



第9回ボランティア標語コンクール 中学生の部 優秀賞 作品  
 ボランティア 感謝の気持ちで 自分から



# 社協だより

あたたかい笑顔を地域へ



## 赤い羽根共同募金 街頭募金風景

(関連記事 2～3 ページ)

### もくじ

|                    |     |               |     |
|--------------------|-----|---------------|-----|
| 赤い羽根共同募金 歳末たすけあい運動 | P 2 | わがまちニュース      | P 5 |
| 情報掲示板              | P 4 | ふくしの輪・善意のともしび | P10 |

この広報誌は、共同募金会の配分を受けて作成したものです。





募金運動期間 12月1日から12月25日

地域の福祉、  
みんなで参加

# 歳末たすけあい運動

みんなでささえあう あったがい地域づくり

12月1日(月)から12月25日(木)まで共同募金運動の一環として歳末たすけあい運動が全国一斉に始まります。

毎年、地域住民の皆様、自治会、平戸市地域婦人団体連絡協議会に平戸市民生児童委員協議会及び平戸市母子寡婦福祉会等、多くの方々のご協力をいただいております。お寄せいただきました善意は、新たな年を迎える時期に支援や援助を必要とされている方々への福祉事業等に役立てられます。



▲歳末ふれあいもちつき大会の様子

## 昨年度(H25)の募金は、平戸市では次のように配分されています。



▲民生児童委員協議会街頭募金の様子

地域福祉・在宅福祉  
サービス事業費 … 11.1%

運動事務費 … 2.4%



在宅者への贈呈事業  
…………… 86.5%

|                      |               | 金額         | 配分率(%) |
|----------------------|---------------|------------|--------|
| 在宅者への贈呈事業            |               | 2,828,000円 | 86.5%  |
| 地域福祉・在宅福祉<br>サービス事業費 | 歳末ふれあいもちつき大会等 | 92,541円    | 2.8%   |
|                      | 交通安全反射材配布     | 272,996円   | 8.3%   |
| 運動事務費                |               | 78,415円    | 2.4%   |
| 合計                   |               | 3,271,952円 | 100.0% |

### 平成26年度 社協特別会員紹介

特注弁当・オードブル等  
承ります  
こだわりの手作り弁当

**おべんとう旬**

平戸市紐差町928-1  
TEL・FAX 28-1500

総合葬祭  
**大石葬儀社**

平戸市築地町559-1  
☎22-4949

**浦辺電機**  
平戸店

〒859-5153  
平戸市戸石川町886-2  
TEL/FAX:(0950)23-2540

**油屋商店**



崎方町773-1  
☎22-2332

# 赤い羽根共同募金

本年も10月1日から全国一斉に  
赤い羽根共同募金運動が始まりました。



本年も10月1日(水)から赤い羽根共同募金運動が始まりました。  
早々に各世帯の皆様、企業(法人)・施設・学校及び各種団体など、続々と募金が寄せられています。ありがとうございます。

この運動は、12月31日(水)まで実施されます。目標達成までなお一層のご協力をよろしく  
お願いいたします。

長崎県共同募金会平戸市支会



▲地域婦人団体連絡協議会  
街頭募金の様子

## 赤い羽根共同募金 街頭・イベント募金

### ▼赤い羽根共同募金

| 実施日       | 実施団体                     | 実施場所                  | 募金額     |
|-----------|--------------------------|-----------------------|---------|
| 10月1日(水)  | 平戸市地域婦人団体連絡協議会           | 平戸商店街                 | 52,067円 |
| 10月15日(水) | 平戸市母子寡婦福祉会               | 平戸商店街等                | 41,015円 |
| 11月2日(日)  | 中部支部民生児童委員協議会            | 平戸市ふれあいセンター(平戸越南まつり)  | 28,787円 |
| 11月9日(日)  | 南部支部民生児童委員協議会            | 平戸市多目的研修センター(奥ひらど文化祭) | 集計中     |
| 11月9日(日)  | 大島支部民生児童委員協議会・平戸市社会福祉協議会 | 平戸市役所大島支所(大島村ふるさと祭り)  | 集計中     |
| 11月9日(日)  | 平戸市社会福祉協議会               | 平戸文化センター(平戸市福祉健康まつり)  | 集計中     |
| 11月23日(日) | 平戸市社会福祉協議会               | 平戸市役所生月支所前(いきつき勇魚まつり) | 実施予定    |

### ▼歳末たすけあい運動

| 実施日       | 実施団体           | 実施場所   | 募金額  |
|-----------|----------------|--------|------|
| 12月1日(月)  | 平戸市地域婦人団体連絡協議会 |        |      |
| 12月5日(金)  | 北部支部民生児童委員協議会  | 平戸商店街等 | 実施予定 |
| 12月15日(月) | 平戸市母子寡婦福祉会     |        |      |

### 平成26年度 社協特別会員紹介

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>親和銀行</b><br/>平戸支店</p> <p>あなたのいちばんに。</p> <p>FFG ふくおかフィナンシャルグループ</p> <p>〒859-5112 平戸市宮の町572<br/>TEL 0950-23-2121<br/>FAX 0950-22-2203<br/>http://www.shinwabank.co.jp</p> | <p><b>西肥自動車株式会社</b><br/>平戸営業所</p> <p>〒859-5102<br/>平戸市大久保町1256-2<br/>TEL:(0950)-22-3171<br/>FAX:(0950)-23-8006</p> | <p><b>網・はまち養殖</b></p> <p><b>伍丸水産(有)</b></p> <p>TEL0950-22-3516<br/>平戸市大久保町385</p> | <p>二次救急・<br/>救急告示病院</p> <p>医療法人医理会<br/><b>柿添病院</b></p> <p>TEL0950-23-2151<br/>平戸市鏡川町278</p> |
|---|--|---|---|

# 情報掲示板

## ハッピースマイル子育て応援事業を開催します

### 「挑戦 ～今、私にできること～」

参加者  
募集中

ニューヨークシティマラソン  
で、日本人として初の優勝の  
ゴールテープを切る副島氏



**日時** 平成26年11月23日(日) 9:30～

**場所** 平戸市社会福祉センター(岩の上町1466番地)

**講師** 副島 正純 氏 (長崎県諫早市在住)  
そえじま まさすみ

副島氏は、23歳の時に、実家である鉄工所を手伝い中に、落下事故により脊髄を損傷。車いすの生活となりました。入院中に会った「車いすマラソン」走ることに魅了され、アテネ・北京・ロンドンとパラリンピックに3大会連続出場。アテネでは、銅メダルを獲得。また、東京マラソン3連覇を含む4度の優勝。ホノルルマラソン4連覇等世界で活躍するアスリートです。

副島氏の詳しいプロフィール等は、副島 正純 氏のホームページをご覧ください。  
<http://www.m-soejima.com/>

副島 正純 氏より

「一生車いす生活です」と言われたときの絶望感は今でも覚えています。しかし、今はその時には想像ができないくらい毎日を楽しんでいます。何故なら、生きている目標があるからです。

## 介護支援ボランティア講習会



**日時** 12月19日(金)

**会場** 生月町中央公民館

**参加対象者** 介護支援ボランティア活動を行いたい方(65歳以上) 他

**内容** 認知症予防・転倒予防

**問合せ・申込** 平戸市社会福祉協議会生月支所 TEL:53-2615/FAX:53-2651

### 平成26年度 社協特別会員紹介

長崎県平戸市岩の上町1477-1

**ノアズアーク  
動物病院**

☎ 0950-22-5050  
FAX 0950-22-5058

いつでも新鮮な野菜  
果物をお届け致します

**中山青果**

TEL23-2533  
FAX23-2518  
岩の上町1506

毎年たくさんのご注文  
ありがとうございます!

**年賀状印刷**

平戸のワクワク文具店  
**ながしま**  
好評受付中  
木引田町430 TEL23-8558

大切にしたい 心と心

**18Bank**

十八銀行 平戸支店

平戸市木引田町459番地  
TEL 0950-23-2181



ふれあいいきいきサロン

## 笑顔の輪

9月26日(金)たびら活性化施設において、平戸北部・田平地区ふれあいいきいきサロン研修会を開催。47名の方が参加されました。

研修会では「楽しく簡単にできるレクリエーションの紹介」のテーマで、レクリエーショングループお手玉の会の角野 悠氏を講師に迎え、手遊びや身近にあるものを使っての簡単な、脳に良いレクリエーションを披露していただきました。

講座は終始和やかな研修会となり、ここで学ばれたことは、今後のサロン活動の充実に役立てられることでしょう。



10月29日(水)に南部多目的研修センターにて、第4回ふれあい・いきいきサロン研修会を開催。77名の方が参加されました。

研修会では、「みんなでいきいき!レクリエーション!」のテーマで、平戸市社協 通所介護事業所主任、レクリエーションインストラクター石井 祐子氏による、脳トレ、頭の体操や、みんなが笑顔になる手遊びを学びました。

研修会は最後まで笑いが絶えず、皆さん笑顔で会場をあとにされていました。



## 平成26年度 団体会員紹介

平成26年10月31日現在

|                 |                   |                  |
|-----------------|-------------------|------------------|
| 愛の園保育所          | 中津良保育所            | ホープドリーム          |
| 精神障害者家族会「くろしお会」 | 中野愛児園             | みのり保育園           |
| 小鳩保育園           | 光の園保育園            | 特別養護老人ホーム わだつみの里 |
| 潮香保育園           | 平戸祐生園             | 特別養護老人ホーム 田平ホーム  |
| 獅子保育園           | 平戸市身体障害者福祉協会      | NPO法人 しあわせの木     |
| たんぼぼの里          | 平戸市地域婦人団体連絡協議会    | 田平町身体障害者福祉協会     |
| 堤保育園            | 平戸市民生委員児童委員協議会連合会 | 障害者支援施設 草笛が丘     |
| 津吉保育所           | 平戸市老人クラブ連合会       | NPO法人いきつきドットコム   |
| 平戸市手をつなぐ育成会     | 平戸市シルバー人材センター     | 社会福祉法人 敬昌会       |
| 東和愛児園           | 養護老人ホーム 光の園       | 平戸市母子寡婦福祉会       |
| 特別養護老人ホーム 平戸荘   | 平戸市連合遺族会          |                  |

ご協力いただき、ありがとうございました。特別会員は各号で紹介しています。(順不同・敬称略)

### 平成26年度 社協特別会員紹介

各種・中古車販売・整備  
**福石自動車**  
平戸支店

TEL:23-2205  
FAX:23-3784  
戸石川町945-1



ギフトセンター

### ひろたか

- 御祝 ■ご結納 ■ご婚礼引出物
- ご出産内祝 ■周年記念 ■忌明け志
- お中元・お歳暮 ■トロフィー・カップ
- のぼり ■オリジナルストラップ etc



長崎市魚の町2-1  
☎095-826-231

**BRIDGESTONE**

有限会社  
**早岐タイヤ-商会**

平戸営業所  
〒859-5153 平戸市戸石川町870  
TEL 22-2562/FAX 22-2562

## 林歯科医院



TEL  
**22-2345**  
浦の町712

## 祝350回～昭和59年から30年～

9月25日(木)生月町中央公民館において、一人暮らし高齢者等ふれあい食事会の敬老会・第350回記念お食事会が行われました。

ふれあい食事会は、昭和59年に始まり毎月1回の恒例行事として、ボランティアグループひまわり会をはじめ、民生委員、ボランティアの皆様によるご支援ご協力のおかげで350回という節目を迎えました。

当日は豪華なお弁当に舌鼓を打った後、沢山の催し物で会場は笑いに包まれ、記念にふさわしい食事会となりました。



## これからも安全運転で

9月30日(火)平戸市保健センター前において「電動車いす安全運転講習会」を開催しました。

この講習会は、毎年秋の交通安全週間に実施。平戸警察署交通課並びに平戸市交通安全協会の方々をお招きし、高齢者の交通事故防止についての講話と、電動車いすの実技指導がありました。電動車いすを使用する際には安全確認と低速での走行に心がけることや、点検の必要性など、安全な乗り方を学びました。



## 知って得する教育資金等説明会開催

10月4日(土)平戸市社会福祉センターにて、「各種教育資金等説明会」を開催し、35名の方が参加されました。

この説明会は、大学等へ進学する際に必要となる入学金や授業料・生活費等を捻出する場合に、自己資金だけでは賄う事が困難と予想される場合を想定し、お子様や保護者の皆様が安心して進学できるよう情報の提供を行う事を目的として、今年度初めて行いました。

本会の他に親和銀行、十八銀行並びにJAながさき西海の教育ローン等の説明を行い、説明会後半は個別相談会を実施しました。次回の説明会は、来年の2月頃に開催予定です。



### 平成26年度 社協特別会員紹介

**山内造船(株)**

TEL 22-2525  
田助町110



長崎・平戸の伝統を守り続けて三百年

株式会社  
**マルヤマ醤油**

〒859-6145  
佐世保市鹿町町土肥ノ浦185-7  
☎ 0120-50-2212



株式会社  
**松岡石油店**

〒859-5114 平戸市築地町513番地  
平戸中央給油所 ☎: 22-3121  
津吉給油所 ☎: 27-1388  
中部給油所 ☎: 28-2800

NTT docomo 外観・性能チェックや  
ピカピカにおそうじ!

**無料ケータイてんけん実施中**

**ドコモショップ平戸店**

年中無休・営業時間 10時～19時  
TEL.0120-095-038(7/11)

## 各学校で福祉教育に取り組んでいます

社会福祉協議会では、平戸市内の小・中・高等学校をボランティア協力校として指定し、児童・生徒の福祉教育の推進に取り組んでいます。

各学校ごとに体験活動や講演会の開催など、独自に取り組んでおり、社会福祉協議会では、講師の派遣や福祉機器の貸し出し等を通して各学校への支援を行っています。

今後も、将来を担う子ども達が福祉教育を通して、人として豊かに成長できることを願って、福祉教育の推進に取り組んでいきます。



車いす・アイマスク体験 (田平北小学校)



デイサービス体験(大島中学校)



デイサービス交流(中野小学校)



高齢者疑似体験(田助小学校)



ヘルパー体験(大島中学校)



視覚障がいについての講話(平戸小学校)



## わかったよ！命と自然の大切さ！

10月21日(火)たびら活性化施設で、赤い羽根共同募金チャリティーイベント「地域をつなぐ人形劇」を開催しました。公演は、東京を拠点に全国を巡回されている、劇団すぎのこによる「とべ！ドードー」が行われました。イベントには町内の保育園・幼稚園児や未就学児の親子が参加。

この人形劇により、子どもたちと高齢者の交流が図られました。また、赤い羽根共同募金運動への理解も深まりました。



### 平成26年度 社協特別会員紹介

有限会社 **ユタカ商会**

佐世保市干尽町5番3号  
代表取締役 豊島 拓郎  
TEL0956-32-6236

あなたの街のくるまやさん  
新車、中古車、  
車検整備、板金塗装

生月自動車(有)整備工場

TEL 53-0518

MASUYAMA **Power on our mind**

増山建設株式会社

■本社 平戸市生月町寺部浦67-1  
TEL:0950-53-0522  
FAX:0950-53-1528

■支店/五島  
■営業所/長崎・佐世保・上五島・対馬

**山崎弘**  
歯科医院



鏡川町366 ☎22-4208

## 福祉車両贈呈

10月20日(月)平戸市社会福祉協議会で福祉車両贈呈式を行いました。平戸市の離島である度島地区より去年11月に「過疎化する島内において、公共機関が全くなく、今後高齢者が診療所等に通院することができなくなる事等が予想され、福祉車両の寄贈の要望」が本会に提出され、本会「理事会」において寄贈を行うことが決定しております。

また、今年4月1日より「平戸市国民健康保険度島診療所・平戸市ふれ愛センター度島」が完成し、度島町住民の方は車両の寄贈を待ちわびておりました。

黒崎会長から特定非営利活動法人度島地区まちづくり運営協議会理事長 石田 達美様へ車両の寄贈が行われました。寄贈しました車両により、度島町の皆様方の福祉向上のお役に立つことを期待しています!!



## 高校生ボランティア活躍!!

10月25日(土)、26日(日)の2日間行われた平戸くち城下秋まつりに猶興館高校、平戸高校、北松農業高校より合計29名の高校生ボランティアが参加しました。

案内やそれぞれの会場で一生懸命取り組む姿が見られ、まつりを盛り上げてくれました。



## リフォームボランティア

(株)中野ハウジング様(一般社団法人日本住宅リフォーム産業協会加盟)が、敬老の日の月に、主に一人暮らしの高齢者世帯の家庭に、日頃お困りの点や少し使い勝手の悪い箇所をボランティアで修理・修繕していただきました。

開き戸の調整や戸車の交換など、一つ一つ丁寧に作業していただきました。

高齢者の方々が、より快適に過ごすことができるようになりました。毎年の活動に心よりお礼を申し上げます。ありがとうございました。



### 平成26年度 社協特別会員紹介

総合建設業  
株式会社 恋塚組

〒859-4813  
平戸市田平町深月免702番地1  
TEL57-1850/FAX57-1637

未来のウォーターフロント  
開発に貢献する

KA DOT  
門田建設株式会社

代表取締役社長 門田 治 男

生月本店/  
平戸市生月町里免1025番地  
TEL(0950)53-0555  
FAX(0950)53-0556

あなたの歯の悩みを  
私達に教えて下さい。

NATURAL  
TEETH

生月郵便局隣

TEL 0950-26-5555  
ブログ <http://ameblo.jp/n-teeth/>

JAながさき西海

ながさき西海  
農業協同組合

生月支店 山田支店



## ♪ 歌って、笑顔!! カラオケに招かれました♪

9月8日～12日の5日間、『敬老の日』にちなみ岩の上町にあるカラオケ店『みんなの唄』に通所介護のご利用者が無料招待されました。『みんなの唄』様がカラオケを歌って元気に長生きしていただこうと1992年の開店から22年間続けられている活動です。

利用者の皆さまは普段と違った雰囲気の中で、演歌や歌謡曲等に手拍子を合わせるなど楽しまれていました。ありがとうございました。



## 貸出のお知らせ

### 車イスを無料でお貸ししています!

社会福祉協議会では車イスを数台ずつ設置しております。

例えば…

- 病院からの一時退院で車イスが必要な時
  - 急なケガ等で車イスが必要になった時
  - 地域の講習会等で介護の勉強をしたい時 など
- 車イスのご利用に関するお問い合わせは、お近くの社会福祉協議会まで。



### レクリエーション用具貸出!

レクリエーション用具の貸し出しを行っています!!

例えば…

- 地域で活動を行う際に何か使いたい時
  - いきいきサロン等で使いたい時 など
- レクリエーション用具の貸し出しに関するお問い合わせは、社会福祉協議会まで。



## 平成26年度 社協特別会員紹介

◇自動車リース  
◇損害保険代理業

**NCS**  
**日本カーソリューションズ株式会社**

TEL:095-832-8180  
FAX:095-832-8185

〒850-0033 長崎市万才町2-12  
NTTコミュニケーションズ万才ビル1階

楽しい文具でみんなハッピー!

**たびらの文具屋さん**

OA機器、  
オフィス家具も  
扱ってます!

平戸市田平町山内免377  
TEL/FAX:0950-57-3347

**日立キャピタル**  
HITACHI  
こたえようとする力。

日立キャピタル  
オートリース株式会社

〒812-8605  
福岡市博多区店屋町1-35  
博多三井ビル2号館10階  
Tel:092-281-6920  
Fax:092-282-3892

**株式会社 微研テクノス**

〒857-1164 佐世保市白岳町166番地1  
TEL代表 (0956)31-9557  
FAX代表 (0956)31-4035

▶ホームページ <http://www.biken-t.co.jp/>  
▶E-mail [eigyoun@biken-t.co.jp](mailto:eigyoun@biken-t.co.jp)

# ふくしの輪

～地域ボランティア紹介～

## 田平町身障協「ふれあい」

- 会員数:40名 ■ 代表者名:弥勒院 正行
- 活動地区:田平地区



田平町身体障害者協会ボランティアグループ「ふれあい」は、年間を通じて町内外問わず元気に活動＝リハビリをモットーに、全国でも珍しい障がい者が障がい者をサポートする仲間達で構成されています。

写真は、今年の在宅重度障がい者の方々とのふれあい研修旅行で長崎へ行った時のものです。地元の中高一による「車いす・お買い物」介助の実体験を兼ねての取り組みに、今年も16名の学生の参加があり、若い笑顔に包まれた旅行となりました。

ふれあい活動は、毎週土曜日、平戸市保健センターの研修室を拠点に、午前9時～午後4時まででゴルフ、フライングディスク、ユニカール、盲・一般の卓球、音声・一般のパソコン、カラオケ、手工芸といった活動を展開しています。

平戸市内の障がいのある方、一緒にハイクオリティライフを楽しみませんか。

お問い合わせは事務局まで。080-5208-1708 (今浦)  
fureai-hiroko-77d8@ae.auone-net.jp

## 善意のともしび

多くの方より貴重なご寄付をいただきました。ご厚意に対し、厚くお礼申し上げます。皆さまから寄せられました寄付金は、地域福祉事業などに役立たせていただきます。また本会へいただきました寄附金は、税額控除の対象となります。ご寄付をいただきました方のご芳名は次のとおりです。  
(9月～10月末日受付分)

### 香典返し

#### 〔平戸地区〕

- 村田 庄八 様
- 根獅子町(亡父) 弥八様
- 松本 隆幸 様
- 古江町(亡父) 恭一様
- 立石 幸子 様
- 築地町(亡夫) 義敏様
- 磯田 勝行 様
- 鏡川町(亡父) 正藏様
- 高田 謀 様
- 新町 (亡父) 政雄様
- 早田 悠次 様
- 鏡川町(亡義母三輪シキ様)
- 久家 紀代美 様
- 大野町(亡母美代子様)
- 末吉 憲生 様
- 山中町(亡伯母青野美智様)
- 川淵 龍 様
- 鏡川町(亡子泰次郎様)
- 小田 隆司 様
- 鏡川町(亡父 學 様)
- 川上 勇 様
- 戸石川町(亡妻厚子様)
- 寺田 よしえ 様
- 山中町(亡夫 二男様)
- 山口 隆司 様
- 佐々町(亡父 剛重様)

#### 〔生月地区〕

- 岡野 孝久 様
- 鏡川町(亡妻 房代様)
- 岩本 薫 様
- 戸石川町(亡妻 幸榮様)
- 塚本 忠 様
- 館浦屋敷(亡妻みや子様)
- 松永 頼明 様
- 館浦屋敷(亡父 長夫様)
- 松永 美千枝 様
- 山田(亡弟松原文秀様)
- 加場 芳満 様
- 壺部(亡母 ハナ子様)
- 永澤 日出男 様
- 山田(亡母 タエ子様)
- 村尾 善次 様
- 山田(亡妻 登紀子様)
- 石丸 廣美 様
- 浦北(亡妻 ミヨ子様)
- 吉田 知安 様
- 浦北 (亡父 金吉様)
- 深江 義信 様
- 山田 (亡母 照子様)
- 出口 順一 様
- 館浦浜(亡父 佐市様)
- 金田 鎮雄 様
- 外目 (亡母 ハマ様)

#### 〔大島地区〕

- 木山 甚三郎 様
- 下寺 (亡妻 洋子様)
- 吉永 綾子 様
- 山内(亡夫 堅太郎様)
- 筒井 勝富 様
- 山内 (亡母 マサ様)
- 濱野 義隆 様
- 小崎 (亡父 富重様)
- 藤本 治正 様
- 田代 (亡父 貞雄様)
- 北川 貢 様
- 万場(亡母 フクエ様)
- 宮内 宗治 様
- 大根坂(亡父 繁一様)
- 石田 忠義 様
- 神浦(亡妻 美代子様)
- 中村 英子 様
- 西宇戸(亡父吉三郎様)
- 丸田 利広 様
- 大根坂(亡母タズ子様)
- 北原 一寛 様
- 神浦(亡祖母 エイ様)



## ひらど社協だより Vol.55

平成26年 11月14日発行

社会福祉法人

### 平戸市社会福祉協議会

(本所)〒859-5121 長崎県平戸市岩の上町1466番地

平戸市社会福祉センター内 ☎22-2180/FAX22-3175

【E-mail】hirado@sha-kyo.net

【ホームページ】http://www.sha-kyo.net/

【公式Facebook】https://www.facebook.com/hiradoshakyo



フェイスブックQRコード

### － 編集後記 －

秋も一段と深まり皆さまいかがお過ごしでしょうか?スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋…。皆さんにとって、秋はどんな季節でしょうか?食欲の秋というフレーズに負けてしまうこともあります(笑)ふだん体を動かすことが少ない方も、この秋から、何かスポーツを初めてみてはいかがでしょう?ちょっと散歩するだけでも、心地良い風に触られるのではないのでしょうか。これから寒さに向かう季節、ご健康にはくれぐれもお気をつけになりお過ごし下さい。

→次号は平成27年1月15日発行予定です。