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

2024年『生活と防災』教室

防災・災害への備え

7.31(水) 13:30～

堀江公民館・団らんの杜

［講師］ **松山市の防災担当**

今回のテーマは、「災害への備え」です。地震や風水害などの災害に備えて、あるいは災害が起きたら、どう行動すべきでしょうか、みなさんと一緒に考えましょう。ご参加お待ちしています。(無料)

機関紙「手配りさん」を募集！

ご近所の組合員にお届けする機関紙の「手配りさん」を募っています。なお、訪問でお伺いすることもありますが、なにとぞよろしくお願い致します。

突然の訪問にて手配りを快く受けて頂いた方にお礼申し上げます。ありがとうございます。健康を害して手配りできなくなった方もいます。また、部数が多いと、負担も大きくなり、分担できると助かります。多くの「手配りさん」が協力して組合員に「健康づくり」の機関紙を読んでいただけますようにと、頑張っています。ぜひ、ご協力をお願いします。

■ いつも「手配り」ありがとうございます。
暑い日が続きますが、熱中症に気を付けて、すずしい時間帯に手配りよろしくお願いします。

健康づくりの輪を大きく

■ うたごえ喫茶 (隔月)
7月28日(日) 13:00～
あんこだんご
歌って楽しく
飲み物代500円程度

■ マミクッキング (隔月)
7月24日(水) 10:00～
堀江公民館
料理教室 材料費のみ

■ トライアングル
7月15日(月) 13:30～ 鉄本宅
絵手紙いろいろ

■ 骨盤体操堀江 (第3土曜日)
7月20日(土) 14:00～ 中川宅
ヒップリフト

■ ピンクキャット (第4月曜日)
7月22日(月) 19:30～ 堀江公民館
ゆるヨガ教室

■ いきいき班 (第1火曜日) 8月「お休み」
『脳トレ』～ 三舛宅

■ 新池ウォーキング 8、9月休み (第1日曜日)
1キロ程度の軽いウォーク

■ 史跡巡りウォーキング 8、9月休み
ウォーキング教室予定 8、9月予定

城北ブロック 健康づくり委員会

■ 歩っとウォーキング 7月 (毎週木曜日)
城北診療所 **9** 時出発(無料)
18日 高崎公園 (1時間程度)
25日 一草庵 (1時間程度)
8月は「お休み」します。

今年も、組合員さんの健康づくりを応援します。
昨年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

誰もが健康で、居心地よいまちをつくろう！
～ささえあい、つながり、安心をひろげよう～

医療福祉生協連

6.26 総代会

愛媛医療生協の2024年度第71回通常総代会が6月26日、県民文化会館で開かれ、総代ら約240人(堀江和気支部から2人)が参加。「誰もが健康で、居心地よいまちをつくろう!」スローガンに、6万人の組合員をめざし、助け合い、支えあいを通じたよろこびを地域に広げるなどの方針、事業計画などを採択しました。
午後からは、こども健康プログラム、各ブロックの班活動も紹介されました。

親子で楽しむ『へいわのつどい』

8.25(日)am10:00～ 城北診療所 (無料)
参加：30名まで(幼児・小学校とその保護者)
絵本(読み聞かせ)「かわいそうなぞう」／ゲーム「輪投げ」「コイン落とし」「豆つまみ競争」／折り紙体験「折り鶴をつくろう」／平和パネル展示
参加申し込み：城北診療所・山本 090-1327-6759 または、上記高野まで

平和の使者「千羽鶴を海外へ送ろう」

組合員さんから寄せられた折り鶴も一緒に

今年も、「千羽鶴を海外へ送る集い」が8月7日教育会館(am9:30～)で開催されます。
「核兵器のない世界を願って」昨年は、千羽鶴18万羽を海外へ。これまでに、33ヵ国97団体 562万1千羽を贈っています。医療生協の組合員さんから寄せられた折り鶴も「集い」を通じて、平和学習の教材として役立てていただくよう海外に送っています。
千羽鶴の集約期限があります。7月末頃までにご連絡いただけるとありがたいです。

新しい班が出来ました。

レコードを楽しく聴く会

9月から第2水曜日
11日(水)13:30～ 高野宅

お問い合わせは
上記連絡先高野まで

インスタグラム
はじめました。
城北診療所
診療情報
イベント情報
お届けします。

EHIMEJYOHOKUCLINIC

堀江和気支部2024年検査クーポン券	☑ チェックして下さい
名前	☐ 肺がん 200円
住所	☐ 大腸がん 200円
電話	☐ 動脈硬化 200円
	☐ 骨密度 200円
	☐ 前立腺 200円