



## 支部総会報告

2021年度支部総会は新型コロナ対応の為、時間短縮・規模縮小し、開催。  
2020年度支部活動・会計報告、2021年度支部活動（案）が承認されました。

テーマ：「フレイル予防で健康長寿！」

### 四課題目標

\*仲間ふやし：2名 \*出資金増やし：30千円

\*担い手さんふやし：1名 \*班・居場所づくり（1）

### 支部運営委員

支部長：福本 副支部長：池添 会計：安藤 大西・真部

### がんばりたい事

いろいろな体操でフレイル予防→健康長寿をめざそう！

### 片足立ち

支部運営委員会後に、体幹力アップ  
に向けて、体操を行いました。  
バランス力も鍛えられるので、みなさん  
もぜひ挑戦してみてください。

（左右、1分以上をめざしましょう！）



お知らせ 7/20（火）13：30～15：00「演奏会」るるぶ（元コープ歯科丸亀）

9/21（火）13：30～15：30「キックオフ集会」 //

ブロックウォーキング→（三豊市の山条山）

10/16（土）9：30～ とんざり山：宗吉瓦窯跡史跡公園上がる

### 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3ヵ月に1回配って頂ける方  
募集しています。

\*支部活動へのご協力、お願いいたします！

連絡先：福本（080-5667-0641）安藤（090-9553-5266）



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。