

<p>顔晴れ 160号 *新会員募集 20%増目標</p>	<p>*活動の記録 *情報の共有</p>	<p>新型コロナ感染状況 全国的に感染者 が急増。毎日20 万人超え。</p> 	<p>*弥生区；334世帯・1085人（男523・女562） *弥生区高齢者291人（26.8%）；鞍手町39.3% *会員数58名（男25、女33名）平均 79.6歳 *発行；若生会 *編集；西山 堅</p>
---	--------------------------	--	---

*高齢者相互支援で終の棲み処にしたい街づくり *サロンで 健康づくり・認知症予防・感動人生

<p>新型コロナ感染者数 (人) *7/31 毎日新聞 世界感染；5億7,625万 国内死亡；32,430 世界死亡；640万 福岡県感染；628千 国内感染；1,237万 鞍手郡；1,689人</p>	<p>7/7福岡コロナ警報発動中 国のまん延防止装置を想定 した対応を事前に県民に注 意喚起する発動です。</p>	<p>怖い熱中症・絶対無理しない 熱中症には前兆が有ります。 早めの水分補給、日中の外出 は控えて命を守りましょう。</p>
---	--	---

7/11 第238回定例サロン*参加者；29名 短冊に願いごとを書きました。一瞬 マスクを外し記念写真



“この歳で七夕飾りが出来るなんて幸せ”と好評。竹切等準備ありがとう

平均寿命縮む/R3年の日本の平均寿命は男女供10年振りに前年以下に。R3の平均寿命/男性81.47歳、女性87.57歳。国別では、女性は世界一、男性は世界3位。平均寿命減少の要因は「新型コロナが原因で死亡率が上昇したことが影響かも」と分析。（厚労省資料）

↑ 7/23 第239回サロン夢塾
参加者20人：南蔵院ご住職のDVD鑑賞会。涙が出た・また聴きたいと好評でした。

<p>残夏の疲れをよくに 夏場は疲労が溜まりがち。シャワーよりも湯船に38度～40度のお湯に10分間はつかりと副交感神経が働くことで心身がリラックス。夏バテ予防に一番必要な深い睡眠が得られる。お風呂に入ると、血管が広がり血液の流れがよくなり体の老廃物も排出される。 *引用：夏を涼しく！おばあちゃんの知恵袋・大和出版</p> <p>夏バテ解消 ⇒ 食事・運動・睡眠を十分に</p>	<p>お詫び/Gゴルフ県・筑豊大会出場枠変更 グラウンドゴルフ県大会及び筑豊大会出場選手名を「頑張れ」と 老連広報「ふれあいひろば」で発表後、出場枠の変更連絡あり。変更後の若生会の出場選手名をお知らせします。 *9/15日 県大会出場 ⇒ 小田榮一郎・小田昭子 選手 *9/28日 筑豊大会出場 ⇒ 久保福代・古賀正博 選手 *みなさん応援しましょう フレ～フレ～</p>
--	---

<p>R4年 当面の予定表 *8/8：240回サロン/定例 *8/20：241回サロン/夢塾 *Gゴルフ夏休み/8月10～16迄 *9/14；パタック筑豊大会 *9/15；Gゴルフ県大会 *9/28；Gゴルフ筑豊大会 *10/5；パタック県大会</p>	<p>▼何か お手伝い電話 遠慮なく *体調不良・悩み事・詐欺？等は高齢者相互支援員・地域貢献サポート・民・児委員に☎下さい。 緊急連絡先☎は冷蔵庫に貼ってね 貴方に賞金が当たりました。おめでとうございます等のメールが届いても、絶対開かないで下さい</p>	<p>7月MVP宮崎豊一氏・新ハンディ6</p> <table border="1"> <tr> <td>ネ</td> <td>① 宮崎 豊一</td> <td>45.0</td> </tr> <tr> <td>ツ</td> <td>② 小田 榮一郎</td> <td>45.5</td> </tr> <tr> <td>ト</td> <td>③ 西山 堅</td> <td>46.3</td> </tr> <tr> <td>グ</td> <td>① 古賀 正博</td> <td>39.4</td> </tr> <tr> <td>ク</td> <td>② 宮崎 豊一</td> <td>40.0</td> </tr> <tr> <td>ス</td> <td>③ 西山 堅</td> <td>41.3</td> </tr> </table> <p>H/O：①宮崎12 ②衛藤10 ③中西・西山9</p>	ネ	① 宮崎 豊一	45.0	ツ	② 小田 榮一郎	45.5	ト	③ 西山 堅	46.3	グ	① 古賀 正博	39.4	ク	② 宮崎 豊一	40.0	ス	③ 西山 堅	41.3
ネ	① 宮崎 豊一	45.0																		
ツ	② 小田 榮一郎	45.5																		
ト	③ 西山 堅	46.3																		
グ	① 古賀 正博	39.4																		
ク	② 宮崎 豊一	40.0																		
ス	③ 西山 堅	41.3																		



新型コロナ感染者数記録更新・・7月28日、1日の感染者 233,003人・4日連続20万人越え（NHK資料）