

広島医療生協

西原支部二二一ス 令和6年4月号

西原支部総会のおしらせ

日時：5月14日(火) 10時～11時

場所：ふれあいセンター 協同 4階 (組合員ルーム)

総会終了後

日時：5月14日(火) 11時～12時

場所：ふれあい協同 1階 (大会議室)

テーマ 「うたって、おどって 健康生活」

身体機能や脳機能の維持、向上を目指す

講師 糸賀千晶

音楽健康指導士 (ピア) 講師、ボイストレーナー

地域音楽コーディネーター

会費 無料

音楽と運動を組み合わせることで、様々な相乗効果が期待できます。音楽の力が、日常生活の充実につながる身体と心の健康に繋がります。充実した生活を送れるように楽しく歌って身体を動かしましょう。

「からだとくらし」配布員募集中

5部程度の「からだとくらし」の配布にご協力をいただける方を募集中です。

一緒に広島医療生協と活動をひろげましょう。

