



支部総会報告

2020年度支部総会は新型コロナ対応の為、時間短縮・役員のみで開催（前号に掲載）、終了しました事をご報告いたします。

テーマ：「楽しく健康づくり！」

四課題目標 ＊（ ）は昨年度実績

- ・仲間ふやし：2名（0名）・出資金増やし：50千円（44千円）
- ・担い手さんふやし：2名（0名）・班づくり：1班（0班）

支部運営委員

支部長：福本 副支部長：池添 会計：安藤

がんばりたい事

100歳体操で健康長寿をめざそう！

体幹力アップ体操

支部運営委員会後に、体幹力アップに向けて、体操を行いました。バランス力も鍛えられるので、みなさんもぜひ挑戦してみてください。他に、薪割りスクワットもおもしろいです。（100歳体操もがんばりましょう！）



健康づくりのきっかけに

手配りさんをしてみませんか！（募集中）
みんなの健康を2ヵ月に1回配って頂ける方募集しています。自宅周辺などを5・6軒ほどからお願いしています。（要相談）
年に一度、ささやかなお礼をさせていただきます。
*支部活動へのご協力、お願いいたします！



支部活動などをちょっとだけお手伝いして下さる方も募集しています。

連絡先：福本（080-5667-0641） 安藤（090-9553-5266）