

ハピネスぽぽだより

第62号

彦根市北老人福祉センター

平成23年(2011)年 12月発行

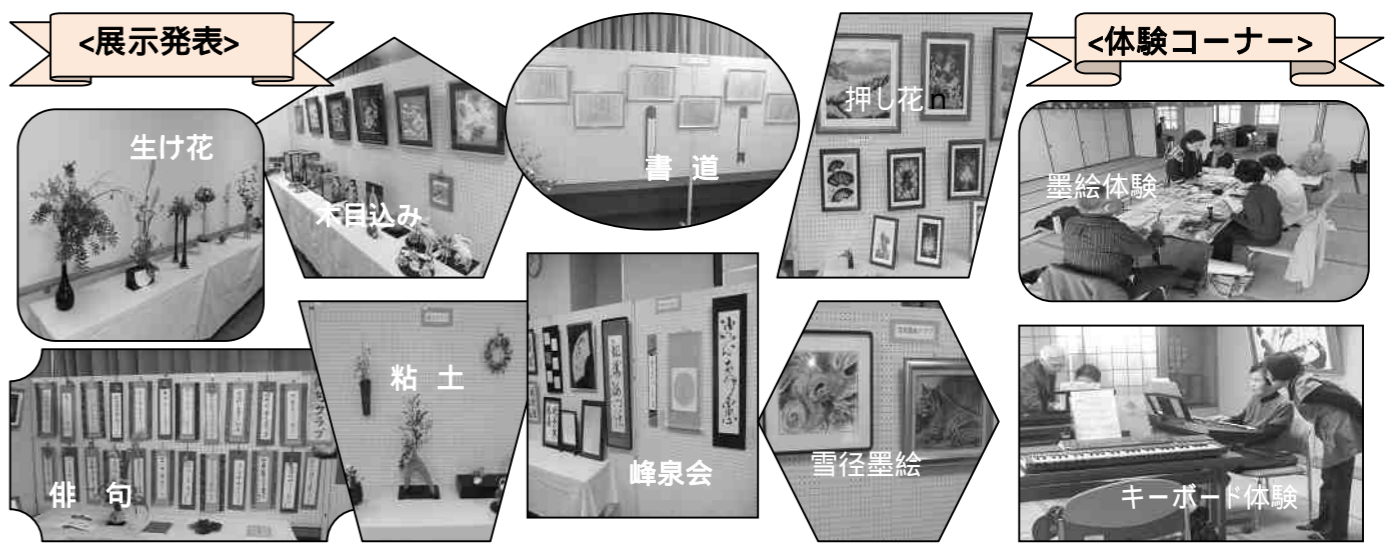
(彦根市指定管理者 特定非営利活動法人NPOぽぽハウス 発行責任者:館長 成松 祐子)

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

“初雪の 消えし鈴鹿の 嶺光る” 武田巨子(三重県在住“春蝶”掲載)

彦根が初雪の日には、伊吹山の頂は雪の白さで光り輝いていることだろう。荘厳で、冬の到来に気づく見事な情景である。一方、東に見る鈴鹿の山々は、まだ白ではないだろが...

アルバム特集 「ハピネスいきいきフェスタ2011」



11月11日から開催された“フェスタ”は、両日で300人近い参加があり大盛況でした。内容も一層充実し、準備・後始末にも各クラブからの積極的な関わりがあり「みんなで築くオアシスに...」という当館の願いが実った場面でした。ありがとうございました。実行委員会一同

十二月の“うたごえひろば”

***12月 2日(金)**
いつものように懐かしい歌を、みんなと一緒に大きな声で歌いましょう!

***12月 16日(金)は**
クリスマス特集 14時~

第9回健康サロン 12月 1日(木)
テーマ 「気をつけて...。高齢者の肺炎 - 大敵! 肺炎球菌」 日常生活で、肺炎を起こす原因として最も多いのが肺炎球菌という細菌です。命にかかわることもある怖い病気です。

第9回健康チェック 12月 15日(木)
血圧測定や検尿の後、看護師がいろいろなお相談に応じます。
いずれも時間は10時~と13時~です。

十二月の健康サロン・チェック

12月22日(木)は **ゆず風呂** です。お楽しみに!

ご参加ください **筋力アップと転倒予防を目指す運動プログラム**
自宅にあるものを使って、いつでもどこでも簡単に出来る運動プログラムを紹介します。

*12月9日(金) 10時~11時 *参加費200円 (当日持参・保険代を含みます)
*定員 20人(定員になり次第締め切ります。) *運動できる服装でおいで下さい。

“クリスマス”ティータイム 12月12日(月)~22日(金)

- ・抹茶カプチーノ
- ・ゆず茶・コーヒー
- ・紅茶 各100円

お知らせ
12月29日(木)から1月4日(水)まで**年末・年始の休館日**です。