

たかのこ

< 担い手さん交流会 >
ポッチャ体験ごあんない

ポッチャとは年齢性別障がいあるなし関係なくだれでもできるパラリンピックの正式競技です。担い手さん以外でもどなた様も参加できます。暑いので室内にこもりがちになります。無理ない運動でしゃあしゃあ、わいわい盛り上げられます。

8 月 1 日 (金)
午後 1 時半 ~ 3 時半
鷹子公民館 1 階ホール

申し込み 7・28 まで
支部長 09027846429

地域事業課 0899765638

久米小学校へ「健康チャレンジキッズ」の取り組みを南久米・久米・たかのこ支部で申し入れました。GO!



ポッチャ
誰でも
その日
から楽し
めます!

そば教室 6/18 12人の参加

この支部ニュースの裏に詳細があります。御覧ください。
相変わらず、賑やかな教室でした。また開催しますね。

芝が峠ウォーキング

梅雨明けがとてもはやく、異常な暑さがやってきました。8月末まで休みます

生協病院ほっこり通信

みなさん、今年の健康診断は受けましたか？私は自分の誕生日頃と決めていて、胸部レントゲン、胸部CT、胃カメラ、腹部エコー、女性検診と受けてます。年々、気になることも増え、検査も増えてきたのを感じます。

そしてその頃に眼科や歯科検診を受ける様にしています。ちょっと面倒くさいな~と思う時もありますが、時期を決めておいたら、前回いつ行ったかな？と忘れることもなく、おすすめです。

みなさんも健康診断でぜひ、健康を見つけに来てくださいね。

今年まだという方は、放射線科で受けられる検査いろいろありますので、お待ちしてま〜す。

放射線科・井門

まるっとカラオケ	第1・3週(金) 11時~14時	7月11日(金) 7月25日(金)	カラオケ あかり	ランチ代も入れて1000円 あかり(0899702329) 平井マルナカ南へ100m
民謡のつどい 指導上甲奈美子さん	第2・4週(水) 10時~11時	7月23日(水) 8月27日(水) 8.13 金休み	たかのこ 公民館	生三味線三台演奏です。 3ヶ月100円/回見学期間 その後1000円/回
おじおばラジオ体操	平日 6時30分	いつからでも、だれ でもご参加大歓迎	浄土寺内	明るくなりましたが、朝は少し 冷えます。25~30人あまり
たかのこ体操	第2・4週(木) 10時~11時半	7月24日(木) 8月28日(木) 8.14 金休み	たかのこ 公民館	予約なし。会費100円 水・バスタオル・タオル
菊ちゃんくらぶ (テニスサークル)	第2・4週(日) 10時~12時	7月13日(日) 7月27日(日)	東温市総合 公園	お問い合わせ 菊岡090-4786-8090
芝が峠ウォーキング	毎週水曜・土曜 16時	はにわの里前に集合 繁多寺まで8000歩	予約不要	あまりに暑いので8月末までお 休みします。
たかのこ句会 指導：松田かをりさん	第3週(金) 13時~ 15時30分	7月18日(金) 見学者大歓迎	たかのこ 公民館	会費500円 筆記用具、歳時記
寿句会とミニ体操 指導：新田高千穂さん	第1週(水) 13時半	8月6日(水)	たかのこ 公民館	会費100円 筆記用具 あれば歳時記 見学大歓迎
ベジタブル 指導：田村典子さん	第4(月)10時 ~12時	7月28日(月) 見学者大歓迎	たかのこ 公民館	会費400円。筆記用具 カッター 手拭きなど