



### 支部総会のお知らせ

日時 2022年5月19日(木)  
午前10時～  
場所 中央公民館本通り分館  
連絡先：古本 (0877-33-2729)

### 支部総会の開催予定

2021年度は、コロナ第4波～6波に翻弄された1年となりました。

その中で、隙間を縫って班活動や支部活動を行うことができました。

2022年度もコロナ制限があるかと思いますが、活動予定を立てて行きますので、ご参加下さい。

フレイル予防で健康長寿！

ストレッチやスクワットなどで、体づくり。脳のトレーニングを兼ねて、「紫陽花」リースなどを作成して楽しんでいます。みなさんも、ご参加下さい。↓タキミカ体操 (とんぼ)



### 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カ月に1回配って頂ける方募集しています。自宅周辺を5軒ほどからお願いしています。(要相談)

\* よろしくお願いたします！

連絡先：古本 (0877-33-2729)



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。