



小野支部ニュース

発行日 2024. 3. 15
愛媛生協病院地域事業課 (976-5638)

小野支部・たかのご支部合同

春のバス旅行のご案内

医療生協
小野支部

行先 : 淡路島七福神めぐり・淡路ファームパークイングランドの丘
 今回は長林寺(福禪寺)・智禅寺(井財天)・八淨寺(大黒天)&ファームパーク・イングランドの丘

日時 : 4月18日 木曜日
 7:00 鷹ノ子温泉→ 7:15JA 平井バス停) 7:25 小野共選→長林寺
 →昼食(寿司)→ファームパーク→帰宅 20時ぐらい

参加費 : 7000円 (昼食代2200円・押韻料900円・入園料1000円込み) 小野支部が補助しています

募集人数 : 20名(集まり次第締め切ります)

申し込み先 : お知り合いの運営委員、井芹 (090・7789・9669)

2019年秋に4ヶ寺廻りました。その後コロナ禍の為、実現しませんでした。お待たせしました!!
 七福神めぐりは7つの災難が除かれて7つの幸福が授かるパワースポットと言われています(^_^)★
 淡路ファームパークの丘はコアラや動物とのふれあい、四季折々の花の鑑賞ができる農業公園です。
 他地区の皆さんとも交流し楽しい一日を過ごしましょう!!

体操教室

昭和小町教室

*日尾グリーンハイツ集会所
 ◎第2・第4火曜日
 ◎10時~ 3/26. 4/9. 4/23. 5/14

梅本教室

*南梅本集会所
 ◎第1月・第3月曜日
 ◎1時半~ 3/18. 4/1. 4/15. 5/6

*連絡先 090-8287-5117 (吉村)

内容

- ・月1回の健康チェック
- ・ストレッチ
- ・ロコモ体操(下半身強化筋トレ)
- ・参加費 無料ですが100円程度集める時があります。(^^)★
- ◎いつでも見学、参加できますよ

2024年3月

医療生協小野支部

ウォーキングしませんか

日時 3月28日(木) 雨天中止

時間 11時

集合 フジグラン重信宝くじ売り場前

行先 重信河原(かすみの森)

持物 お弁当はこちらで用意します。
 出発時に渡しますので、出来ればリュックで飲み物、敷物、タオル等は各自ご用意ください。

お元気でお過ごしでしょうか?

桜を見ながら重信河原まで歩いてみませんか!!

お外で食べるお弁当は格別ですよ!

レクリエーションで輪投げをします。(景品もあるよ)

参加される方はお知り合いの運営委員さん、又は井芹 (090-7789-9669) までご連絡下さい。

職場だより

私の健康づくり 愛媛医療生活協同組合 大西 壽美子

私は、お米を作りをはじめて8年になります。なにせ、ど素人がお米作りをはじめたもので、機械操作や土地の耕し具合など、慣れずに大変でありましたが、ご近所のおじちゃんたちが、あれこれと教えてくれて感謝。5月~10月までお米作りに力を入れますので、休みの日は、一日10,000歩以上は軽く達成します。大汗かいて健康づくりです(笑)。現在は、冬場の体力強化にむけ、班会と個人でのウォーキングに力をいれて頑張っているこの頃です。歩く習慣を身につけると、リフレッシュできます。組合員の皆さんも習慣づけてみてください。

求む! 機間紙配布者
 月に1度
 自宅周辺5軒ぐらゐから



配布協力をよろしくお願ひします
 連絡 地域事業課 976-5638