

紫陽花の花が雨に映える季節になりました。皆さん、お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて5月8日(木)には、石井西支部総会を開催し、少ない参加ながら、議案を採択して無事終了しました。

地域の身近な場所で、みなさんの「やりたい」をかなえていければと思いますので、ご意見ご要望などお寄せ下されば幸いです。

右のご案内は、子育て応援の楽しい企画です。城西支部の主催ですが、石井西の地域の皆さんも是非どうぞ、と誘ってもらいました。

未就学児を子育て中の方はどなたでも、子どもさんと一緒に参加しませんか。楽しく遊んだり、日頃の子育ての悩みを話してみたり(^ω^)・・・

遠慮はいりません。申し込みも不要です。当日参加 OK! お気軽にどうぞ(^^♪

石井西支部 共催

主催
愛媛医療生協
城西支部

応援！！ 子育てふれあい広場！！

子育てを楽しく明るく元気にできるよう
一緒に小さなサポートします😊

7月16日(水) 子どもはみんなを笑顔にできる大切な宝です
10:00-12:00

参加費：お子さん1人につき
100円
予約不要

みんなでニコニコ笑って、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。
親子で！お孫さんと！
誰とでも参加OK！！
お待ちしております。

あそびのコーナー

手形・足形カード
かわいい手形や足形を残しましょう！すぐ大きくなるから今がチャンスです！！
「こんなことあったね～」と懐かしくなる日がきますよ。

絵本の読み聞かせ
絵を見たりお話を聞いたりすることで、見ることや聞くことの大切さを感じることができるよう！一緒に絵本の世界を楽しみましょう。

自由あそび
ひらひらカーテンくぐりや輪投げ、お絵描きやぬり絵などを用意しています。
好きなあそびを自由に楽しんでいってね☆

開催会場
コープえひめ 松山南支所
2階 第一会議室
松山市朝生田町3丁目5-5
〈駐車場〉
斜め向かい コープ本部

お問い合わせ
愛媛医療生協 地域事業課
089-976-5638
城西支部 高橋
090-2896-2659



「どっこいしょ」=かけ声の効用

立ち上がる時や座るとき、思わず「どっこいしょ」、「よっこらしょ」と言ってしまうこと、ありますよね。

かけ声には、筋肉の動きを補助し、筋力を高める効果があり、スポーツ時に発せられるかけ声や、立ち上がる時に思わず出る「どっこいしょ」は、筋力を高めようと無意識に発せられている可能性もあります。声が出る時の方が思わずぬ力が出ることってこういうことなんですね。

(ショートステイ陽だまり 森野)



『歌声喫茶のご案内』

日 時 **6月21日(土) 14時～**

7月19日(土) 14時～

8月16日(土) 14時～

場 所 椿参道シェーン・ヴィラカフェ

参加費 600円(コーヒーお菓子付き)

備 考 昔懐かしい歌の数々を楽しみます

みんなで声を出して歌うことで元気に

なりますよ。ぜひ参加してみませんか？

問い合わせ先 愛媛生協病院

地域事業課 TEL089-976-5638

