

大豆沢仮設住宅だより

第 7 号

平成 24 年 3 月 30 日

発行者 村上

お彼岸もすぎたのに寒い日が続いていますが、皆さん体の調子はいかがですか？
3月5日に岡崎栄養師さんによる、講和と試食会がありましたので紹介します。

◆ 生活習慣を予防するには、

1に運動、2に食事、3にしっかり禁煙、最後に薬、

日本伝統の一汁、三菜の食事をする事が大切なそうです。



◆ 大根コンプロジェクト

運動療法士の■■■■さん、ボランティアの人達による足湯、体操、歌、フロウ千作りなど……
そしておいしいお茶、コーヒー



さあ足湯のはじまりです。



次は、お茶っこ会です。



吉野さんと歌いましょう♪♪♪

◆ 4月の予定

- ・ 陽だまりの会 9日、16日、23日 (10時~12時)
- ・ フロレンス、マッサージ 18日
- ・ 移動図書館かもしか号 25日

◆ 4月の当番医

| 日 | 病院名 | 電話番号 | 病院名 (歯科) | 電話番号 |
|----|-----------|---------|-------------|---------|
| 1 | 滝田医院 | 29-3108 | いわぶち歯科 | 21-3377 |
| 8 | えんどう消化器内科 | 21-1555 | 後藤歯科医院 | 29-3888 |
| 15 | 飯塚眼科医院 | 21-3011 | くまかみ歯科クリニック | 21-1888 |
| 22 | 松原クリニック | 53-1721 | 広田歯科医院 | 56-2767 |
| 29 | いとう耳鼻科 | 21-1333 | 吉田歯科医院 | 54-4566 |
| 30 | 星こどもクリニック | 21-2611 | きかわだ歯科クリニック | 57-1188 |