

西綾瀬だより

西綾瀬在宅
サービスセンター

うつつとうしい梅雨の季節となります。雨の日には雨の楽しみも見つけたいものです。



食中毒の季節でもありません。食品管理には気をつけて、暑い夏に備えて元気な体作りを心がけましょう。じめじめした気持ちは、センターで吹き飛ばしましょう。

《介護教室・介護予防教室のお知らせ》

介護予防教室

「あなたのベスト体重は？」
～理想体重と健康について～

日時： 6月14日(土)
午後1時30分～3時

場所： 西綾瀬在宅サービスセンター
会議室

講師： 足立区地域包括支援センター 西綾瀬
主任介護支援専門員

曾根 久之

参加費： 無料

◎お問い合わせは…

地域包括支援センター西綾瀬
TEL 5681-7650まで



豪華!

「台湾周遊6日間」の旅

今回、私が訪れた台湾は、1949年に蒋介石政権が中国共産党から離れ、ここ台湾に移り今日に至っています。実は5月20日「中華民国」第12代総統が誕生したばかりです。さて、今回の旅の魅力の一つは世界4大博物館のひとつ、故宮博物館の見学です。中国歴代の財宝や古美術品の数々は私達を魅了しています。また、今回は日本企業によって建設された台湾新幹線に乗車することも楽しみの一つでした。

時速300キロで走る新幹線は日本と違い、グリーン車では軽食が出るのです。美人のウェイトルスによって出されるコーヒースは格別美味しいです。

その他、今回は食事にもこだわりました。世界的レストランにも選ばれた人気の店での小籠包やふかひれディナーを堪能しました。また、地上81階から見下ろす夜景はまさに百万ドルの夜景でした。



そして、私が楽しみにしていたのが戦死者たちを祀っている「忠烈祠」で行われる衛兵の交代式です。選抜されたエリート軍人の息の合ったキビキビした行進は今も心に焼きついています。

日本からわずか3時間半と比較的手軽に行ける外国、そして、私たち日本人にとって最も親しみやすい台湾の旅はあつと期間の6日間でした。

＜安田センター長＞

今月のナイスショット!



青井バラ公園にて
バラよりも美しく…

今月のお誕生者

寺師	川俣	小幡	長濱	山内	坂井	富本	岩崎	鈴木	中里
様	様	様	様	様	様	様	様	様	様
六十九歳	七十九歳	八十歳	八十歳	八十三歳	八十五歳	八十六歳	八十八歳	八十八歳	九十三歳

おめでとうございます!