

## みなと・紫雲東・紫雲西支部

# 協同ニュース 2019年9月

### 第3回健康づくり学習会

## 骨密度測定・健康チェック体験会開催！

前回できなかった骨密度測定と、塩分チェックやカラダスキャン、筋力測定などの健康チェック体験会を、7月30日に4番町コミュニティセンターで実施しました。猛暑の中、17名が参加して、ワイワイと楽しく行いました。

栗林公園前薬局の協力で、薬剤師の細川さんに骨密度測定を無料でしていただきました。参加者の皆さんは、日ごろから意識的に健康づくりをされていて、とても熱心に体験されていました。終了後も参加者同士で話に花が咲いて楽しい体験会になりました。参加された皆さん、暑い中ありがとうございました。

次回の学習会は11月の予定です。

皆さん、ぜひご参加くださいね。



## みなと支部

10月20日（日）みなと地域ウォーキングを開催します。是非ご参加ください！ 詳しくは裏面をご覧ください。

## 紫雲東支部

**みんなの健康の配達**をお手伝いしてくださる方を募集しています。2か月に1回、8～15件程度です。下記地域にお住まいの方、ご近所への配達をお手伝いください。

中野町・錦町2丁目・扇町1丁目

**連絡先：組合員活動部 TEL 833-8115**

## 紫雲西支部

9月から「楽しいウォーキング班会」を始めることになりました。目的地を決めたチョコットウォーキングです。

第1回目は・・・

9月25日10時 マルヨシセンター茜町店  
目的地は新北町の岸上豆腐店です。今では数少ない町のお豆腐屋さんです。木綿豆腐にあげ、豆乳もおいしいです。（豆乳はボトル持参が必要です）海風も気持ちいいですよ。

詳しくは、藤井までお電話ください

TEL 090-4972-2289



**おわび：10月15・16日**で企画していた秋のレクリエーションは、参加者少数のため中止します。11月に新たにご案内します。