



# たかさごだより【霜月】



## 【優】運動会【勝】



今年は7連覇がかかった運動会でした。緊張のなか、力の限り戦った本館の精鋭達。結果は・・・。見事優勝を収めました。おめでとうございます。来年も優勝を目指し体力作りに励みます！



11月の鳥はヒガラ【日雀】です。スズメ目シジュウカラ科留鳥または漂鳥として、屋久島以北に生息します。冬季に移動する個体が多いです。平地から山地の針葉樹が多い林や、樹木の多い公園などで見られます。主に昆虫類やクモ類で、草木の種子も食べます。日本のカラ類ではもっとも小さいです。

さえずりが「ひんから」と聞きなしされたため、「ひがら」となったという説があります。「ひがら」の名は室町時代から知られます。

今年も寒暖差の激しい季節となりました。如何お過ごしですか。今年も「高砂荘文化祭」が23日に開催されます。ご多忙中とは存じますが、是非ご参加下さいませ。今年の発表会も午前中を予定しております。案内状をよくご確認くださいませ。

深秋の候、体調を崩されませぬよう、ご自愛下さいませ。

本館施設長 澤山和之

写真掲載に際し、本人の承諾を得ております。無断転用禁止。

## 【健】健康診断【康】



年に二回の健康診断を行いました。身長体重に、血圧・心電図にレントゲン。人通りの検査が終了すると、医師の所見になります。健康は宝。長生きできるように普段から気を付けましょう。

