



えひめ医療生協 みなみ久米支部ニュース

2025年3月号

地域事業課：089-976-5638

青空健康チェック

松山生協スーパー久米店  
2025年  
3月21日(金)  
10:00~11:30  
ご協力お願いします!

クローバの会  
健康チェック

ご参加・ご協力ありがとうございました。

坊っちゃんランチ

2025年  
3月27日(木)  
「漱石ゆかりの地めぐり」  
集合：坂の上の雲ミュージアム2階・松山観光ボランティアガイド案内受付机  
集合時間：10:30~  
ガイド：田所真司さん  
参加費500円  
(昼食付き)  
問合せ：矢野  
090-1579-4016

牛馬の遊ぶ野広し 春がすみ 子規(明治26年)  
少し暖かくなって、花の便りもきこえてくるようになりました。  
お花見会が楽しみです。  
しかし、花粉症を患っておられる方にはつらい季節でもあります。  
ご自愛ください。

運営委員一同

あきこさんち

4月2日(水)

11:30~13:30

『お花見会』

参加費：600円

南久米町公園

(雨天時：松本)

体操教室(楽々会・さくら会)  
来住町ふれあいセンター  
敷物(バスタオルなど)、  
飲物をご持参ください

あきこさんち：  
廊下に並んで  
正しい姿勢の  
チェック中♡

あきこさんち：  
先月は矢野さんのお話聞きました♡



古川さえさん(フットケア  
サロンKOKORO(道後))に  
2年ぶりに来ていただいて♡  
「美しい姿勢と転倒予防」の  
実践練習しました♡

職場だより

「たんぼぼだより」  
私の健康づくりは今は歩くこと。以前はレクバレーをしていましたが、3年ほど前にひざを痛めてからしばらく何もしていませんでした。そんな時、友人より山登りの誘いがありましたが、足に自信がなくてできませんでした。昨年は私に合わせてくれてハイキング程度の山に登る予定が、友人が故障して中止に。今年こそは登れるように日頃から歩いて力をつけ、目標達成したいです。適度に動き、食べ、休む。を続けていきたいです。

タンポポ在宅ケアセンター中村恭子

	月	火	水	木	金
班名	パソコンスマホ教室		あきこさんち	体操教室	運営委員会
開催週	第2・4週		第1週	第1・3週	支部協議会后
時間	10:00~12:00		13:30~14:30	12:30~14:30	10:00~12:00
場所	生協病院会議室		松本宅	来住ふれあいセンター	生協病院会議室
参加費	100円		100円	100円	機関紙配布作業
連絡先	090-1579-4016		090-1579-4016		
次回予定	4月7.14.21.28日		4月2日	4月3.17日	4月11日
班名	八十路の会	パン教室みなみ君	手仕事の会	ピンポンクラブ①②	青空健康チェック
開催週	毎週月曜日	ご希望日	第2週	第3・4週	奇数月
時間	13:00~16:00		13:30~15:30	10:00~12:00	10:00~11:30
場所	矢野宅	村上宅	松本宅	来住公民館	松山生協スーパー久米店
参加費	150円		100円	100円	無料
連絡先	090-1579-4016	090-8283-2969	090-7572-5660		
次回予定	4月7.14.21.28日	未定	4月9日	4月17.24日	3月21日

ちょっと助け隊 何かお困りのことがありましたら、  
ご連絡ください(矢野:090-1579-4016)

本性が 出るというから ポケられぬ  
神奈川県 53歳 男性