



# ふれあいの郷



会員のうごき (世帯数) 103世帯

## 役員会を行います

11月8日(土) 18時から  
林業センターにて、押上自治会役員会を行います。  
関係者の方々は、お集まりください。

よろしくお願いします。



## 買い物支援ツアー第62弾



日時 11月11日(火) 10時40分~13時

行き先 イオン上磯店

集合 10時30分・林業センター



エコバック・腕時計をお忘れなく☆

次回 12月9日(火) コープさっぽろ

# 女性サロン開催します♡

第23回女性サロンのご案内です。

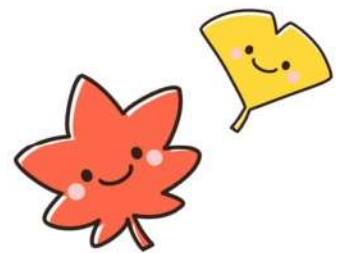
今年の夏は猛暑日が続き、開催が遅くなってしまいました。お待たせしました〜♡

- 11月15日（土）
- 10時30分～14時まで
- 林業センターにて
- 会費は500円（当日集金）

つみれ汁をいただきながらの茶話会にしたいと思います。  
お申し込みは11月7日（金）まで

小山内

加藤



寒くなってきましたね。

風邪など、感染症も流行しやすい時期になりました。

有名な話かもしれませんが、感染症対策の一つに

**「よく笑うこと！」** がありますね♪

よく笑うことで体内のNK細胞が活性化するそうです。NK細胞は、がん細胞や、ウイルス感染細胞などを見つけたい攻撃するリンパ球です。

でも…、疲れていて笑えない…。という方は

「作り笑いでも効果あり！！」だそうです！

スマイル😊 してみましようか😊

