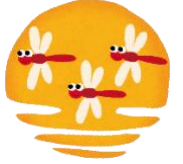


2023「健康チャレンジ」でフレイル予防！



2023 健康チャレンジ

健康づくりの習慣にできる健康づくり

参加費 無料！

健康習慣

アンケート提出締切 2024年1月20日

9/20~12/20の 60日間

チャレンジ12コース

目標：わたしは◯コースにチャレンジします

今年も気軽にできる健康づくり・健康チャレンジで、生活習慣を変えるきっかけに！

参加者全員に歯ブラシ差し上げます。また60日達成者の中から抽選で豪華商品が当たります。

お知らせ

- 9/19 (火)13:30~15:30 キックオフ集会・バイオリン演奏会 るるぶにて
- 9/26 (火)13:00~15:00 折紙サークル るるぶにて
- 10/17 (火)13:30~15:30 るるぶカフェ・森永乳業試食会など るるぶにて
- 10/21 (土)9:30~12:00 ブロックウォーキング 観音寺古墳巡りコース



お問い合わせ、申し込みは、  
下記連絡先まで

使用済みの  
プルタブ  
切手  
集めています！

プルタブは車イスに、切手は国際協力活動への寄付になります。

支部運営委員さん  
機関紙手配りボランティア  
募集中

支部の活動のお手伝いをしていただける運営委員、また、ご近所の医療生協組合員の方に、香川医療生協の機関紙「みんなの健康」を2か月に1回、手配りしていただける方(5~10部程度)を募集しています。

支部の運営委員会は毎月、池田うどんで行っていますので、お気軽にご参加下さい。運営委員会の詳しい日時、手配りボランティアに関するお問い合わせは、下記連絡先まで。



支部活動へのご協力、お願いいたします！  
また、お困りごとのご相談もお受けいたします。



連絡先 : 池田 (0877-98-2589) / 若山 (090-1324-8636)