

えいめ医療生協

伊予北だより



2025年 発行者:伊予北支部

伊予診療所・地域事業 ☎982-1170

【健康体操教室のご案内】

～あなたも健康づくりに
参加されませんか～



○ひいらぎの家

下吾川・鳥ノ木団地内

- ・すもも班 隔週火曜日 13:30～
- ・まごまご班 毎週金曜日 13:30～
- ・にこにこ班 毎週土曜日 10:15～

ご参加ください



○下吾川集会所 2階

- ・とまと班 毎週金曜日 10:00～
- ・さくら班 毎週木曜日 10:00～

※どなたでも参加ができます

※参加条件、教室の内容詳細に

ついては開催場所で異なります。

まずはお問い合わせくださいませ。

※主にフレイル予防の健康体操を1時間程度
おこなってます。だれでもできます。

※指導者・運動サポーターを無料で派遣するこ
ともできます お気軽にご相談ください



【医療生協の趣味の教室ご紹介】

○ひいらぎの家 下吾川・鳥ノ木団地内

／縫物カフェ 毎月1回

※講師の方に教えてもらえます。

／クラフトカフェ 毎月1回

／着物着付けカフェ 毎月1回

／ビューティカフェ 毎月1回

／健康麻雀教室 毎月2回

／大正琴教室 4/28(月)14:00～

ひいらぎの家 東山

☎090-7572-8246

※参加材料費、教室の内容詳細については
事前にお問い合わせくださいませ



【楽しく脳トレ 健康麻雀 参加無料】

○場所 伊予診療所3階 組合員ルーム

開催日時 毎週水曜13:30～16:30

開催日時 毎週金曜13:30～16:30

初心者でも大丈夫、お試し歓迎

& 求ム:講師ボランティア

参加費無料 お気軽にどうぞ

※マスク着用、感染予防あり



【趣味の教室 ～参加者募集中～】

大正琴に興味のある方募集中

場所 ひいらぎの家

初回 4月28日(月)14時～

連絡先 東山

TEL 090-7572-8246



【1/15開催 支部企画バスレク報告】



見奈良天然温泉 利楽(東温市)へのレクリエーションは40名の参加のもと大盛況のなか終わりました。送迎バスの中も、お喋りの輪が広がり、会場でもお喋りは続き、次々に出てくる懐石料理は、無心で食し、食後のお楽しみビンゴゲーム、お菓子のつかみ取りジャンケンゲームに大いに盛り上がり、脳トレ体操も混乱しながら頑張っって左右の手を動かし頭、舌、手、足と大活躍!医療生協の目指す健康寿命を大いに伸ばした1日になったのではないのでしょうか。今後も年に1回の組合員によるレクリエーションを企画したいと思います。

楽しい企画のご提案等がありましたら連絡を下さい。皆様の参加をお待ちしております。



医療生協はあなたのお住いの地域での健康づくりをサポートします!!