

# うしおに通信

～ うしおに支部 ニュース ～

発行:愛媛医療生協  
うしおに支部  
愛媛生協病院地域事業課  
TEL:089-976-5638  
2025年3月15日  
発行

桜のつぼみも膨らみかけてまいりました。春の訪れがもうすぐそこですね。

皆さまお変わりなくお過ごしですか。

## わくわく健康教室

誰でも出来るストレッチを中心とした簡単な体操です。続けることで体の柔軟性を保つことが出来ます。

今回は、

2025年4月12日(金)13:30～  
鶴島公民館2階 和室



## 脳いきいき教室のご案内

近況報告をしたり、脳いきいき5か条に沿って話をしたり、シナプソロジーや音読など、楽しく認知症予防に取り組んでいます。

誰でも参加できる教室です。お気軽にどうぞ

次は

2025年4月19日(金)13:30～  
鶴島公民館2階和室

## うしおに支部の場の紹介 その9



21世紀B

21世紀Bは、毎月第2第4月曜日に卓球をしています。卓球半分、お喋り半分の楽しい場で笑いの多い明るい癒しの場所です。

新しい方の  
参加をお待ち  
しています



### 【お知らせ】

4月から、脳いきいき教室とわくわく健康教室の開催日程が交代します。各月の開催日は、支部ニュースでお知らせしますが、参加の際はご注意ください。



## 国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

2025年は、国際協同組今年です。医療生協を地域に広く知らせ、アピールしていきましょう。