



2019は一もに一だより 3.4月号



サークル活動のご案内

香川医療生協 高松南組合員センター は一もに一

金曜日は満席の為、現在受付しておりません

硬筆・毛筆教室



★子供向け

- 1.月謝(回数) 硬筆のみ(4回)・・・2,500円
毛筆のみ(4回)・・・3,000円
硬筆、毛筆(5～6回)・・・3,000円
硬筆、毛筆(8回)・・・4,000円
幼児・・・2000円

- 2.指導日時 水・金曜日(変更あり)
15:00～17:30
(16:30までにお入り下さい)

- 3.指導時間 1時間程度(幼児は40分)

- 4.休会・退会 お申し出ください。

講師 石田 聖美

文部省学習指導要領準拠

日本教育書道研究会



太田南支部主催

ふれあい昼食会 かけはし

- 1.とき 毎月第2土曜日(3/9・4/13)

- 2.時間 11:30～13:30

- 3.月会費 500円



太田南支部では暮らしの助け合い運動の一環として、ふれあい昼食会「かけはし」を開催しております。一人暮らしの方、昼間お一人の方など健康チェックをして一緒に食事をしたり、健康づくりのお話を聴いたり、健康体操をしませんか？医療生協では健康づくり・仲間づくりを大切に元気で、楽しく日々過ごせることを願っています。またボランティアをしてくださる方も募集しています。ぜひ、参加してください。

キッズ&ファミリースペースのご案内

キッズ&ファミリー スペースは一もに一

開催日:月・火・木・金(祝日を除く)

時間:10:00-14:00

- 初回:無料
- 月会費:¥1,000(組合員のみ)
- 1日会費:組合員¥250
非組合員¥500

*いつ来て、いつ帰ってもOK!

*飲食は、ダイニングテーブル側ならOK!

*机・おもちゃなどは元の位置に戻して、簡単に掃除して



太田南支部
主催

ピラティス

リンパ・ロコモ体操体験

毎週(水) 10時～12時

自己負担金:300円 定員12名(要申込)



★ピラティスは青柳幸子先生を招いてリンパ・ロコモ体操の前に行います。スーパーボールやテニスボールなども使い、とても気持ちがいいです。リンパ・ロコモ体操は、太田南支部の方がインストラクターとなり教えてくれます。

★激しい運動ではありませんが、血行が良くなり体がぽかぽか温まります。

高松南組合員センター は一もに一

高松市太田上町 228

TEL:888-7172 Fax:888-7173

080-6383-7025(担当:宮武)

は一もに一 facebook ページ

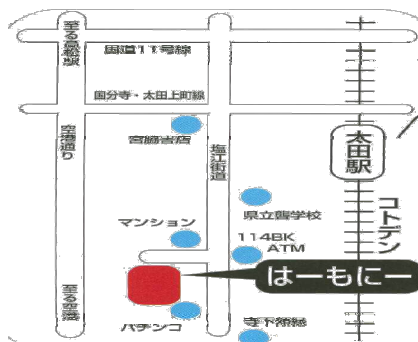
<https://m.facebook.com/minami.harmony/>

是非見てね♡



香川医療生協
南組合員センター
は一もに一

遊びにきてね



カフェのご案内



はーもにーカフェのお知らせ



開催日（担当支部）： 3/14（香川町支部） 4/18（うえた支部）

営業時間： 第3木曜日 9：30～12：00（ラストオーダー11：30）

メニュー： 焼きたてパンのモーニングセット（サラダ・卵・飲み物・ひとくちデザート）



2/9(土)

【太田南支部：ふれあい昼食会 かけはし】
皆でお食事前に体操したり、健康チェックもしています。



1/17(木)

【カフェでのバザーの様子】
最近、バザーがたくさん出品されています！
是非一度見に来てくださいね☆



ボランティア募集



高松南ブロックでは地域で活躍していただけるボランティアさんを募集しています。現在は、ご高齢の方を中心としたお困りごと（草抜き等）に対してサポートをさせて頂いております。
詳しくは、はーもにー（888-7172）までお気軽にお問い合わせ下さい



3月

● はーもにー スケジュール表 ●

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---------------------------|--|---|---|--|----------------------|
| | | | | | 1 硬盤 14:30~17:30 | 2 |
| 3 | 4 ブロック会議 9:30~11:30 | 5 手芸 10:00~12:00 | 6 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 7 硬盤 14:30~17:30 | 8 硬盤 14:30~17:30 | 9 ふれあい昼食会 かけはし |
| 10 | 11 硬盤 9:30~14:00 | 12 調理班 9:30~14:00 | 13 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 14 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 15 カフェ 9:30~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 16 |
| 17 | 18 硬盤 10:00~12:00 | 19 硬盤 10:00~12:00 | 20 硬盤 10:00~12:00 | 21 硬盤 10:00~12:00 | 22 硬盤 14:30~17:30 | 23 |
| 24 | 25 硬盤 10:00~12:00 | 26 手芸 10:00~12:00 | 27 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 28 硬盤 14:30~17:30 | 29 硬盤 14:30~17:30 | 30 |
| 31 | | キッズ&ファミリースペースは マークの日 (10:00~14:00) | | スケジュール表は2/14現在のものです | | |

4月

● はーもにー スケジュール表 ●

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|-------------------------|---|---|--|-----------------------|
| | | | | | | |
| 1 | ブロック会議 9:30~11:30 | 2 手芸 10:00~12:00 | 3 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 4 硬盤 14:30~17:30 | 5 硬盤 14:30~17:30 | 6 |
| 7 | 8 硬盤 9:30~14:00 | 9 調理班 9:30~14:00 | 10 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 11 硬盤 14:30~17:30 | 12 硬盤 14:30~17:30 | 13 ふれあい昼食会 かけはし |
| 14 | 15 硬盤 10:00~12:00 | 16 手芸 10:00~12:00 | 17 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 18 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 19 カフェ 9:30~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 20 |
| 21 | 22 ブロック会議 9:30~11:30 | 23 手芸 10:00~12:00 | 24 ピラティス 10:00~12:00 硬盤 14:30~17:30 | 25 硬盤 14:30~17:30 | 26 硬盤 14:30~17:30 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |
| | 【ラジオ体操やってます!!】 月~土 8:20~7:00 はーもにー駐車場 | | キッズ&ファミリースペースは マークの日 (10:00~14:00) | | スケジュール表は2/14現在のものです | |