



紫雲西支部ニュース 2024年 1・2月号

新年おめでとうございます。今年も医療生協でつながり作り、みんなで健康で長生きしましょう！よろしくお願いします。

紅葉の五色台 シャベって歌って楽しかった！

「みんなの健康」手配りさんの慰労を兼ねた3支部(紫雲東・紫雲西・みなと)合同で国民休暇村・讃岐五色台に行ってきました。紫雲西支部からは8名、全体で24名が参加しました。五色台への道中、もみじのグラデーションに歓声がわきました。国民休暇村から見る瀬戸内海の美しい景色、瀬戸大橋を端から端まで一望できる景色に感動しました。

入浴後はちょっと豪華な昼食。食後はみんなで懐かしい歌を歌い、座ってできるストレッチ体操を体験し、各支部からは活動報告をしました。わずか3時間余りのレクでしたが、シャベって歌って楽しい盛りだくさんの1日になりました。来年もご一緒に楽しい時間を過ごしましょう！



座ってできるストレッチ



秋のちょこっとウォーク



掬月亭北側かん翠池前



栗林公園の魅力再発見

10月31日、今回初めてガイドさんに案内していただきました。栗林公園は100年かけて今の形になったこと、北門近くにある大きな石碑の意味など、今まで何気なく通り過ぎていた場所に歴史を感じました。掬月亭ではお抹茶をいただきました。お殿様が座っていた位置からの眺めが素晴らしいことなど、日頃できない体験をしました。

次回のちょこっとウォークは梅見散歩です。
2月22日(木) 10時栗林公園北門集合
栗林公園には約300本の梅の木があります。
いち早く春の訪れを感じてみませんか。
どなたでもご参加ください。申し込みは不要です。



「みんなの健康」手配りさん募集中

ご近所10軒程度の組合員さん宅に「みんなの健康」を手配りしていただける方を募集しています。下記までご連絡ください。 組合員活動部 ☎833-8115

