### 愛媛医療生協東支部 発行

# 上居東支部だより 2025-7 月

中村 藤原 小林 津根 土居東地域 野田

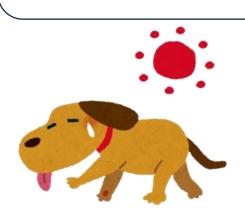
お問い合わせ先:生協宇摩診療所

25-0114 (岡部)



#### もう梅雨明けですね

今年の梅雨明けはとてもはやかったです ね。皆さん体調を崩されていませんか? 作業をするときは、こまめに休憩を取り水 分補給をしつかりして熱中症にならないよ うに気を付けましょう。



# 7月・8月のお誘い

7/17(木) 13:00 八日市健康チェック八日市集会所

7/18(金)10:00 青空健康チェックコープ土居

7/18 (金) 13:30 フレッシュ体操 長津公民館

7/25(金) 13:30 刃物研ぎ関川公民館

どなたでもご参加ください

お問い合わせは 宇摩診療所まで

8/25(月) 13:30 オレンジカフェ ポレンジ ルーム

朗読発表「おこりじぞう」他

ハーモニカ演奏



### キッズチャレンジ

大人の健康チャレンジは、来春にな り、キッズチャレンジのみになりまし た。長津小学校では1,2年生70人が 参加してくれます。小富士小学校では全 校児童が参加してくれます。

おうちの方も一緒に健康づくりにチ ャレンジしていただき、みんなで健康な 生活が送れたらいいですね。







