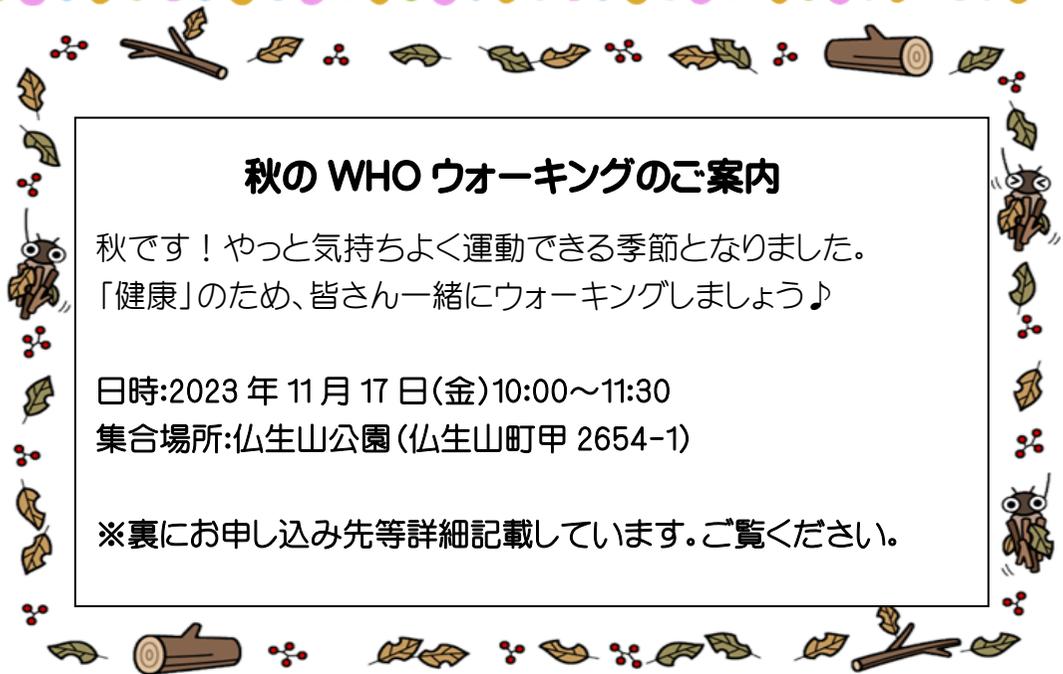


2023 年は一もに一だより 11月・12月号



秋の WHO ウォーキングのご案内

秋です！ やっと気持ちよく運動できる季節となりました。
「健康」のため、皆さん一緒にウォーキングしましょう♪

日時:2023年11月17日(金)10:00~11:30
集合場所:仏生山公園(仏生山町甲 2654-1)

※裏にお申し込み先等詳細記載しています。ご覧ください。

WHO とは世界保健機関の略称です。

1947年に採択された WHO 憲章では、「健康」を次のように定義しています。

「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。」(日本WHO協会訳)

時代や環境に即して「健康」の定義も変わってきますが、この機会に「健康とは何か」考えてみましょう。考えるのは苦手という方も、まずは楽しくおしゃべりしながらウォーキング♪



◇は一もに一カフェのご案内◇

南ブロックでは、支部の方々のご協力のもと、「は一もに一カフェ」を開催しています。

飲み物(コーヒー、紅茶)やバザー(野菜、食品、小物)を中心とし、健康学習会や平和学習会等もしています。おしゃべりや交流の場として開催しています。お誘いあわせの上、お越しください。

【開催日時】

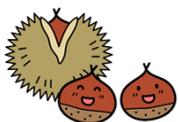
11/16(木) 10:00~11:00(終了後フレイルサポーター養成講座)

12/21(木) 10:00~12:00

※新型コロナウイルス感染状況等により中止や内容が変更となる場合がございます。



「みんなの健康」配布ボランティアを募集しています。下記までご連絡ください。



お問い合わせ・申し込み先 高松南組合員センター は一もに一
住所 高松市太田上町 228 TEL 087-888-7172 FAX 087-888-7173
携帯 080-9690-2100 【担当:小池・岡本】