

2023年11月号

# 毘沙門台支部ニュース

広島医療生協

毘沙門台支部

2023. 11. 1

猛暑だった夏も11月に入り風が冷たく冬が訪れました。  
インフルエンザ、コロナにも引き続き注意しましょう。

## 【11月の班会予定】

11/1(水)支部会議…13:30～東集会所  
11/2(木)芝桜…10:00～東集会所  
11/11(土)タオル体操…10:00～東集会所  
11/19(土)さくら班…9:00～西集会所

“未来へつなぐ増資”にご協力して頂いております。  
11月30日迄、強化月間となっていますので加入・増資よろしくお願いいたします。役員までご連絡くだされば、訪問致します。

### =コープ共立歯科だより=

先日、10/11(水) 健康サポーター養成講座にて、  
「オーラルフレイル予防」の  
お話をしました。健康寿命を延ばすには、お口の健康が大切です。  
長息生活(ながいきせいかつ)、ロングピロピロを買われた方は、ぜひ毎日使って呼気量Upを！

### 健康クラブ タオル体操

毎月第2土曜日 10:00～11:00 毘沙門台東集会所

タオル体操ストレッチサークルを見学・体験してみませんか？感染対策しながら、体を動かしフレイル予防しましょう。

### ストレッチサークル「月下美人」

毎週金曜日 20:00～21:00 毘沙門台集会所

- 月4回で2000円の会費です。
- 参加をされる方は、自宅で検温しマスク・タオルをご持参ください。
- 上靴とゴルフボール2個もお忘れなく！
- お茶、水。対象の方は「いきいきポイント手帳」をご持参ください。



お問い合わせは、こちらまで・・・

支部長：坂本 555-8876  
支部役員：速山 879-2859  
支部役員：三上 879-2624  
副支部長：大谷 879-0737  
副支部長：田中 879-4930  
支部役員：高橋 879-0695  
理 事：本田 876-0049  
理 事：伊藤 879-2384  
健 ま ち：真栄 879-8124

か が や ク

☆ かがやく会支部会議 11/16 9:30～ 東集会所

☆ 日本高齢者大会in東京 参加費：約9万

☆ 「平和冬のつどい」 12/6(水) 13:30～  
生協 虹の会館1階「ほっこり」

伊藤 ☎879-2384 福井 ☎878-3808 武田 ☎877-3659  
木坂 ☎878-3495 新谷 ☎878-2115  
みんなで老後を考える会 安東支部



大腸がん検診を受けましょう

受診券・問診表を忘れず同封を！



健康保険証なくさないで!!

国民も、患者も、医療機関も望んでいないマイナンバーカードとの一本化はただちにやめて、現行の健康保険証を残してください。