

マルコシ 年間スケジュール 2017

一月(睦月) 元旦 大寒 成人の日

28	25	24	18	13	11	10	4	3
新・人生講座	生涯学習	人生講座	日本の言葉	編物教室	古代への道	人生講座	新・広島学	俳句歳時記
166	166	167	83	10	83	167	83	25

二月(如月) 立春 雨水 建国記念の日

28	25	22	15	14	10	8	7	1
懐かしい映画	新・人生講座	日本の言葉	編物教室	人生講座	古代への道	新・広島学	俳句歳時記	人生講座
12	6	84	11	168	84	26	84	169

三月(弥生) 春分 春分の日

28	25	22	15	14	10	8	7	1
懐かしい映画	新・人生講座	日本の言葉	編物教室	人生講座	古代への道	新・広島学	俳句歳時記	人生講座
13	7	85	12	170	85	27	85	171

四月(卯月) 清明 穀雨 昭和の日

14	12	11	5	4
新・人生講座	懐かしい映画	人生講座	日本の言葉	編物教室
14	10	175	88	15

28	26	25	22	19
古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学	江原ハスツアー
88	29	176	88	



江原文男の ショールーム& 戦後探索ツアー

五月(皐月) 憲法記念日 みどりの日 立夏 小満

27	24	23	20	17	12	10	9	3	2
新・人生講座	懐かしい映画	人生講座	日本の言葉	編物教室	古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学	オレンジフェスタ
11	17	177	89	17	89	29	89	89	

第11回 オレンジフェスタ

5/27 オレンジフェスタ



金本和宏の ショールームツアー

28	27	24	21	16	14	13	9	7	6
新・人生講座	懐かしい映画	編物教室	人生講座	日本の言葉	山野幸恵の	古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学
8	15	13	86	86	1	86	28	173	86

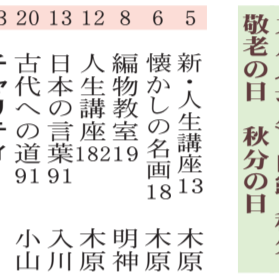


山野幸恵の ショールームツアー

七月(文月) 小暑 大暑 海の日

28	26	25	22	19	14	12	11	5	4
新・人生講座	懐かしい映画	人生講座	日本の言葉	編物教室	古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学	金本ツアー
9	16	174	87	14	87	30	87	180	89

30	26	23	22	11	9	8	2	1
新・人生講座	懐かしい映画	編物教室	人生講座	日本の言葉	古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学
12	17	179	90	90	181	90	31	90



山田智恵の ショールームツアー

九月(長月) 白露 秋分 敬老の日 秋分の日

30	27	26	23	20	13	12	8	6	5
新・人生講座	懐かしい映画	編物教室	人生講座	日本の言葉	古代への道	俳句歳時記	人生講座	新・広島学	チャリティ
13	18	1219	91	91	91	32	91	183	91

9/23 復興支援チャリティ



東日本大震災復興支援チャリティ

28	27	25	24	20	18	13	11	10	4	3
新・人生講座	懐かしい映画	編物教室	人生講座	日本の言葉	古代への道	山田ツアー	人生講座	新・広島学	講座ツアー	俳句歳時記
14	19	184	92	92	92	185	92	185	92	33



山田智恵の ショールームツアー

十一月(霜月) 立冬 小雪 文化の日 勤労感謝の日

3	1
懐かしい映画	夢拾いウォーク
20	



第5回 夢拾いウォーク

11/3 夢拾いウォーク

28	25	22	15	14	10	8	7
新・人生講座	日本の言葉	編物教室	人生講座	古代への道	新・広島学	俳句歳時記	人生講座
14	93	21	186	93	34	93	187

十二月(師走) 大雪 冬至 天皇誕生日



講座風景

講師紹介



人生講座・講師 木原伸雄さん(79) 第四講座・講師 半田和志さん(69) 第三講座・講師 小山 正さん(71) 第二講座・講師 入川 実さん(69) 第一講座・水先案内人 岡元美紀恵さん

少年高齢化社会のと真ん中で 幸せに生きるための心得

がんでも長生きできる 生活習慣を良い方に変える 木原伸雄

幸運が続いたがんの発見

十四年前の胃がん発見は定期健康診断でした。健康に自信満々の私は健康診断の結果を報せる病院の呼び出しに感じなかつたのです。叱られたよ。洪々と聞いた医師の診断は「進行性の悪性胃がん」。寿命が五年といわれながらしぶとく生きています。今回発見されたのは直径85mmの肝臓癌。昨年末、心筋梗塞で入院したとき治療の過程で偶然発見されたのです。予兆がなかっただけにびびりました。

「がんII死」ではない

高齢化社会になり、二人に一人ががんで亡くなる時代。がんを告知されたときに多くの人は「がんII死」というイメージを思い浮かべて心に大きな衝撃を受けます。そして「受容」と「否認」を繰り返しながら、やがて事実を冷静に受け入れる。「適応」の段階へ進んでいきます。しかし、がん患者のうち三人に一人は「適応障害」に「鬱病」を併発します。心の状態が悪化した人は、再発や転移などの予後がよくなることも明らかになっています。

「がんII死」向き合えば よいか

① がんになつた人たちは病気に向き合っている方が四つに分れます。

② がんになつた人たちは病気に向き合っている方が四つに分れます。

③ がんになつた人たちは病気に向き合っている方が四つに分れます。

④ がんになつた人たちは病気に向き合っている方が四つに分れます。

「がんII死」ではない

生活習慣を良い方に変える

良い状態をキープするよう治療を受けながら、気長に一生付き合っていく病気を「慢性疾患」と分けてみましょう。慢性疾患ではそれまでの生活を見直すことから始まります。がん患者になつたら思い切つて生活を見直し、食生活を根本的に変え、ストレスをためない生活を心がけると、がんに変化する他の生活習慣病も改善され、健康になります。私は生活を変えたおかげで糖尿病が治り、肝数値も劇的に改善されました。がんを三つも抱えながら普通に治療してもらえない、普通の人と同じような暮らしをしています。

TOTO NEOREST

●便器きれい

「きれい除菌水」のミストを便器にふきかけて、汚れのもとを除菌。

●においきれい

トイレ入室前から、「きれい除菌水」を含んだ除菌水フィルターで、トイレ空間のニオイ成分を捕集して脱臭します。

Panasonic Homes & Living

10色のアラウーノ登場!

おかげさまで 10周年 Since 2006

LIXIL INAX SPAGE