボラン茶

○ウクレレ 毎週木曜 14時 ボラン茶

○地域の茶の間“よってけ亭”

毎月第1・3水曜 AM ボラン茶

○フラダンス毎月第1・3火曜 PM 小戸田事務所

○山の会 低山を平均毎月1回の日帰り山行

