

2025年度 善通寺支部総会

★日時…5月14日(水) 11:30～

★会場…丸亀・コープ鹿るるぶ (丸亀市川西町北1357-4)

医療生協・診療所・地域の活動の、
24年度振り返りと25年度の方針提案を行います。
組合員のみなさまのご参加をお待ちしております。

2月18日(火) フレイル予防フォロー講座(セラピスト編) 開催しました

善通寺診療所・通所リハ・中村セラピストのお話を、鹿るるぶで行いました。
動くのが億劫で筋力も衰えて…を防ぐ運動を、一緒に体験しました。

★立ち座りは前屈みで！

動きやすくなり、後ろへ転ぶのも防ぐ！

★バランスも大事です！

机や椅子を持ちながら片足立ち…

★同時に動いて頭も体も鍛える！

暗算しながら足上げなど…

★ゆっくりでも動きましょう！続けましょう！



丸亀 鹿るるぶ ご案内

3月18日(火) 13:30～ 四つ葉のクローバー演奏会・るるぶカフェ

3月25日(火) 13:30～ 居場所りんどう・折紙サークル

4月15日(火) 13:30～ すこしお減塩試食会(高松協同病院・栄養士)

中西讃ブロックウォーキング 土器川河川敷を一緒に歩こう！ 5月予定！

使用済みの

プルタブ

切手

集めてます！

プルタブは車イスに
交換されます。
切手はユニセフ
国際協力活動への
寄付になります。

支部運営委員さん 機関紙手配りボランティア



募集中

支部の活動のお手伝いをしていただける運営委員、
ご近所の医療生協組合員の方に、香川医療生協の機関紙
「みんなの健康」を2か月に1回、手配りしていただける方
(5～10部程度)を募集しています。

支部の運営委員会は毎月実施中。お気軽にご参加下さい。
【会場… 丸亀鹿るるぶ or 善通寺診療所】

運営委員会の詳しい日時、手配りボランティアに関する
お問い合わせは、下記連絡先まで。

よく
お願いです

連絡先

支部活動へのご協力、お願いいたします！

カラダや暮らしのお困りごとのご相談もお受けいたします。

支部長(村上): 090 - 9458 - 5471

組合員活動部: 087 - 833 - 8115

