

体調管理として
免疫力を高めるため、
日頃から十分な睡眠と栄
養を摂るように心がける
ようにいたしましょう。

また新型コロナウイルス
スやRSウイルスも継続
して流行しています。
注意すべきは、乳幼児
や高齢者が感染すると重
症化するリスクが高いの
で、特に注意が必要で
す。

日本列島は猛暑からい
きなり気温が下がる季節
となりました、体がつい
てきませんね。

なかよし

仲間づくり
健康づくり
生きがい作り



医療機関への相談
呼吸器症状や発熱など
気になる症状がある場
合、早い目に医療機関に
相談願います。
感染予防対策にはやは
りワクチン接種をお勧め
致します。
日頃の対策は
毎回同じことを言いま
すが、手洗い、うがい、
人込みでのマスク着用な
ど基本的な対応を、節に
お願いする次第です。

電話による詐欺 増加

「こちらは、NTTです、
この電話は料金が未払いに
なっており、まもなく回線の
利用が停止されますので
至急手続きをお願いします
す」と
自動音声ガイダンスが
流れ料金支払い請求に誘
導される手口が発生して
おります。

NTTやNTT西日
本から契約状況や回線の
利用停止についてのお知
らせは一切行っていないま
せん。
留守番機能付き電話、
防犯機能付き電話の利用
をお勧め致します。
つばき人

川柳コーナー

茶髪いや

言った私も

白髪染め



タイガース

負けた日 晩酌

減らされる

我が部屋に

似合わぬままの

感謝状

梅干しも

婆にならなきあ

味が出ず

通院に

チャンネルのコロナ

耳のうら

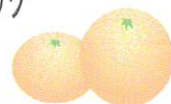
北寿会
Y・S

十一月二十八日(金)
バス研修旅行 淡路島

洲本平岡農園の
みかん収穫体験と
花やじき お花の鑑賞



ストック



淡路島はストックの有名
な産地です。

花壇用の背の低い品種を
中心に様々な色合いの
ストックを大きな花壇に
植栽しています。
冬は空気が澄んでいる為
阪神間の眺望とあわせて
ストックを楽しむことが
できるそうです。



申し込み
各クラブ役員に
十一月十二日迄に
みかん1kg
お土産付きです。
詳細はパンフレットにて
皆様のご参加
お待ちしております。

十一月役員定例会

日時 十一月十四日(金)
午後五時より

場所 東都島福祉会館
各クラブ会長・女性部長
部会長の二十七名で
実施いたします。

・バス研修旅行の
申し込みリストと
費用ご持参下さい。