

平成22年
11月号

西綾瀬だより

西綾瀬
在宅サービスセンター
社会福祉法人
愛寿会

《介護教室・介護予防教室のおしらせ》

介護教室

① みんなで一緒に健康体操

～自宅で出来る簡単な体操～

日時:11月6日(土) 13:30～14:30

② 口腔ケア

～長寿は口から～ 第三回

日時:11月8日(月) 13:30～15:00

①・②ともに

場所:西綾瀬在宅サービスセンター会議室

③ お化粧で心のリフレッシュ

～メンタルケアメイク講座～

日時:11月19日(金) 13:30～15:00

場所:西綾瀬在宅サービスセンター

第1デイルーム

※いずれも参加費は無料です。

お問い合わせは…

地域包括支援センター西綾瀬

(足立区西綾瀬3-2-1)

TEL 5681-7650



しになりませんように。
首・手首・足首を冷やさ
ないようにすると、風邪
の予防になります。向寒
の折柄、ご健康にはくれ
ぐれもお気をつけくだ
さい。忙しい年末を元氣
に迎えましょう。



秋
少しづつ寒さ
に向かう季節
です。みなさま
風邪などおろ
しになりませんように。

《11月の祭日》

- ◎ 11月3日 文化の日
国民の祝日に関する法律では、「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを趣旨としている。またこの日は晴天になる確率が高く「晴れの特異日」として有名である。
- ◎ 11月23日 勤労感謝の日
法律では「勤労を尊び生産を祝い、国民互いに感謝しあう」ことを趣旨としている。

今月のお誕生者

ナイスショット!

| | | | | | | |
|------|------|------|------|-----|------|------|
| 鈴木 | 山本 | 永田 | 石井 | 大杉 | 鈴木 | 斧田 |
| 光枝様 | トシ様 | 壽雄様 | ひで様 | 吉秀様 | 登様 | ヨシ子様 |
| 八十七歳 | 八十八歳 | 八十九歳 | 八十九歳 | 九十歳 | 九十一歳 | 九十三歳 |

| | | | | | |
|-----|------|------|-----|------|------|
| 山田 | 千葉 | 佐藤 | 池本 | 杉田 | 井関 |
| 明子様 | 精様 | 繁太郎様 | 幸江様 | 三郎様 | アサ子様 |
| 七十歳 | 七十四歳 | 七十七歳 | 八十歳 | 八十一歳 | 八十三歳 |

まっかな秋

詩・薩摩忠

まっかだな まっかだな
つたの葉っぱが まっかだな
もみじの葉っぱも まっかだな
沈む夕日に 照らされて
まっかなほっぺたの 君と僕
まっかな秋に
かこまれている



※紅葉の風景や茜色に染まる夕日などをモニタージュ（映画フィルムのように場面を組み合わせる）構成して描いたそうです。

おめでとうございます!