



ふくらの

発行:倉野地区コミュニティ協議会

電話0996-37-3233



倉野磨崖仏
梵字(オーンク)

県指定無形民俗文化財「奴踊り」

地区の話題




薬の飲み方

薬は病気や怪我の治療のために、あるいは健康の保持・増進を目的として使用します。薬を安全に使うために、決められた量や回数を守って服用しましょう。

●服用時間

【服用時間の目安】

- ① 起床時：朝起きてすぐ
- ② 食 前：食事のおよそ30分前
- ③ 食前中：食事のすぐ前
- ④ 食直後：食事のすぐ後
- ⑤ 食 後：食事のおよそ30分後(または30分以内)
- ⑥ 食 間：食事のおよそ2時間後
- ⑦ 就寝前：寝る前およそ20～30分前
- ⑧ 就寝直前：寝る直前
- ⑨ とんぶく：症状のひどいときや発作時に指示どおりに飲む




川内薬剤師会の講座開催

合唱、薬について
10月3日、ふれあいサロン



今年も鮮やかな彼岸花の花が咲きました。
倉野地区の風景巡り!!

お知らせ

旧倉野小学校清掃作業

日時 11月5日(土曜日) 8時00分～ 集合場所 コミセン

薩摩川内市との清掃作業委託・・・年3回、3回目の実施で本年度最後の作業

コミ主催 介護予防元気度アップ ポイント付与

・・・皆様方のご協力をお願いします。

自治会対抗グラウンドゴルフ大会の開催について

日時 11月6日(日曜日) 開会式9時00分～ 開催場所 旧倉野小学校
雨天時は13日に延期、13日雨天の場合は中止とする。

コミ主催 介護予防元気度アップ ポイント付与

今まで運動会を実施しておりましたが高齢化の進行等により運動会の開催は困難な状況にある事から「自治会対抗グラウンドゴルフ大会」に置き換えます。

又、2月のグラウンドゴルフは今大会に集約といたします。

2022年 11 月 行 事 予 定

11月5日	土曜日	旧倉野小学校清掃作業	8時00分～	集合場所 コミセン
11月6日	日曜日	自治会対抗グラウンドゴルフ大会	9時00分～	旧倉野小学校
11月7日	月曜日	ふれあいサロン	10時00分～	コミセン
11月8日	火曜日	ふれあいサロン(一日研修会)	8時40分	集合場所 コミセン
11月12日	土曜日	ひまわり会(グラウンドゴルフ)	10時00分～	旧倉野小学校
		稲穂会(定例会)	19時00分～	コミセン
11月17日	木曜日	ハート&スマイル教室	13時30分～	コミセン
11月20日	日曜日	樋脇地域グラウンドゴルフ	8時30分～	樋脇グラウンド・ゴルフ場
11月26日	土曜日	ひまわり会(グラウンドゴルフ)	10時00分～	旧倉野小学校