結情報10月号

R7.10.1発行

秋バテに注意！

夏の暑さをなんとか乗り越え、だんだんと涼しくなってきたにもかかわらず、なんとなくだるい、元気が出ない、疲れがとれない、食欲がない…そんな症状が出ていませんか？
そのような体の不調は「秋バテ」かもしれません。特に食事は欠かすことのできない生活習慣。魚に含まれるたんぱく質を摂取することで、秋バテを効果的に予防できます。自律神経を整え、秋を快適に過ごしましょう～♪

ちいさなたがい市

日時：10/8（水）10：00～12：00
場所：戸倉地区沖田集会所
＊雨天決行
＊お惣菜や手作りまんじゅうなど美味しい物がたくさん！

落語で健康

参加費 無料

日時：10/10(金)13：30～15：00
場所：ﾍﾞｲｻｲﾄﾞｱﾘｰﾅ 文化交流ﾎｰﾙ
講演【笑って健康】
講師　六華亭 遊花 氏
申込締切 10/3(金)
＊お申込みは社協結の里及び各復興住宅LSAへお願いします！
＊どなたでもご来場出来ます！

地域で楽しむ映画上映会

【1回目上映会】
日時：10/21(火)13：30～15：30
場所：志津川中央復興住宅集会所
【2回目上映会】
日時：10/22(水)13：30～15：30
場所：志津川東復興住宅第2集会所（結の里隣）

上映作品
【 母と暮らせば 】

＊申込は必要ありません。
＊入場無料ですので、ご近所お誘い合わせの上、お越し下さい。

主催：いわて映画上映ネットワーク

みんな食堂

参加費 300円

日時：10/17(金)11：30～
場所：各復興住宅集会所

メニュー
油麩丼＆おひたし

＊事前申込：10月10日(金)まで
各復興住宅LSA及び結の里へ

復興祈念公園除草作業

日時：10/23(木)8：30～11：30
場所：南三陸町復興祈念公園
＊申込締切：10月16日(木)
＊8時から受付開始です！
＊除草作業の後に豚汁交流会も♪
＊宮城学院女子大学の皆さんもお手伝いに来ますよ～☺

カフェ実行委員　西條龍子さん

バトンNo.9

カフェ実行委員として沢山のイベントに参加させて頂き、多芸・多彩の皆様との交流を通じ、充実した日々を送っています。結の里カフェでは、色々な飲み物、特にクリームソーダ・甘酒がお勧めです！是非、飲みにいらして下さい♪

次のバトンは…イベント実行委員 菅原水緒さんです！

【お問合せ先】南三陸町社会福祉協議会（結の里）☎0226-29-6452　南三陸町志津川字天王山38-152