



るるぶで「脳トレ交流会」予定

いつまでも健康で長生き…をめざしたい
その為には、栄養・運動・社会参加が大事です。
コロナ禍ですが、奇数月「演奏会」・偶数月に
「脳トレ交流会折」を行う予定です。

みなさんも、健康長寿をめざしフレイル
予防を行っていきましょう。



支部総会のお知らせ

日時:5月17日(火) 午前10時～ 場所:コープ鹿「るるぶ」

*コロナの感染状況により、規模を縮小(三役or支部運営委員のみ)して開催
となることもあります。

4・5月 ブロックウォーキングのお知らせ

4月 県営満濃池森林公園

日時 4/9(土)午前9:30 集合場所:県営満濃池森林公園・駐車場

5月 善通寺・古墳巡り (王墓山⇄宮が尾)

日時 5/21(土)午前9:30 集合場所 王墓山古墳・駐車場

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。(自宅周辺を5軒ほどから)
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:堀(090-5147-0091)



支部活動などをちょっとだけ
お手伝いしてくださる方も募
集しています。