

城北支部だより
ひまわり

2024年12月15日発行

発行元：愛媛医療生協
城北ブロック 城北支部
連絡先：地域事業課
山本 090-1327-6789 まで

《大西先生の健康講座開催しました》

11月9日(土)13時30分より『気象病』は、気圧や温度・湿度の変動などで起こる様々な不調についてお話いただきました。13名の参加で皆さん熱心に聞いていました。お話の後、質問などもあり有意義な講座になりました。



2024年度5課題	目標	成果
仲間ふやし	15人	1人
出資金ふやし	350千円	154千円
増資件数	80件	36件
班・場づくり	1班	0班
担い手づくり	5人	2人

いこいサロン

12月18日(水)14:00~
13:30~ しぐれを作ります
(お茶菓子として)

城北診療所 1F ひまわりルーム
参加費 100円

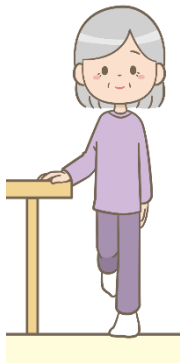
飲み物(コーヒー・紅茶・お茶)
短時間でできるしぐれの作り方
習ってみませんか?



お問い合わせ 城北診療所
山本：090-1327-6789

ときめき健康チャレンジ!
結果報告書をだそう!

ときめき健康チャレンジに参加された皆さん、いかがでしたか?「毎日できたよ!」という人も「あんまりできなかった~」という人も、ぜひ「結果報告書」をなるべく早くご提出ください。



健康チャレンジ期間中、2/3ぐら
いは片足立ちをして1分ぐら
いはできるようになりました。
今も思い出したら片足立ちして
転ばない身体作りをしています。

歩っとウォーキング

— 1月 — 2025年
第2週 1/9(木) 堀之内公園コース
第3週 1/16(木) 阿沼美神社コース
(平田)
第4週 1/23(木) 吉藤コース
第5週 1/30(木) 湯築城跡コース
日時 毎週木曜日 10時出発
(雨天中止)



切---り---取---り---線

2024年度も組合員さんへの検査ク
ーポンを実施します。

特定健診と併せてご利用ください。

予約が必要です。

城北診療所 089-926-3625 まで

2024年度 城北支部検査クーポン		☑ をして下さい。	
氏名		<input type="checkbox"/> 肺ガン	200円
住所		<input type="checkbox"/> 大腸ガン	200円
電話		<input type="checkbox"/> 動脈硬化	200円
人生を長く楽しむために、健(検)診を受けて今の自分のからだを知りましょう。		<input type="checkbox"/> 骨密度	200円
		<input type="checkbox"/> 前立腺	200円
		(男性) 200円割引	