



味覚の秋到来! 元気な歯で食事したいですね!

暑かった夏も過ぎ、やっと秋らしい気候になりました。汗をかかずに食事ができ、美味しいものをゆっくり味わいたい季節です。

さて、皆さんはどのくらいの頻度で歯のクリーニングを行っていますか? 歯の大切さは分かっている、定期的に歯医者へ通うのは大変だと感じる方も多いのではないのでしょうか。そこで改めて、歯のクリーニングのメリットを簡単にご紹介します。

- ・ 虫歯や歯の不調がないかチェックしてもらい、早めに治療ができる (義歯の方も、ぜひ定期的な調整と歯茎などのチェックを!)
- ・ 歯ブラシでは落とせない汚れを落としてもらえる
- ・ 歯周病や歯周病菌による他の疾患 (糖尿病・気管支炎・心臓疾患・脳卒中など) の予防になる



●メンバーからのコメント



医師との相性や信頼関係はとても重要。初めての歯科でいきなり抜歯を勧められ、あまりのショックに他の歯科 2 軒へ。結局、最初の医師の元へ戻り、納得できるまで、とことん話し合いました。納得できる治療を受けられることが大切ですね。抜歯後は口腔環境良好です♪ (メンバー I さん)

自分を後回しにして歯医者へ行くのを忘れていたら虫歯が! それ以来 3 か月ごとに必ずクリーニング。フッ素塗布はしない派です。(メンバー A さん)



皆さんも気持ちよい歯で食事ができますように!

ねこの手

レンタルボックス はじめました!



ねこの手のショーウィンドウでは、レンタルボックスを配置し、ハンドメイドの作品などを展示・販売しています。

現在、レンタルボックスを借りて、展示・販売してくださる方を募集中! 西武豊島園駅すぐそばで、多くの方が通る立地です。お申込み・お問い合わせは、☎03-5999-1030 まで。

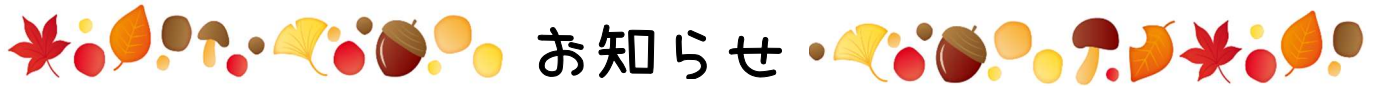
◇ 1 か月 500 円

◇ 縦 34cm、横 31cm、奥行 32cm

◇ 展示販売できるもの: 手作り品、書籍、装飾品など

レンタルボックス以外にも
たくさんの商品を販売中!
ぜひ、見に来てください!





※諸事情により、イベントが中止・変更となる可能性があります。
お申込み・お問い合わせは、03-5999-1030 までお電話ください。



ねこの手 相談情報ひろば

月・火・木・金：13時～16時 土：10時～13時（水・日・祝 休み）



ふろしき食堂（第1木曜）テイクアウトのお弁当 ★再開決定★

10月7日（木）・11月4日（木）受け取り時間 11:30～12:00
限定20食。事前申し込み制。デザート付き600円。



パソコンサークル（第1土曜）10月2日（土）・11月6日（土）13:30～15:30



お習字の会（第2火曜）10月12日（火）・11月9日（火）13:30～14:30



布の会サークル（第2土曜）10月9日（土）・11月13日（土）13:30～15:30



お茶カフェ（第3木曜）10月28日（木）※第4木曜・11月18日（木）13:30～14:30



こども食堂（第3金曜）テイクアウトのお弁当

10月15日（金）・11月19日（金）17:30～18:30
こども 無料、大人300円。限定30食。第3水曜日までに要事前申し込み。



ふろしきひろば（本人ミーティング）（第4火曜）

10月26日（火）・11月30日（火）※第5火曜 14:00～15:00
受付は、練馬地域包括支援センター 03-5946-2544 まで。



オレンジカフェ・茶の間（第4金曜）10月22日（金）・11月26日（金）13:30～15:00

賛助・ご寄附ありがとうございました

2021年7月27日～9月22日の期間中、以下の皆さまに賛助・ご支援いただきました。
こども食堂への食材や品物のご寄附もたくさんいただき、大変感謝しております。
誠にありがとうございました。引き続きのご支援、何卒よろしくお願い申し上げます。

.....
賛助・寄附金：Hさま、木瓜の花さま、金田さま、Kさま、Kさま、佐藤さま、水谷さま、Sさま、Sさま、
首藤さま、Oさま、Kさま、井上さま、村井さま、富田さま、Tさま、Iさま、Oさま
寄附品：Oさま、Uさま、Mさま
.....

●お問い合わせは こちらまで

電話：03-3948-3390 Eメール：actfuro@oak.ocn.ne.jp

営業時間：月曜～金曜 9:00～17:00 土曜 9:00～13:00（日曜・祝日はお休み） \フォローしてね!／

ホームページ：<https://www.act-furoshiki.com>

NPO ふろしき ➡ 検索



ホームページ



Instagram

石神井公園ふるさと文化館では、企画展「思い出のとしまえん」を11月7日まで開催中！観覧料は無料。1926年から94年間、たくさんの人に愛されたとしまえんのあゆみを振り返ってみませんか？秋の散歩のついでに、よろしければ、ぜひ！



次回は12月に発行予定です。2021年も残り3か月。どうぞ皆さまお元気で！