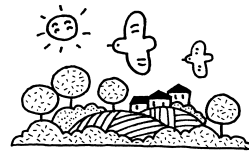


# あおぞらほっぷ



えひめ医療生協 周桑支部だより

2024年11月号

## けん玉&ポッチャ 体験交流会

集まって楽しく  
やってみよう!

健康づくりに  
フレイル予防に



前回、小松公民館でのけん玉・ポッチャ交流会の様子

とき 11月12日(火)

午後1時30分～

ところ 小松町 旧藩集会所

参加は無料です。お問い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

※けん玉をお持ちの方は、ご用意ください。

## 西条市スポーツ推進委員協議会主催の ウォーキング大会に参加してみませんか？

各公民館に、西条市スポーツ推進委員協議会の主催するウォーキング大会(丹原コース)のチラシが置かれています。

日時は11月24日(日)、あさ9:00から  
(受付は8:30～)。

旧丹原町の徳田小学校をスタート・ゴールに、兼久池公園や金仙寺を巡る約6.5 kmのコースです。

申し込み締め切りが11月11日(月)となっています。

興味のある組合員さんがいらっしゃいましたら、もよりの公民館、西条市スポーツ健康課(☎0897-52-1255)まで。



今回のニュースでは、様々な企画のご案内をいたします。お気軽にお問い合わせください。

【連絡先】090-8283-1648 (越智)

090-2892-2606 (渡部)

新居浜協立病院・地域事業課

0897-36-3671

かんたん 第2回

## ヨガ教室

&

## 脳トレ体操



とき 12月3日(火)

午前10時～

ところ 中央公民館(旧東予市)

いこいの間(1階)

参加は無料です。お問い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

今回は、大きめのタオル(バスタオル)を持ってきてください。

※前回と同じように、水(コップ1ばい程度)と、あれば  
ヨガマットをお持ちください

今回は「すこしおレシピ」の紹介はおやすみさせていただきます。

健康づくり・まちづくりをめざして、組合員のみなさんといっしょに力を合わせてすすめていきましょう!

声をお聞かせください。