

みなと支部・紫雲東支部・紫雲西支部

協同ニュース 2019年3月

骨粗しょう症「いつの間にか骨折」を予防しよう！！

～「笑顔と元気で長生きを！」第2回健康づくり学習会のご案内～

日時：3月19日(火)13時30分～15時

場所：亀阜コミュニティセンター 2階小会議室

栗林公園前薬局の薬剤師さんが、最新の予防と治療を楽しくわかりやすくお話しします。

参加費は無料です。参加をお待ちしています。



恒例のレクに行きました！

2月11日、「みんなの健康」手配りさんの慰労を兼ねた3支部合同交流会を16人の参加で行いました。庵治温泉うみのやどりでゆったりほっこりしました。

みなと支部の細谷さんの指導でスロートレーニングを体験しました。普段使っていない筋肉を使って心地よい汗を流し、露天風呂から屋島を眺め、おいしい料理とカラオケで



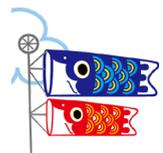
スロートレーニング体験中

大宴会をしました。初めての方も参加され、楽しいひとときを過ごしました。



2019年支部総会のご案内

日時：5月21日(火)
10時～13時まで
場所：栗林山荘



【総会日程】

10時00分～11時00分 健康づくり学習
11時00分～11時30分 総代会議案説明
11時30分～12時30分 各支部総会
12時30分～13時00分 昼食交流

送迎

浜ノ町郵便局前9時40分、中野町公園9時50分、亀岡公園9時55分です。申し込みは下記事務局まで。

事務局

- ・仲亀昌身(理事) 861-7837(自宅)
- ・組合員活動部 奥谷 812-6301