

## ふれあい便り 2026年6月

〒239-0842 横須賀市長沢1-13-3 開所時間：(火)～(土) 10時～16時  
TEL: 046-884-8843 問い合わせ時間：10時～17時

### ★誕生会★

日時：6/17(水)・6/19(金) 12:00～  
参加費：200円  
申込み締切：6/13(土) 16:00  
※どちらかの日に一人一回参加できます。  
事前支払い・当日キャンセル返金不可です。  
  
大阪王将の食事とデザートが出ます。  
誕生月4～6月の方にはプレゼントがあります。

### ★歯と口の健康づくり教室★

市役所の方がオーラルフレイル予防の  
講義を行ってくださいます。  
興味のある方はぜひご参加ください。  
  
日時：6/25(木) 15:30～16:30  
開催場所：就労プラザながさわ



### ★昼食の申し込みについて★

予約・キャンセルは前開所日の17時までに、来所または電話でお願いします。

第1・3火曜日 ブルーシーズ カレー(200円)  
第2・4火曜日 ブルーシーズの選べる昼食(すべて200円)

①まぐろカツバーガー&ポテト ②まぐろカツ丼 ③ツナトマトパスタ

水曜日 饗相弁当(固定メニューまたは日替わり弁当・無料)  
木曜日 キッチン彩弁当(無料)  
金曜日 饗相弁当(固定メニューまたは日替わり弁当・無料)

※昼食内容や料金は変更になる可能性があります。

食中毒等の恐れがある為、  
15時までに来所して  
お召し上がりください。

### ★コラム 忘れる(7)

顔回は孔子に言うのです。「先生、先生、坐忘ができるようになりました。」  
孔子「坐忘って、何だい」  
顔回「体を忘れ去り、目や耳の働きもなくして、知恵も追いやってしまいます。  
座ったままみんな忘れてしまうことです。」  
孔子「顔回はえらいなー。これからは、顔回が私の先生だ。」  
どうです？忘れること、こだわりがなくなることは、最高の境地と  
されているのです。もちろん、荘子の視点からみでの話ですよ。



北川年一先生  
東京大学医学部卒業  
津久井浜クリニック元院長  
医療法人財団青山会理事長

★感染症の影響や急な天候不良等により、開所日時・内容が変更になることがあります。予めご了承ください。