



中央ブロックだより 2025 年 11.12 月号

いきいき体操のご案内

日 時 11/26(水) 14:00～ 百歳体操

12/24(水) 13:30～フレイルサポーター養成講座

1/28(水) 13:30～ 百歳体操(ごきげんカフェのあと)

場 所 医療生協研修室(旧ポッポ藤塚跡地)

～地域の元気を支える、あなたの一歩～

フレイルサポーター養成講座

この講座では、フレイルの基礎知識やチェック方法を学び、地域で活動する「フレイルサポーター」としての第一歩を踏み出します。ご自身の健康づくりにも役立つ内容です。

日 時 12/24(水) 13:30～

場 所 ポッポ藤塚 医療生協研修室



中央ブロックキックオフ集会

高 松 9月17日 小豆島 9月28日



2025年度中央ブロックキックオフ集会

まちかど健康チェックの開催場所を探そう！

班会・居場所の規定を読み直し、仲間を増やそう！



今後の予定 11月16日に健康づくり委員会にて企画予定しております高知日帰りウォーキングにつきましては次回のブロックだよりで報告させていただきます



上記のお問い合わせ、
お困りごとの相談は…

香川医療生協 組合員活動部(藤本)まで TEL 833-8115