

# 落合支部だより

第134号

支部長 佐々木 マツエ

健康まちづくりセンター

松岡 明日香

TEL 082-879-8124



## 明けましておめでとうございす

これまで、いろいろ努力してきましたが、今年、あなたは どうなりたいですか？

- ★ 健康で生きたい！
- ★ 新しい何かにチャレンジしたい！
- ★ 断捨離できるぞ！

たのしみとすね。



## 有障ボランティア「たまたとクラブ」

富山医療生活協の報告と受け

1/8に富山医療生活協の理事さんより「たまたとクラブ」の報告と伺いました。  
私は、助け方も、助けられる方も「にたまたとよかつた」と思っています。か、反対の声も聞きました。ボランティアと利用者まよのちユーザーさん力か金銭に思いました。種各両論含め、久々に検討してみたいかと思えるテーマ学習会でした。

## 廃油石鹼

恒例の廃油石鹼作りをしました。今年はずりでの作業で水と油の量を間違えない様にと、少し大変でしたが、牛乳パック30本余りが出来ました。仕事を遅れて来たさんを含め、支部長さんの好意でおいしいトシとおにぎりを買って下さり賑やかなおしゃべりタイムで楽しい時間を過ごしました。暖かい日が続きましたか。無事園利、ホッとしたいです。めあはる生協診療所で1700円で販売します。

## おせつかいおぼさんのうけうり情報



大根が美味しい季節です。滑らかな大根おろしを作る方法は、うろすての道具は、円筒筒くおろすといひです。道具をよく洗う時は、水に浸しておいて、片手から洗うと繊維がきれいに取り除けるそうです。お試しください。

- 薬油せつけん便り
- ・洗剤は！  
シソかよき湯洗いの(くつ)
  - ・お風呂洗い
  - ・食器台所全般、  
食品以外OKです。



## 1月の予定

- ・100歳体操 1/8、15、22、29(毎週火曜日)  
12:30~ 13:30~  
めあはる生協診療所 2F
- ・健康なつて 1/9(水) ショジョ白本店  
10:30~11:30
- 1/25(金) ココ高陽店 14:00~
- ・笑(1)日か 1/23(水) にたまたと集会所  
10:00~12:00

## お知らせ

“こんな夜更けにバケカよ”の映画チケット、1,100円と1,000円で取扱っています。大泉洋主演の筋が面白く、患者役を演じています。1/8公開予定。

## 大腸がん検診は済みましたか？

1/1~1/28までは検査キットを郵送で送れます。早目に検査しましょう  
40才未満 1,600円 70才以上は非課税の人 無料  
40~60才位 400円

※ 1/10(日) 健康づくりセンター 送問合せて下さい。