野々市市 シルバーだより

気をつけよう　手元　足元　身の周り

発刊第80号　令和2年1月10日発行
公益社団法人野々市市シルバー人材センター
野々市市白山町8番15号
TEL:294-8303　FAX:246-7067
URL:http://www.sjc.ne.jp/nonoichi/　E-Mail: nonoichi@sjc.ne.jp
会員数 320人(男218人、女102人)R1.12.31現在

2019年11月1日（金）

富奥北地区・富奥南地区・押野地区合同視察研修
志賀原子力発電所及びアリス館、永光寺・妙成寺視察研修

毎年恒例の富奥南北地区の視察研修に、今年度は押野地区が参加し3地区合同で行われました。永光寺，妙成寺の拝観はじめ、志賀原子力発電所では、バス車中から立ち入り制限をしている周辺防護区域外の見学をしました。行き慣れた場所もありましたが、新しい仲間と見学するのは、また楽しいものです。視察を機に仲良くなった方もいました。新たな仲間作りに、ぜひご参加ください。

第16回
グラウンドゴルフ大会

10月20日（日）つばきの郷公園で秋のグラウンドゴルフ大会が行われました。前日が雨天だったため、1日延びての開催になり、参加者が若干減りましたが、15名で伸び伸びと楽しみました。上位3位には商品券、その他にも多数景品を用意しています。年齢性別、経験の有無を問わず気軽に参加できます。すがすがしい朝の3時間、シルバーの仲間と一緒にグラウンドゴルフを楽しんでみませんか？来年度も春・秋に開催予定です。今回の優勝者は武田武昭会員でした。

本町地区　ボランティア清掃

10月20日（日）、菅原小学校周辺でボランティア活動をしました。ご参加いただき、ありがとうございました。

健康第一

富奥南北地区　健康教室
「糖尿病と健康診断結果の見方」

11月28日（木）山本クリニック院長の山本達也先生のお話を聞きました。増え続ける糖尿病。多くは無症状のまま進行し、認知症との関係もあると言われています。野々市市の糖尿病の現状は、軽症が多く、重症が少ない地域との事です。早期介入で改善でき、合併症の予防も可能です。毎年健康診断を受診し、早期発見に努めましょう。