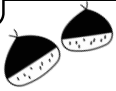


# 中須支部だより

2022. 11

作成 支部役員会  
お問合せ先  
健康まちづくりセンター  
☎879-8124



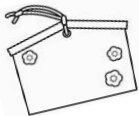
秋も一段と深まり、寒さが身に染みる季節となりました。  
今冬は、新型コロナとインフルエンザの同時流行が懸念されているようです。  
免疫力アップのために、バランスの良い食事を心掛けたり、小春日和の穏やかな日には  
ウォーキングなどの適度な運動も効果があるかもしれませんね。



あゆみ班

## 12月わいわいサロンのお知らせ

- ・ 山中宅 (共立病院西隣の古民家)



### ねこだるまの絵馬飾り

福をどんどん招いてくれそうな、可愛い絵馬飾りです。一緒に作りませんか？  
皆さんのお越しをお待ちしています。

日時 12月3日(土)  
10:00~

- ・ 中須集会所 (中須市営住宅公園内)

### 転倒予防体操と交流会

日時 12月13日(火)  
9:30 ~



いきいきポイント押印  
※コロナ感染や気象状況により中止することもあります

## 今月の脳トレ

小学校で習う漢字の  
難しい読み方だよ。



- ① 論う
- ② 揮う
- ③ 革める
- ④ 弁える
- ⑤ 副える
- ⑥ 谷まる
- ⑦ 存える
- ⑧ 巖か

答え

⑧ 巖か  
⑦ 存える  
⑥ 谷まる  
⑤ 副える  
④ 弁える  
③ 革める  
② 揮う  
① 論う



11月15日は七五三です  
私が持っている千歳飴には  
「元気に育ってほしい」  
「長生きしてほしい」という親の想  
いがこめられているんだって。