

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5月15日
発行

5月は木々が芽吹いて色鮮やかになる今日
この頃です。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
つしま健康教室

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6月13日(金)13:30～
鶴島公民館2階 和室



つしま健康教室は、平成30年7月に
毎月1回で発足しましたが、皆の要
望があり令和になって月2回にして
健康づくりに励んでいる集いの場で
す。毎月、第2第4木曜日13時30
分～津島の「岩松公民館」で開催し
てるので、興味のある方、タオルと
飲み物を持参で、ぜひ参加してくだ
さい。

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6月20日(金)13:30～
鶴島公民館2階 和室

【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した。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