

「暮らしやすい」を、
あなたの声で

‘24
年度

支部総会 5月8日(水)

10時～ 昼食付き!
料理 一心(香西北町)

香川県防災センターの見学会も予定! 詳しくは別紙⇒

健康づくり 学習会

健診結果の見方 教えます!

AST	
ALT	
γ-GT	
⋮	

これって何の数値?

結局、どこが悪いの?

お答えします!



当日、ご自分の健診結果をお持ちください!

講師: 高松平和病院 健康づくり課 吉岡保健師
香川医療生協 組合員活動部 赤松看護師



**参加
無料**

3月14日(木) ひる 1:30~3:00

亀阜コミュニティセンター 1階 和室 (椅子席)

ことでんバス 下笠居線 主なバス停	ゆき 24番 県中ゆき	かえり 13番 弓弦羽ゆき
弓弦羽	12:05	3:42
生島	12:10	3:37
下笠居支所前	12:11	3:36
神在口	12:15	3:33
香西	12:18	3:29
本津	12:20	3:27
紫雲中学前	12:29	3:19



**⚠️ 駐車場はありません
バス等
ご利用ください!**

バスを降りて
徒歩250m

※交通事情で遅れることがあります

フレイル測定会 コープ香西で行いました!

1月16日(火) あなたの「活力」どのくらい? 心と体をチェック!



- ★チェックリストの記入
- ★4つの体力測定
 - ・握力
 - ・活舌
 - ・椅子立ち上がり
 - ・ふくらはぎ周囲長
 に取り組みました!



参加された方には、講師: 赤松看護師から
一人ひとり、生活習慣のアドバイスを送りしています!

暮らしの「困った」ご相談を
サークル・行事のお問い合わせ

☎ 087-833-8115
☎ 090-6287-2213

組合員活動部: 大山
支部長: 富山

