



支部総会報告

2020年度支部総会は新型コロナ対応の為、時間短縮・役員のみで開催(前号に掲載)、終了しました事をご報告いたします。

テーマ:「楽しく健康づくり!」

四課題目標 * () は昨年度実績

- ・仲間ふやし: 3名 (1名) ・出資金増やし: 50千円 (130千円)
- ・担い手さんふやし: 2名 (0名) ・班づくり: 1班 (0班)

支部運営委員

支部長: 今田 副支部長: 亀山 会計: 服部

がんばりたい事

健康チェックと100歳体操で健康長寿をめざします!

100歳体操

支部運営委員会後に、筋力の維持・アップをめざして、100歳体操を行っています。

童謡を歌いながら手足を動かすので、脳や筋力・バランス力も良くなった感じが…。

みなさんも一緒に100歳体操を行い、健康長寿をめざしませんか?



健康づくりのきっかけに

手配りさんをしてみませんか! (募集中)
みんなの健康を2ヵ月に1回配って頂ける方募集しています。自宅周辺などを5・6軒ほどからお願いしています。(要相談)

年に一度、ささやかなお礼をさせていただきます。

* 支部活動へのご協力、お願いいたします!

連絡先: 今田 (0877-75-2943)

支部活動などをちょっとだけお手伝いして下さる方も募集しています。