



50歳の節目に

ペンネーム 堺っ子ママ
毎月クロスワード楽しみに解いています。頭の運動になってすごくいいです！50歳の節目にこれからより一層健康に気をつけながら、食生活や運動を意識して生活していきたいと思っています。

未来の看護師と

北区野遠町 古場直子(50歳)
看護学生の娘と一緒にクロスワードを解きました。毎日研修での出来事を話しながら「とも」を読ませて頂いています。梅を楽しみながら

梅を楽しみながら

南区深阪南 ペンネーム みっちゃん
先日、梅見ウォーキングに参加しました。綺麗な梅が咲いていて良かったです。

浅井 富美子
(安井支部 絵手紙サークル)



ゆっくりカフェいいな

西区平岡町

田村静子(79歳)

私も去年鳳クリニックのふれあい昼食会を利用しました。3月号の聴診器に出ていた「ゆっくりカフェ」大賛成です。歌を少しとランチ各自持参でどうでしょう。そのうち、誰かボランティア精神旺盛の方が現れるのを期待します。

不安がいっぱい

西区浜寺船尾町

高瀬衣利子(66歳)

1つ年上の夫と昨日、人間ドッグに行ってきた。2人とも、もう何があってもおかしくない領域です。このところは相方が旅立ってお一人様になった時の暮らし方について話す事が多くなりました。いくら考えても、話しても、調べても、不安は増すばかりです。もともとつと医療や介護に税金を使ってほしいと思います。

母を応援

中区深井沢町

吉田三枝子(53歳)

母がともの配布活動をしています。これからも健康で続けていけるように、応援していきたいです。よろしくお願ひします。

窪田 美代子

(鳳支部 俳画絵手紙教室)



平和の有り難さ

堺区旭ヶ丘中町

小原尚子(46歳)

毎月読むのを楽しみにしています。「私の戦争体験」は、当時の庶民の生活が如何に大変であったか、人の命が粗末に扱われていた事を考えさせられ、平和の有り難さを痛感させられます。

配達ボランティア続けて

南区宮山台

林美弓(76歳)

わずかですが、ともの配達ボランティアに参加させていただいて、もうすぐ2年。映画にヨガ、セミナーも楽しみです！

仲良く付き合って

北区百舌鳥西之町

山口佐知子(71歳)

古希を過ぎ、まだまだ元気と思っていたが身体のおちこちにガタが来ています。どうしたら良いものか。仲良く付き合っついていかなければと思う今日この頃です。

お世話になってます

西区上

辻莉奈(37歳)

小児科でも、内科でも耳原にはお世話になってます。「とも」も興味深く読ませていただいています。

気になるレシピ

西区鳳東町

小岩順子(72歳)

私のおすすめ！「簡単レシピ」。グルテンフリーのきな粉蒸しパン、「お正月太りをリセット」の言葉が気になり私も一度試してみます。

草木は正直

大阪狭山市大野台

宮本文恵(82歳)

和泉のリサイクルセンターに梅の花を見に行きました。今年は寒さがイタズラしたのか、紅梅が少ししか咲いていませんでした。暖かくなつたので咲いたかなと思いましたが、草木は正直ですね。

立山 雅代

(西陶器部 ペーパークラフト班)



孫に好評!

高石市取石

沼間綾子(72歳)

この頃は時短レシピをよく利用するようになり、「おすすめ簡単レシピ」を参考にしています。つい先日、「ソーメンチャンプル」を作ったところ孫にも好評で美味しかったです！

次は忘れない

泉大津市要池住宅

増野豊子(75歳)

いつもクイズ楽しみにしています。クイズ出来上がってハガキを書いては出し忘れてしまいました。せつかく出来たのにとがっかりしますが、今度は忘れません。

配布で健康に

中区深井北町

米澤登代子(82歳)

健康友の会みみはらの会報を配るお手伝いをさせていただいております！健康になり、助かっております！これからも、頑張ります！

先生の話ききたい

岸和田市荒木町

浜野淳(52歳)

いつも新聞を拝読しています。普段接する先生や看護師さんのインタビューなど若い人の話題も期待します。

筋トレ記事読んで

和泉市唐国町

小山裕佳(42歳)

筋トレの効果の記事を読んで、頑張ろうと思えました。

子育てのこと知りたい

西区浜寺船尾町西

伊藤友梨(37歳)

いつも楽しく拝見させて頂いています。子育てに関する記事があっても嬉しいです。

新聞『とも』の手配りにご協力をお願いします

「とも」は、会員さん・地域と友の会を結ぶ機関紙として毎月1回、発行しています。

現在、約4万部の配達を約1000人の配達協力者の方にご協力いただいています。

月に1度、家の近所や散歩のついでに5部~10部ほど配布をお手伝いしていただけませんか？

これからも顔が見える配達を通じて健康づくりを発信していけるようご協力よろしくお願いします。

お問い合わせ：健康友の会みみはら事務局

電話 072-244-8061

会員のみなさまへお願い

転居、死亡、退会の場合は事務局までご連絡ください。

連絡先 健康友の会みみはら事務局 月~金 9:00~17:00

電話 072-244-8061 FAX 072-244-7860

メール tomo-kenkou@mimihara.or.jp

第38回 総代会のご案内

2025年度の健康友の会みみはら総代会を以下の日程でおこないます。

日程：6月7日(土) 13時30分~16時

場所：みみはらホール

参加対象：各支部からの代議員

内容：2024年度到達の確認

2025年度方針の確認

役員選出

※支部では、総代会までに支部総会及び議案書確認をおこなってください。

耳原鳳クリニック Instagramはじめました!

耳原鳳クリニックの診察や取り組みの情報をスタッフがいち早くお届け!

ぜひ、フォローお願いします。



#MIMIHARAOTORICLINIC

