

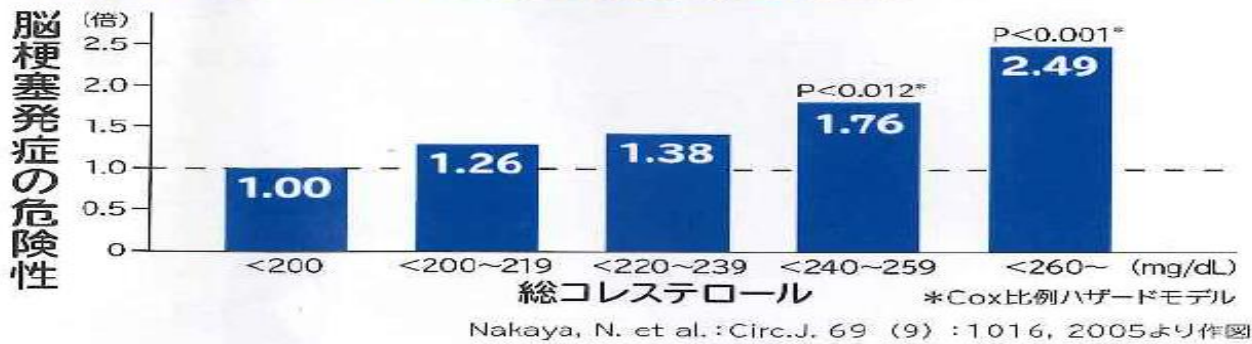


健康長寿ポイント

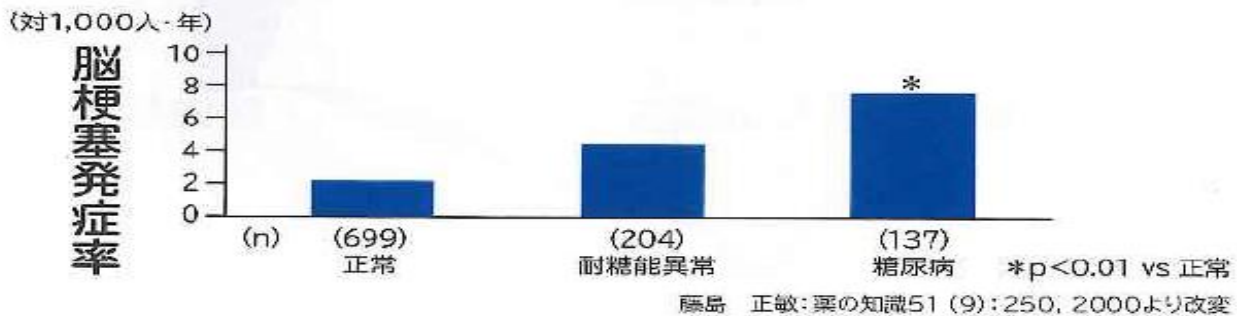
脂質異常症(特に悪玉コレステロールの増加、善玉コレステロールの低下)・糖尿病も重大な危険因子です。

血管壁にコレステロールが蓄積したり、高血糖状態で全身の血管がもろくなると、動脈硬化はますます加速し、脳梗塞の発症リスクを高めます。コレステロール値や血糖値も、高くなればなるほどキケンです。

● 総コレステロールと脳梗塞発症危険性の関係



● 糖尿病と脳梗塞発症率(男性)



奉仕作業 長谷区・舟場区

6/28 長谷区 参加者36名
 7/19 舟場区 参加者29名

ふれあいセンター周辺の奉仕作業が始まり、今年も多くの地域の方にご協力いただいています。
 7/19には、(株)ダイナムより、2名の方が参加。お手伝いいただきました😊地域貢献ということで、今後の事業にもボランティアとして参加いただく予定です(*'ω'*)



行政区

名前

こたえ

--	--	--	--

(。ω。)------切り線----- (。ω。)

✪ クロスワードパズル ✪

ぼっから方言！クロスワード(*^^*)

正解者の中から抽選で2名様、BOXティッシュプレゼント！

パズルを解いて、色付きマス of 言葉を番号順に上の欄に記入 単語ができます！

ふれセンの事務局、またはふれセンのポストに投函してください(^-^)/ 締め切り 8/31

※方言には、若干みなさんの知っているのと違うところがあるかもしれませんが、暖かい心でご参加ください

パズルのカギ

タテのカギ

- 【タテ1】 夕方
- 【タテ2】 こたつに足を入れること
- 【タテ5】 「なんだい_____ひっぱって」
- 【タテ6】 入り口
- 【タテ7】 忙しく動き回ること
- 【タテ9】 稲_____・ほにょ

ヨコのカギ

- 【ヨコ1】 少し
- 【ヨコ2】 壊す・解体
- 【ヨコ3】 「_____してっと風邪ひぐど！」
- 【ヨコ4】 ポケット
- 【ヨコ8】 車に_____。
- 【ヨコ10】 泥・青_____。
- 【ヨコ11】 ふざける人

1		こ		2		
		3				
			②	③	④	ね
4	5					7
		6				
	ら	8				
9				10		た
11		づ				

🚗 デマンド型乗合タクシー 🚗

デマンド型乗合タクシーで行くことができる登録施設が追加になりました！

また、乗車時間も8時～16時になり、お昼時間も利用可能です。

会員登録は随時受け付けています。

詳しくは浅水ふれあいセンターまで☎

利用しての困りごとや要望などありましたら気軽にご相談ください😊

施設	地区	料金
佐藤裕也眼科 登米分院	中田町	300円
ツルハドラッグ 登米中田店	中田町	300円
産直なかだ「愛菜館」	中田町	300円
光明寺	中田町	300円
弥勒寺	中田町	300円
小出医院(柴田接骨院敷地内)	登米町	400円
桜井医院	登米町	400円

これからの主な事業・行事

- 8月**
- 5日(水) 男の料理室 絵手紙教室
リフレッシュ教室
 - 6日(木) 女性講座
 - 19日(水) 絵手紙教室 リフレッシュ教室
 - 23日(土) 歌声喫茶

- 8月**
- 24日(日) 奉仕作業(川面区)
 - 26日(水) 料理教室
- 9月**
- 3日(木) 女性講座
 - 5日(土) フラワーアレンジメント教室
 - 9日(水) 男の料理教室 絵手紙教室
リフレッシュ教室

