

ハピネスぽぽだより

第106号

彦根市北老人福祉センター

2015年(平成27年) 8月発行

(彦根市指定管理者 認定特定非営利活動法人NPOぽぽハウス

発行責任者 館長 成松 祐子)

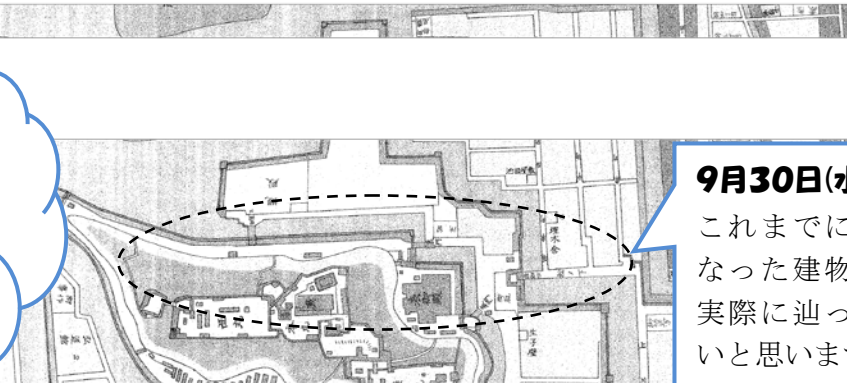
〒522-0069 彦根市馬場1丁目5番5号 ☎・fax 0749-27-6701 <http://popo-house.jp/>

何でも語ろう会

5月29日に14人が参加して、今に伝わる彦根の地名について話しあいました。「池州町」(旧池須町)は食用のための魚の「生け簀」が造られていたこと、「四十九町」は犬上郡四十九院村(現豊郷町)から移住した人々を中心に成立した町であること、「船町」「職人街」「魚屋町」「瓦焼町」などの町の名前の由来についても色々語り合いました。



ハピネス横の水路は、昔もっと広がったようです。船が行き来していたのでしょうか!?



山口表具店さんが提供して下さった江戸時代末期の地図

9月30日(水) 午後

これまでに話題になった建物や町を実際に辿ってみたいと思います。

★ 健康サロン

8月6日(木)

*10時~、14時~

「糖尿病 合併症を食い止める」

★ 健康タイム

8月13日(木) 27日(木)

*10時~、14時~

ストレッチ、脳トレクイズ

★ 健康チェック

8月20日(木)

*10時~12時、13時~15時

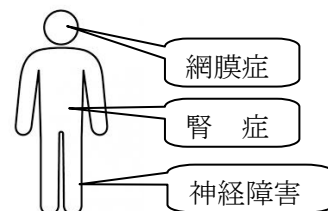
血圧測定、検尿、健康相談など



糖尿病の合併症はなぜおこる

糖尿病は慢性的に血糖値が高い状態が続く病気です。高血糖の血液が常に流れていると、血管が傷つけられ変性し、栄養や酸素が十分届かなくなり合併症がおこります。

三大
合併症



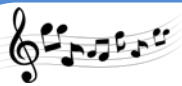
治療は食事の改善と適度な運動です。

糖尿病と診断されたら、自覚症状がなくても油断せず、治療を続けて合併症を抑えましょう。(岡本看護師)

サマーカフェ

8/14 まで

11:00~16:00 事務所にご注文下さい!
・コーヒー ・抹茶ラテ ・紅茶 ・しょうが湯
お菓子付き 100円 ※**ホットもアイスもできます**



うたごえひろば

8月 7日 (金)
夏の歌

8月 21日 (金)
外国生まれの歌 1

*14時~15時



藤山寛美

ビデオ劇場

8月 26日 (水) 10時~11時 30分

藤山寛美の懐かしい喜劇の観賞会。
今回は『大当たり高津の富くじ』。

いきいきクラブの各団体さんの
活動を、写真でご紹介します。
(名称は登録名です)
問合せ随時受付中!

はぴねす旬会:

第2・4火曜日 13:00~15:30



将棋クラブ:

毎週火曜日 9:00~16:00



ハピネス社交ダンスクラブ: 第1・3火曜日

10:00~15:00 第2・4火曜日 10:00~14:00



みんなでラジオ体操

「みなさんごいっしょに〜。」スタッフの掛け声とともに始まるラジオ体操。小さなお子さんが音に合わせて体を動かせば、大人も自然と体が動き、笑みがこぼれます。毎日 11 時 45 分位から始めます。

体も心もすっきり!

ぜひ 一緒に!



東日本大震災支援金

7,100円(本年3月2日~6月25日)を(特活)しがNPOセンター様を通して、被災地支援に役立てていただきました。ご協力に感謝いたします。引き続きご支援をよろしくお願い致します。

散歩道 ハピネス

芝生の中からひゅっと伸びた葉をみながら、「これ何?」「雑草ちゃう!」「抜こうか」と言っていた葉っぱからついに花が!ねじ(り)花。何かわからないけど試しに植えていた球根はグラジオラスだった。植えてみるもの、待ってみるもの! 罫

