

一宮支部ニュース 2025年3・4月号

香川医療生協一宮支部【鹿角町 三名町 一宮町 寺井町】

冷たくて外に出るのが億劫だった冬が去り“^{るんるん}ルンルン”の春がやって来ます!!

早速ですが今年最初の健康セミナーを開催します。お気軽にご参加下さい。

カラダのフレイル予防 フォローアップ講座

～日々気を付けること、できるトレーニング、教えます～

体力が落ちて、動くのも億劫・・・になっていませんか？

日時：4月17日（木曜日）午前10時～12時

場所：コープ一宮 2階 大会議室

講師：高松平和病院 リハビリ科 セラピスト



サークル・居場所 活動中!

～ご興味のある方は、事前にご連絡ください～

サークル・行事名	場所	日程	時間	内容
すずらん	田村神社御旅所	毎日(日曜以外)	朝6時半～8時	ラジオ体操
にこにこ	鹿角町・森さん宅	毎週木曜	昼1時～4時	体操・卓球
コスモス・あやめ	川西自転車店	(不定期)	(不定期)	おしゃべりカフェ
大所ひまわり1	三王大明神 (大所西集会所)	毎月初め頃	朝8時～11時	体操・ウォーキング (田村神社～辻堂池)
大所ひまわり2		毎月初め頃	(毎回変更)	体操・大窪寺参拜
まちかど 健康チェック	新池農村公園	毎月初め頃	朝8時～11時	健康チェック・ ラジオ体操・パタンク
	コープ一宮・店内	毎月第2月曜	朝10時半～12時	健康チェック

★2025年度 一宮支部総会★

2025年5月21日(水曜日) 休暇村讃岐五色台 の予定です。

送迎バスの時刻・集合場所など詳しくは、支部ニュース5・6月号でご案内します!!



毎日、ラジオ体操・ウォーキング
など、集まっています!!

【すずらん班 御旅所にて】

連絡先: 川西携帯 090-1173-9219