



## 桜楠支部だより 3.4月号



【これからも住み慣れた地域で安心して過ごせることを目標にして健康づくり活動していきます】

### 『医療生協桜楠支部新春お楽しみ会報告』

1月23日（水）いこいの家で新春お楽しみ会をひらきました。

高松平和病院の看護師さんに認知症予防について詳しく説明してもらい認知症予防体操拮抗運動も教えてくださいました。班など集まった時に拮抗運動を練習してできるようになれば、看護師さんに報告したいなと話合いました。そして昼食をいただきながらケアマネージャーから介護全般のお話を聞くことができました。



### <虹の里お花見車椅子ボランティアお願い>

ボランティア協力してくださる方は3月20日までに虹の里☎862-6541へ。

日時 3月31日【日】 午後2時～3時

集合時間 午後1時30分 虹の里2階（へいわ歯科2階）

### みんなの健康新聞手配りお願い（年6回・偶数月）

高松市保健所・高松第一高校付近での手配りをお願いできませんか。

手配りして下さる方は組合活動部☎833-8115まで。

レインボーカフェオープン ほっころのんびりおしゃべりしませんか。

日時 3月16日（土）9時30分～11時30分

場所 へいわ歯科2階（介護老人保健施設虹の里2階）

カフェ 飲み物 今月のケーキは桃ねりきり・くだもの ¥300

内容 【お口の健康について】 お口の中の話 ゆっくりと聞いてみませんか

講師 歯科衛生士（へいわ歯科）

お問い合わせ 介護老人保健施設 虹の里 ☎ 862-6541

