

広島医療生協 山本支部ニュース

2018・12・15
No.165
12,1月合併号

広島医療生協山本支部
健康まちづくりセンター内

「からだとくらし」
配布にご協力を

山本支部・沼井
(Tel 874-5124)へ
よいご返事を!

ストレッチ班

今年もストレッチのほかに、いろんなことにチャレンジしてきましたが、来年は89歳の会員さんを目標に、一同、その歳になるまで頑張っていきたい。そのために体にも脳にも良いメニューを取り入れていきたいです。



うぐいす班

みんなで一緒にたくさんの歌をうたい、大きな声が出るようになること。また、歌をとおしてみんなが元気になり、楽しく集える班であること。それが今年の目標です。



2019年への
抱負

ひまわり班

「参加してよかった!!」といえる班会がモットーです。みんなで話し合いながら、小物づくり、映画鑑賞、芸術鑑賞、健康体操など、楽しく取り組んできました。新年度はもっと多彩にとりくみ、充実した活動の年にしたいと思います。

すずめ班

すずめ班は、いま70歳代の6人で歌っています。昭和の演歌を、合唱したり、一人で歌ったり…。見学や学習、食事会もやっています。残念ながら1人減りました。演歌のお好きな方、月1回です。ぜひ入会してください。お待ちしております。;

学習会

1月24日(木)
10:00~
山本集会所

講師
久保田 浩子さん
共立病院
認知症看護認定看護師

班会でのお話がとても好評でしたので、再度広く参加を呼び掛けることにしました。参加無料です。当日は、ポイント手帳をご持参ください。

「認知症は予防できる」

みなさんのお力添えでがんばってきました。「9条改憲ノー」「敬老パスの実現を」などの署名に取り組んできました。山本地区の健康づくりへいっそうがんばります。

山本支部役員一同

補聴器をはずし去年去り今年来ぬ 森園 房子
初詣夢託しつつ磴登る 稲田恵美子
山里の空の青さと掛大根 谷本喜代子
喜びの来る予感あり初暦 沼井 鋭二

俳句

寒さが厳しくなってきました。明るいほうへ向かって一日一日大切に過ごしたいですね。
寒さにまけないように、うぐいす班で、子どもの頃に歌った童謡や、なつかしのメロデー、時に新曲ありと、声を出すと心もスッキリ。コーヒータ

楽しいうぐいす班



来年はいのしし。平和な、おだやかな年でありますように。これからも皆さんに助けてもらいながら頑張りたいです。感謝して。(F.U)

わいわい、ガヤガヤ 話の広場

ポイント手帳を持ってきてくださいね

青空健康チエックセルフ
2月26日(火) 10時半から
稲田前