

# 氷上支部だより

令和5年7月号

月日の流れは早いものですね。春のウオ…キング、玉藻城、サンポ…ト高松に参加してきました。玉藻城東門汽水域に架かる橋を渡り入門すると、きれいに整えられた石垣に息をのみました。西門から入るのは趣が違いました。次回水手御門を通り、月見櫓を訪ねたいと思います。ガラスの赤灯台に行く途中バラ園があり、色々な咲きかげんでこころ癒されました。



氷上支部総会が公淵森林公園で開催し、訪問看護師さんとも交流できました。次回は、より多く皆様と交流できることを楽しみにしております。

みき診療所で特定健診実施しています。1年に1回健診を受けましょう。

この度は、「みんなの健康」郵送させていただきました。見守り手配りをしていただける方や、作業時お話ししながら少しお手伝い参加できる機会を下記載しております。一緒に楽しみながら健康づくりをしてみませんか。

一小路美千代

## 健康班会で得してみませんか？

三世帯以上組合員さんグループ登録していただきますと、正しい血圧のはかり方、体脂肪の見方。病院で行っている肝機能、腎機能、糖分、PH、潜血に加えて班会オリジナル簡易塩分検査の試験紙に、健康手帳を含む班会キットプレゼントします。



※ご希望の方は下記運営委員にご連絡お待ちしております。

模擬班会を行います。まずはお電話を。

一小路  電 090—9450—5464

森定 電話 090—4788—4151

### お手伝いさん募集

- ・手配りさん：年4回みんなの健康をご近所に5～10部届けることで見守る。
- ・みんなの健康仕分けながらお話し会。

