

宇波交流センターだより



ささえ愛
まめに楽しく集う里
うなみ

平成29年12月18日発行(No.201709)〈編集・発行〉宇波交流センター
〒692-0622 安来市広瀬町宇波482-2TEL(兼fax):0854-36-0852
Mail:unami.cs@city.yasugi.shimane.jp

JA雲南女性部交流会《ゆずジャム作り》(12/1)

JA雲南女性部のみなさんとの交流会でゆずジャム作りをしました。昨年、講師先生に教わったゆずジャムをJA雲南の皆さんと一緒に作りました。もう宇波の皆さんはベテランです！美味しいゆずジャムが上手に出来上がりました。わいわいおしゃべりしながら楽しい交流会となりました。



セラバンド運動教室(11/28)

次回の運動教室は…

平成30年1月23日(火)
9:30~11:00

貯筋のための運動教室です。どなたでも参加できますので興味がある方はぜひご参加下さい。



☆イベント時などで撮影した写真は交流センターだよりやホームページなどで使用させていただきます。支障がある方はお申し出下さい。

投稿

文化祭のときに交流センター
でお怪我をされた細田さん。病
院に向かう途中や入院中に病
院で詠まれた詩です。
お世話になった皆さんに感謝
の気持ちを含めて詠まれたそ
うです。

短歌

転んで支えられ



救急車
位む町離れる峠にて
家に残した家族を想う

後遺症
無しと知らされ胸をあけ
転んで受けた傷も
癒えゆく

大勢の
人の混み合う中にあり
転んだ様が脳裏に浮ぶ

転んでも
我に確かな意識あり
祭りも終り帰路の出来事

よろこびと
不安がつる主治医より
退院許可が我に告げられ

細田美沙男

ドクター中西 元気クリニック

Dr.中西敏雄

広瀬町布部758 TEL:36-0009

在宅医療、内科、循環器内科、小児科、泌尿器科

H30年1月の開院日

12日(金)、13日(土)、14日(日)、15日(月)
26日(金)、27日(土)、28日(日)、29日(月)

泌尿器科は

1月6日 9時-12時

診察時間

午前8時~12時、午後4時~6時



インフルエンザ

12月現在、インフルエンザの流行が始まっています。ワクチンは1月12-15日まではうてますのでどうぞ。罹ったか
なと思ったら、はやめに来院して下さい。来院が難しい方は、往診もします。

かぜの予防

外出から帰ったら、手洗い、うがい、人混みではマスク、が有効です。

花粉症

1-2月からは、はやくも花粉症が始まります。花粉症も診ますので、おいでください。



今年も
お世話に
なりましたね

今年も大変お世話に
なりありがとうございました。
皆様方のご協力でさまざまな事業
やイベントなど実施することが出
来ました。

来年もご指導、ご協力を
よろしくお願
い致します。



小型除雪機の貸出しについて

小型除雪機の貸出しができます。
貸し出し対象は、自治会、自主防災
組織、無償ボランティア団体で、自力
で除雪を行うことが困難な高齢者世
帯及び障がい者世帯の除雪に使用
できます。

申込み、お問い合わせは
宇波交流センターまで。