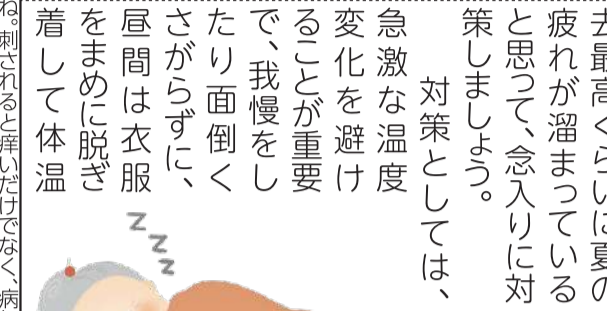


歴史探訪の会
2年前に城郷小機地... 歴史探訪の会... 先生は「歴史の中に...」

夏から秋へ
季節が移ります
9月になって... 去最高くらいに夏の... 疲れが溜まっている... 策としては、

えがおの介護相談所
だんだん涼しく... 急激な温度... 変化を避ける... 対策としては、



介護の相談は
お気軽に
お気軽に... 監修... 主任介護支援専門員... 港北ケアプラン



肩甲骨体操インユーズの樹
体を元気にする！... 挑戦を毎月1回する... 水曜日の午後1時から... 3時まで高田ゆず... の樹で楽しんでいる... グループです。



えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
少し前から小欄で付けて始めている。再度ご説明しておきます。順位ではなく、ユニークな発想や目につくような、優れた表現などが見られた作品を付けています。数は上限があり、課題時は5つ自由枠は3つ。★が足りないと評価されるのは嬉しい限り。掲載してより良い句に仕上げてください。
選者 新垣紀子

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおお歌壇
雲 または自由
雲とともに空を渡りて行く鳥よあ揺れながら近づきながら... 雲ひとつなき青空の果てまでも届いてくれよこの我が願い... 雲の写も送ってくれし友は無事さらさら洗う皿のま白き... 満月の夜だけはどうぞ遠慮を是非伝えたい雲に会えたら... 朝夕に涼風感じ見上げれば秋の雲あり胸なでおおす... 雲の間に揺れる光は希望なり杖つく友が坂道を登る... うるこ雲故郷の空が懐かし語り合う友も少ないが... 暖味な関係までも雲たいかち変えても消えないでいる... 夫婦つて雲と空だよ寄り添って時に離れてまた近くいる... 夕立ちを兆す風あり雲のあり今日一日は安居になりに... 文太郎 美貴男 桃男 森田 桃男

えがおスマホかんたん講座
困りごとの実例を解説！
「納得ポイント」
「無料」と書かれているアプリをダウンロードして使うのは無料です。
「有料」と書かれているアプリは有料です。
「無料」と書かれているアプリは無料です。
「有料」と書かれているアプリは有料です。

えがおのスマホパソコン救急隊
スマホ、パソコンのお困りごとご相談ください。
できるだけ出張サービス。港北区区内であれば1時間4400円(以降30分2200円)です。出張料や基本料金などはありません。
☎090-8305-1006 えがおまで

監修 真龍堂 えがおの占い 9/15~10/14まで
監修：新横浜・真龍堂 詳しい相談の希望は ☎ 080(6597)7388まで
猛暑が続くとはいえ、風に少しばかり秋を感じ、また暗くなる虫の声が聞こえます。皆様お元気にお過ごしでしょうか。季節を表す二十四節気の寒露・霜降・立冬...涼しげな文字が並びます。今後は四季ではなく二季になるともいわれていますが、小さくても少しずつ動いている季節を感じながら「えがお」で今も頑張りましょう！

ヘルパーさん募集
時給 1600円~2400円
65歳以上、多数活躍中!! 週1~OK 未経験者歓迎!
時給 1600円~2400円・早朝 深夜手当あり 移動手当あり 通勤手当あり
賞与年2回あり・前年度実績 20,000円~400,000円(勤務時間による)
港北ケアプラン 港北区大倉山 6-5-14
045-540-2861
有線会社港北ケアプラン まずはお気軽にお電話ください 045-540-2861 担当：坂本

悪質な屋根修理業者に要注意
突然訪問してきた屋根修理業者が「屋根の無料点検をする」といわれ、工事、点検を依頼したところ、屋根を故意に壊されたり、多額の修理代金を請求されるといったトラブルが多数発生しています。
このような業者の特徴は
①事前連絡なく、突然、自宅に訪問してくる
②「無料点検」と説明をしてくる
③工事をしないかすぐに屋根が崩れるなど、必要以上に危険だと言って不安をおおる
そんなときは迷わず以下に相談しましょう
悪質商法 110番045(651)1194
警察相談専用電話 #9110
港北警察署 045-546-0110

難聴と補聴器
「手島恵子さんの場合」
去年、補聴器をなくして買い変えたが調整がうまくいかなかった。数年前に突発性難聴で右耳に聞こえない。左耳だけが頼りだが、難聴が進み補聴器をつけても友人とのおしゃべりも半分聞かなくなってしまった。
今年の目標は、「めげない、引きこもらない、諦めない、挑戦する」だ。
「ことごとん落ち込むとツツと思つた。聞こえないのは仕方がない。聞かなくなったのは仕方がない。失った機能を嘆くくらい今できること。私は、しゃべれるし書ける「発信」はできるのだ。
難聴の難しさは、マンツマンで向かい合ってもそのレベルの大きさ場所の騒音などの影響で聞き取れる時と聞けないことがあること。
例えば、ロイヤルホストの大きなテーブルで向かい合うと、もう七割は聞こえない。微笑んで相槌を打っているが、余りわかってはいない。
難聴は、微笑みの障壁といわれている。由縁だ。複数の人たちの会話には、ほぼお手上げだ。私は、気心の知れた仲間だと隣に座った人、に時々通訳してもらっている。その時に誤解されがちなのは、大きな声は逆効果で普通のトーンの話しかの方が聞こえること。それでも会話には入れない。聞こえない孤独を感じる。寂かな本音だ。

えがおスマホかんたん講座
一番場所を取らないのは写真や動画。
↑上のアプリが入っているアプリが入っています。古い写真や、同じような写真を整理して削除するのも効果的。
また送られてきたLINEやメールの写真をアルバムに保存後、メッセージから削除、整理をすることでスマホはさほど軽快に動くようになります。

私の失敗
①突発性難聴で聞こえなくなった時、気がつくのに二か月かかった。治療が必要で、突発性難聴は、早期治療が必要で、突発性難聴で右耳に聞こえない。左耳だけが頼りだが、難聴が進み補聴器をつけても友人とのおしゃべりも半分聞かなくなってしまった。
今年の目標は、「めげない、引きこもらない、諦めない、挑戦する」だ。
「ことごとん落ち込むとツツと思つた。聞こえないのは仕方がない。聞かなくなったのは仕方がない。失った機能を嘆くくらい今できること。私は、しゃべれるし書ける「発信」はできるのだ。
難聴の難しさは、マンツマンで向かい合ってもそのレベルの大きさ場所の騒音などの影響で聞き取れる時と聞けないことがあること。
例えば、ロイヤルホストの大きなテーブルで向かい合うと、もう七割は聞こえない。微笑んで相槌を打っているが、余りわかってはいない。
難聴は、微笑みの障壁といわれている。由縁だ。複数の人たちの会話には、ほぼお手上げだ。私は、気心の知れた仲間だと隣に座った人、に時々通訳してもらっている。その時に誤解されがちなのは、大きな声は逆効果で普通のトーンの話しかの方が聞こえること。それでも会話には入れない。聞こえない孤独を感じる。寂かな本音だ。

シニアヒップホップダンス
毎週水曜日! 大倉山駅徒歩3分
散歩より効果的 筋トレより簡単
いつでも参加できます
体験レッスン ¥500
お申込フォーム
Aクラス 水11:00~ Bクラス 水12:00~
お電話でもOK 090-3532-8863 (浜中)
横浜ベビーヒップホップスタジオ

えがおの便利屋
ちょとしたお困りごとをお手伝いします!
部屋清掃・家具の組み立てや移動・小さな引越し
庭の手入れ・家族の見守り・高所作業
1時間 4,400円以上 (作業内容で変動あり)
30分ごとに2200円追加です!
☎090・8305・1006
えがおの便利屋は株式会社K&Tと提携提携しています