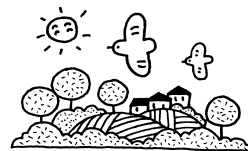


あおぞらほっぷ



えひめ医療生協 周桑支部だより

2024年12月号

協立ブロック けん玉オリンピック

周桑支部チーム 3位入賞！

【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



11/26 第4回けん玉オリンピック

11月26日、協立病院内で第4回けん玉オリンピックがおこなわれました。団体戦(大皿リレー)において、周桑支部チームは3位入賞となりました。

けん玉は、手や足腰の運動になり、

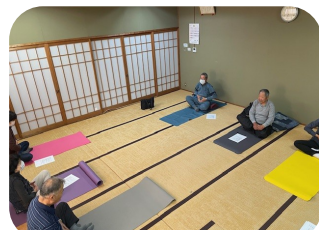
集中力を高め、

脳にもいいと言われるなど、様々な効果があります。

協立ブロックでは、年が明けるとパラリンピックの種目でもある「ボッチャ」大会(予選・決勝)が行われます。

「楽しい」を合言葉に、班会への参加者を広げ、けん玉やボッチャ、10月から開かれるようになった「ヨガ教室」などで健康づくりをすすめていきましょう！

12月3日(火)、西条市中央公民館(旧東予市) いこいの間において、第2回「かんたんヨガ教室」が、7名の参加でおこなわれました。



免疫力アップのセルフマッサージや呼吸法に取り組みました。

健康で動きやすいからだづくりへ、2カ月ごとに、次回は2月下旬に開催予定です。

スマホ教室

LINE (ライン) やInstagram (インスタグラム)、写真の撮り方などスマホの使い方を学びましょう。

2025年1月14日(火)

午後2時～

南川集会所 (小松町)

映画のご案内

三上智恵監督最新作

戦 いくさふむ 雲

2024年12月18日(水)

①10:00～ ②13:30～ ③18:00～ (132分)

場所:あかがねミュージアム「多目的ホール」(新居浜市)

【主催】いひま憲法九条をまもる市民の会 PEACE★Nihama

【後援】ハートネットワーク・愛媛新聞社

料金:大人1,000円(当日1,200円) 中・高生300円

※えひめ医療生協でもチケットを取り扱っています。上記連絡先までお問い合わせください。