

田中支部ニュース 10.11 月号 2025 年

秋のウォーキングをご一緒に

11月8日（土）高松サンポート赤灯台に行って爽やかな秋を満喫しませんか。

詳細は別紙にてご確認ください。千円交通費補助があります。

お待ちしております。

健康祭りへのお誘い

11月22日（土）毎年恒例のみき診療所健康祭りが始まります。

しっぽくうどん、稲荷、おはぎ、お寿司、フランクフルト、焼きそば、あげたこ、フライドポテトなど様々な食べ物やお花、ジャム、ミニトマトなどの野菜も出ます。田中支部はおはぎと甘酒です。お楽しみに。



新班「ユーパル班」ができました

10月9日「ユーパル三木」で初めての班会を開きました。4人の班です。この日は握力と足指力測定をしました。これから少しずつフレイルチェックをしていく予定です。班会を開催しますと、千円/月援助金が出ます。お気軽にお問い合わせください。

おしゃべりカフェは賑やかカフェ

9月のカフェメニューはばら寿司、醤油豆、キュウリと春雨の酢の物、豆腐の味噌汁で昔ながらの懐かしい味を堪能しました。その後、以前の講談の練習です。赤棒をたたきながらみんなで声を出して読んでいくとだんだん声が揃って一体感が生まれました。時々こんなメニューもいいですね。



参加をご希望の方は古市支部長（090-7572-8144）まで、ご連絡をお願いします。