

# ひろげよう元気のわ

## P2 みんなで作った 無低診の看板

職員・友の会総勢52人で作った看板は、写真から「命を救いたい！」と気持ち伝わります♡「大事な病院を支えるためにも友の会員を増やしたい」という言葉に熱く共感いたします!!

30周年記念パンフ  
さあ、みんなで  
レッツ体操

すっごく好評ですよ♡

## 広げよう仲間づくり P4



「月間スタート」ですわ。全国の仲間の力に元気をもらいます。北海道から、パワーをいただき、コロナに負けないぞー!



お支払いでお困りの方は、  
**無料 低額 診療**

## P43 のぼそう健康寿命

骨と筋肉を強くすることは、いくつになっても重要です。必要な栄養素の表では、あら♡おいしい物ばかり。秋は食欲の秋ですネ♡



## P6 転倒予防の知恵

誰もが「転びたくない!」と思ってる。転ばないための予防は、大切ですよ。「転んだらオシマイ!」ではありませぬの言葉に少しほっとしました。そしてP8の転倒予防川柳に思わず笑ってしまいました。笑



## P32 全国の仲間の活動紹介がたくけあ〜ん

全国に仲間がいるって、スゴイことだと嬉しくなります。マスクを取った笑顔の写真にこちらも笑顔になりました。

いつでも元気販売所★  
TEL \_\_\_\_\_  
読んで元気になりました