風のたより

415号
2021
12.14

違いを探してみてください！

左右の絵で違うところが５つあります



出典：介護ワーカーHPより

健康長寿のための12か条

① 食生活	いろいろ食べて、やせと栄養不足を防ごう！
② お口の健康	口の健康を守り、かむ力を維持しよう！
③ 体力・身体活動	筋力＋歩行力で、生活体力をキープしよう！
④ 社会参加	外出・交流・活動で、人やまちとつながろう！
⑤ こころ(心理)	めざそうウェルビーイング。百寿者の心に学ぼう！
⑥ 事故予防	年を重ねるほど増える、家庭内事故を防ごう！
⑦ 健康食品やサプリメント	正しい利用の目安を知ろう！
⑧ 地域力	広げよう地域の輪。地域力でみんな元気に！
⑨ フレイル	「栄養・体力・社会参加」3本の矢で、フレイルを防ごう！
⑩ 認知症	よく食べ、よく歩き、よくしゃべり、認知症を防ごう！
⑪ 生活習慣病	高齢期の持病を適切にコントロールする知識を持とう！
⑫ 介護・終末期	事前の備えで、最後まで自分らしく暮らそう！

健康長寿新ガイドラインより抜粋（東京都健康長寿医療センター研究所）

間違い探しのこたえ

・女の子の髪飾り　・犬のしっぽの向き　・煙突　・バケツの向き　・男の子の口

発行　桂川町社会福祉協議会
協力　桂川町民生児童委員協議会
協力　すみれ句会

十一月句座
すみれ句会

雲行きの千変万化　初時雨
野上マチ子

初しぐれ一気に進む季節かな
平嶋幸子

寡黙なる背中合わせの小六月
平田和子

離れ住む孫思ひやる冬めく日
原口孝子

花石蕗や関守石の縄しめり
花田ムツ子



アンビシャス　桂川東小学校　みんなの句

大こんはちょっとぴりっとからいよね
五年　新地りん

落ち葉はねふむとさくさくきもちいい
六年　奥永心美

大こんはなべに入れたら冬の味
六年　睦菜々子

七五三きれいなきものきたいよね
一年　なかむらあかり

もみじはねおそとにいっぱいおちてるよ
二年　吉原　あやな

冬の雨ぬれてしまってきもちわるい
二年　大西　み月

大こんはからだにいいよたべようね
三年　宇野エレナ

もみじはねきれいな色ですてきだね
三年　まつおか　歩花

七五三さんきょうだいのかぞくだね
三年　くわ名冬さ

大こんはおでんにするとおいしいね
三年　いけべここみ

おちばはねいろんな色がきれいだね
三年しろ谷きせき

冬の雲さがしたけれど灰色だ
四年　田中ひより



落ち葉はねかさかさといい音だ
五年　福嶋紅芭

もみじはねひらひら落ちて流れゆく
五年　吉原まい

当番医案内
※他にも当番医があります。また変更の可能性がありますので詳しくは当日の新聞でご確認下さい。

曜日	病院名	所在地	電話番号
12月19日(日)	宮嶋耳鼻咽喉科	飯塚市南尾	28−3347
12月26日(日)	青柳医院	桂川町土師	65−0013
	済生会飯塚嘉穂病院	飯塚市太郎丸	22−3740
12月31日(大晦日)	清永整形外科医院	飯塚市堀池	22−3440
1月1日(元旦)	庄田整形外科	飯塚市楽市	30−1520
1月2日(年始休)	田中医院	飯塚市天道	22−1850
1月3日(年始休)	徳永眼科医院	飯塚市楽市	25−0011
1月9日(日)	あおやぎ内科クリニック	飯塚市大分	72−3230
	済生会飯塚嘉穂病院	飯塚市太郎丸	22−3740
1月10日(祝)	青山医院	飯塚市高田	22−6328

この『風のたより』は、赤い羽根共同募金の配分金により作成されたものです。今後も赤い羽根共同募金にご協力をお願いします