

健康づくり

堀江・和気支部 ニュース

堀江・和気支部
責任者 高野(こうの)弥生
連絡先:090-1173-9876

残暑お見舞い 申し上げます



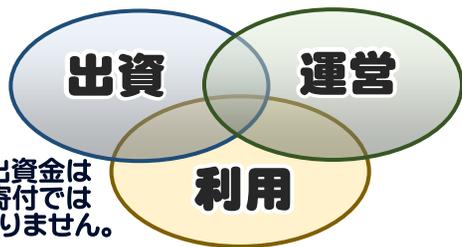
梶原Dr.講演会 人生会議しませんか!

●テーマ「アドバンス・ケア・プランニング(ACP)人生会議」
アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは、もしもの時に備えて、自分がどのような医療やケアを望むかを前もって考え、家族や医療・介護関係者と話し合い、共有する取り組みのことです。日本では「人生会議」という愛称で呼ばれています。「もしものとき」について、一緒に考えてみませんか?

9.27 土曜日 13:30~ 城北診療所・ひまわり広場

増資(出資金増やし)のご協力をお願いします!

みんなが出資し、
利用し、運営します



出資金は
寄付では
ありません。

出資金は地域の健康づくりや助け合いの活動、
より良い医療・介護サービスの充実に活かされます。

愛媛医療生協は、組合員さんの出資金で運営されている協同組合です。出資金は生協を支える「力」として、地域の「健康づくり」や「助け合い」の活動、またより良い医療・介護サービスを可能にする診療所や介護事業所の充実に活かされています。「出資金」によって班活動や健康チェックなども継続することができます。

そのため加入時だけでなく、定期的に増資して頂くことが安定した運営につながります。口座振替による積み立て増資も受け付けていますので是非ご利用ください。

出資金は会費や寄付ではありませんので転居等で脱退されるときは所定の手続きでお返し致します。



支部30周年 記念行事



堀江・和気支部

11.9 日曜日 堀江公民館
10:00~ 全館貸し切り

11月9日、10時から、堀江公民館で、30周年の記念イベントを開催します。落語、マジック、チエロ演奏など、盛り沢山です。お弁当も用意します。詳細は来月のニュースでお知らせします。ぜひご参加ください。

参加費無料 健康ウォーキング教室

よい姿勢、美しい歩き方 Co-Coreのインストラクターが指導!! 8,9月の史跡巡りウォーキングは中止です。
8月23日(土) 9月20日(土) 10:15~ 堀江・町民会館 1時間程度

毎週木曜日

歩っとウォーキング

城北ブロック 健康づくり委員会

※城北診療所 9時集合1時間程度 8月はお休みします。(雨の場合も中止)
9月4日 鴨川公園 / 11日 千秋寺 / 18日 鐘道寺 / 25日 弘願寺 10月からは通常通り、10時からです。

—— 愛媛医療生協の機関紙が9月号より隔月発行になります。よろしくお祈りします。 ——

どなたでも参加可能です



第3月曜日

絵手紙 いろいろ

9.15月13:30-
鉄本宅
トライアングル



第1火曜日

脳トレ 脳カトレーニング

9.2火13:00-
三舛宅
いきいき班



材料費のみ (隔月)

料理教室

9.24水10:00-
堀江公民館
マミクッキング



随時

投げ釣り

未定 集合9:30-
●餌代+消耗費
(1,000円+程度)



第3土曜日

骨盤体操

9.20土14:00-
中川宅
骨盤の歪みを直す



第2水曜日

レコード 楽しく聴く会

9.10水13:30-
タカノ宅
懐かしのLP



第1日曜日

新池 ウォーキング

9月はお休みします
堀江・新池
新池ウォーキング班



第4土曜日

ゆるヨガ

8.23土19:30-
堀江公民館
ピンクキャット

国鉄四国トレンス コンサート(40周年記念)

響歌か声を
10.18 土曜日 13:00~
松前総合文化センター
参加費1500円

おじんたちの お茶会

毎月月初め
9.1月14:00-予定
道後友輪荘
(お茶代必要)

今年度も、組合員さんの健康づくりを応援します。
昨年度に引き続き健診の検査項目はそのままです。
一つからでも利用できますよ。右のクーポン(割引)券を
切り取って受付に提出してください。あらかじめ診療所
へ、お電話にて健診の予約を申し込んでください。

連絡先 089-926-3625 城北診療所



堀江和気支部2025年度検査クーポン券

名前

住所 松山市

電話

- チェックして下さい
- 肺がん (200円引き)
- 大腸がん (")
- 動脈硬化 (")
- 骨密度 (")
- 前立腺 (")