

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4月15日
発行

4月はいよいよ本格的な春が到来し爽やかな陽気になります。

皆さまお変わりなくお過ごしですか。

うしおに支部の場の紹介 その10

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。



次回は、

2025年5月9日(金)13:30～
鶴島公民館2階 和室



平均年齢78歳の3人組。2月にマスカット班を結成しました。週2回プールでアクアビクス教室やランチ等、それなりに楽しくやっています。

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

次回は

2025年5月16日(金)13:30～
鶴島公民館2階 和室



3/19(水)わざわざ松山の南石井支部の組合員さんが宇和島に遊びに来て、みんなでお弁当を食べ、お話をして交流しました。限られた時間で皆さん話し足りない様子でしたが「次はぜひ松山で!」と交わり、お開きしました。

【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。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。