

北支部だより

2025年3月
愛媛医療生活協同組合
協立ブロック 北支部

連絡先：36-3671
(地域事業課)

待っていましたが体操教室！

組合員みなさま、こんにちは！虹の家とらやのとらちゃん家での体操教室を3月に実施したいと思います(^)/

とき：3月10日(月) 10時～

ところ：虹の家とらや とらちゃんち

★お家でもできる運動を紹介していますので、ぜひご参加頂き、日々の体操にお役立て下さい(^)♪



指の運動を行っている様子。手や足の運動、口の運動など、色々な運動を行います。お気軽にお越しくださいね!(^^)!



春はすぐそこ♪ お花見散歩に出かけよう😊

桜の見ごろが気になる季節になってきましたね!(^)/

北支部では今年度の締めくくりとして、河川敷へのお花見ウォーキングを計画しました★

1人では勇気がいる…と思われる方は、お友達を誘っての参加もOK(^)/

多くの組合員みなさまのご参加をお待ちしています★(参加費無料)

とき：3月31日(月) 10時30分 協立病院組合員ルーム(1階)

もちもの：水分、タオル、体温調節ができる服装😊)

参加申し込み締め切り：3月26日(水)

電話:36-3671(地域事業課) 参加者のお名前と、ご連絡先をお伝えください(^)/



ポッチャ体験してみませんか??

ポッチャ大会では惜しくも予選敗退となりましたが、とても楽しかったので北支部でも定期的にポッチャをやろう!(^)/と話が出て、若水PPK体操のあと、定期的にポッチャを行う運びとなりました!(^)/

記念すべき第1回は3月12日(水) 14:30分頃より、若水自治会館1階で行います。

ルールブックでルール説明や審判の仕方などもお話し、

今後のポッチャ予定もお話していきます😊

ぜひご参加ください(*^-^*)

