

福寿草

東京土建一般労働組合
板橋支部シニア友の会
イキイキ会
編集部発行
会長 伊藤和雄

イキイキ会を 楽しもう

秋の拡大では仲間もふえ、イキイキ会では楽しい企画をいろいろ考えています。
手が及ばぬほどの喜ぶひと、歌うたのしお、他にもお打ちや、元旦会、お花見や、ウォーキングなど、いろいろな案がひびきます。
お手伝い、頂くこともあるかもしれません、お気軽にみんなでご参加していただければ一番です。今後ともよろしくお願ひいたします。

め、たいないよ

イキイキ会の仲間増やしてみなさんお預り様でした。
高齢になつて土建国保から後期高齢者医療制度に変わつても土建組合に入して其のメリットは

昔のことはみな忘水自慢話は
しなはんな、ゆしらの時代はもう過ぎた。

お待ちー!

12月8日(月)

午後1時30分～

望年会

会費1000円 弁当はありませぬ

お酒、あるだけ飲み放題

差し入れ大歓迎!

お願い♡

みなさんの原稿を募集します。

①冥途のみやげ話

②楽しかったこと

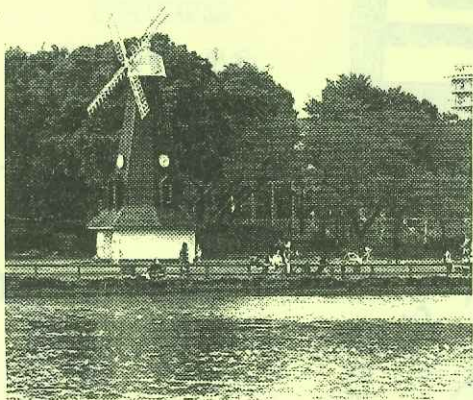
③オレだって若い頃は、

(思い出話)

お好きなテーマで20字以内でお願いします。締め切りは毎月25日です。

親友との記憶

⑦ じいじのお散歩



風車がシンボル公園

10月13日、浅間公園に行きました。釣りやハードウオツチングなどか楽しめる良き整備された公園です。私は50坪位前に友人と釣りに来たことがありますが、小さな池やエビが、たくさん見えたのです。おまじり釣水なかつたと思

生越昇

いまだ息子と仕事をしています。今年の一月からです。親せきの事情や息子のことを考えてのことです。昨年12月に息子が帰って来たときはとても嬉しかったですね。私の仕事は地産調査で

す。現場はあちこちを通す。少しづつですが仕事も覚えていきます。私が元々左右されます。3K? 以前は3人いた社員がくればと日々老体に鞭打って頑張っています。いろいろ意味で戦力になっています。最初は嫌がっていました。

舟橋高島分會 福地孝志

息子と共に



歯周病は感染症

歯周病は歯の周囲で慢性炎症が起る糖尿病を支えている組織が、炎を悪化させます。症によって侵され、破壊されていく病気です。原因となる細菌に感染することによって起る病気です。歯磨きだけでは、歯はせいぜい三十年しかもちないと言われている。年に一度は検診を受けましょう。歯周病に感染すると

と改善していくことが大切です。

すぐにやめるべきなのが喫煙です。歯周病の多いのが多くの病気のリスクとなってしまう事を知ってはいけません。歯周病の治療は日々のブラッシングの重要性を自覚し、ブラッシングが立派な治療法である事を認識し、より、フッ素(洗口液)も使用するのがあります。K

人の悪きこととはよくよく見ゆるなり我が身の悪きこととは覚之ざるものなり



蓮如

蓮如(1394-1482)室町時代の浄土真宗の僧。本願寺派第八世。庶民に教えを授け、説いて布教し、全国的に本願寺派の信者を増やした真宗中興の祖ともいわれている