

2017年10月 第173号

支部長： 富宇賀 孝

電話/Fax： 2948-6665

医療生協さいたま

三ヶ島支部だより

秋のバスハイク 11月13日(月)8時出発 (集合場所注意)

三浦半島・城ヶ島・三崎

今年は北原白秋で知られる城ヶ島とまぐろで有名な三崎へ行きます。風景と新鮮な海の幸、豪華な昼食も楽しみです。 行先：城ヶ島→三崎→しおさい公園→狭山ヶ丘

参加費：組合員¥6,000、その他¥7,000(昼食代含む)、募集人員：30名

締切日：10月31日(火)代金を添えて申し込みください。(雨天決行)

【問い合わせ・申し込み】

太田 フミ子 2926-6076

小用 照子 2948-1401

富宇賀 孝 2948-6665

秋の海を見に、
美味しい魚を食べに行きませんか？

班交流会「くらサポ」について

10月16日(月)11時-13時

会場：8区集会所1F

「くらサポ」って何？どんなことするの？と思われている方が多いのでは？

先日、和ヶ原のNさんが電話したら、「近くに手伝ってくれる方がいないのよ」と言われたそうです。三ヶ島にはサポーターが12名ぐらいいますが、「具体的な相談はあまりなかった」とお聞きしています。「くらサポ」コーディネーターさんに参加いただき、お話いただきます。

「くらサポ」を頼みたい方、「サポーターをやってみようかな」と思っている方、コーディネーターさんに直接お聞きして、判断してください。

どなたでもお気軽にご参加ください。

三ヶ島支部運営委員会

サポート例：

- 家事援助：調理、掃除、洗濯
- 生活援助：草取り、庭木の手入れ
- お出かけ支援：通院時の付き添い、見守り：話し相手

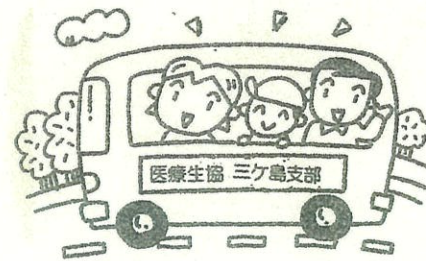
謝礼：700円(1単位60分)

9/16(土)ウォーキング報告

航空公園の園内を歩きました！

16日(土)は9人で航空公園を歩きました。サルビアや曼殊沙華の花を見ながら北側の池まで行き大きな鯉や亀、鴨を見つけて足を止め、メタセコイアの並木で森林浴、きれいに刈られた芝生の上を約1時間歩き、市役所のギャラリーでステンドグラス展を鑑賞し、所沢駅まで歩いて1万歩になりました。

報告：吉田



航空公園のサルビアの花壇の前で

10月度安心ルームご案内

13日(金)、27日(金)

会場：8区集会所1F(10時-12時半)

実りの秋、食べ物のおいしい季節ですが、サンマが不漁で寂しいですね。秋の味覚で何が一番好きですか？今月も身体と脳を少し動かして、楽しい時間にしたいと思います。参加をお待ちしています。

連絡先：増子 2948-9518

10月度ウォーキング案内

日時：10/7(土)9時 三ヶ島公民館玄関

コース：中氷川神社-金仙寺-比良の丘

持ち物：飲み物、軽食

解散：12時頃(希望者は現地でごゆっくり)

日頃時間の余裕のない方も半日なら参加可能な方もおられるのではないかと考え、今回は半日コースということで計画させていただきました。ご意見などありましたらご連絡ください。

担当幹事：村山、渡部

《10月の主な予定》

- ・支部だより印刷・仕分け：9/30(土)午後
- ・支部運営委員会：10/2(月)コミセン第3
- ・健康ふれあいまつり：10/8(日)西協同病院
- ・安心ルーム：10/13(金)、10/27(金)
- ・支部ウォーキング：10/7(土)比良の丘
- ・支部長会議：10/20(金)9:30~ 所診3F
- ・三ヶ島地区文化祭：11/4(土)-11/5(日)
- 三ヶ島公民館(健康チェック：11/4)
- ・所診健康まつり：11/19(日)