



# みなと支部ニュース

## 2024年1・2月号

### 4年ぶりの3支部合同レクリエーション

### 休暇村讃岐五色台に行ってきました！



11月22日、紫雲西支部、みなと支部と合同でのレクリエーション企画が坂出市の休暇村讃岐五色台で開催されました。

ここ3年間はコロナ禍により実施できていなかったため4年ぶりの開催となり、みなと支部からは9名が参加しました。

当日会場では、副支部長の細谷さんの指導でストレッチ体操を行った後、懐石ランチを美味しくいただきました。また、歌を歌ったり、休暇村周辺の散策、入浴なども楽しみ、組合員同士の交流を深めました。



毎日早朝に浜ノ町公園で行っているラジオ体操を12～2月の間、お休みしています。再開は3月を予定しています。



### 3支部合同で

### フレイル測定会を行いました

今年度から香川医療生協で取り組んでいるフレイル測定会を紫雲西支部、紫雲東支部と一緒に、12/4に実施しました。

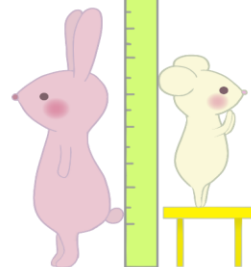


握力測定

椅子立ち上がり時間



活舌測定



### 秋のウォーキング

### ふるさとの歴史を訪ねて

11月20日、晴天に恵まれ、暖かい日差しのもと、8人が参加。日新コミセンを10時に出発し、まずは瀬戸内町の金刀比羅神社。社を日々お守りしているご近所の方が、ひょっこり出て来られ、体を悪くしたので、穢れをうつさないように遠慮しているとの敬虔な姿に感心しました。

次は、扇町の恵比寿神社。ここで立山さんから、昔の道路とそれを挟む両側の家の高さは、家が高い位置にあったが、近年、インフラ設備が道路の下に埋め込まれ、道路の方が高くなってしまい、家に水が流れ込むような事態になっているとの説明があり、その豊富な知識に一同「へー」の驚きの声。



その後、水源神社、摺鉢谷川の高橋（たかばし）と進み、昭和町の野球踏切の説明板を見て、カレーの美味しいお店でランチを食べ、13時散会。満足の半日でした。

支部長 森永健二

支部活動にぜひご協力下さい！ 組合員活動部：087-833-8115