

大塚支部

2020. 2月号 ☺

☺ 大塚支部・・・安佐南区大塚・伴南地区

沼田・大塚合同グランドゴルフ大会

11月11日(月)

大塚からは、ベテラン2名、超初心者2名参加しました。
天気も良く、準備もプレーもベテランに支えられ、気持ちよい汗をかきました。
ぜひ、次回は皆さんもご参加ください。

大塚支部新年会

1月16日(木) 11:30~14:00

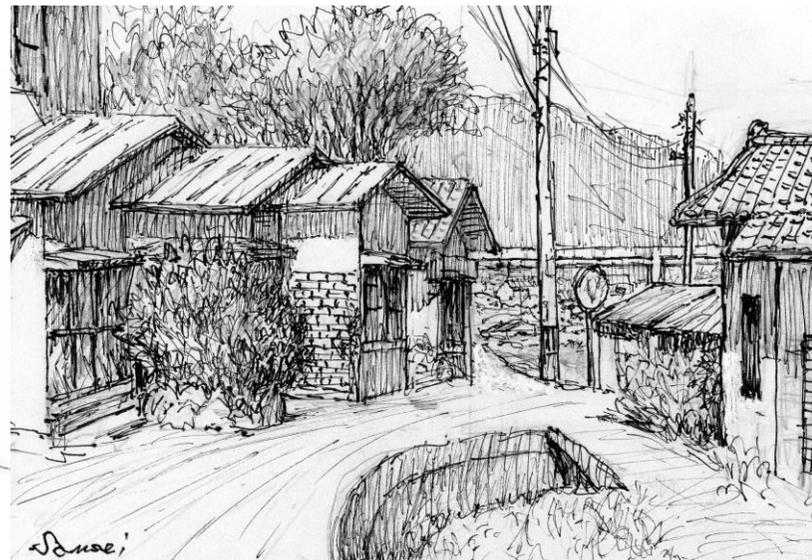
機関紙配布員、活動班会員など12名の参加でした。
まず、①血圧測定②握力測定③足指チェッカーの健康チェックをしました。
計測はドキドキしたり安心したり・・・自分の健康に関心を持ち、上手にコントロールしたいですね。



昼食を食べながら、いろいろ話ができ、楽しい交流会になりました。そして、心癒されるハーモニカの演奏や、流暢な落語話に笑いありで、心豊かにゆったりと時を過ごすことができました。

日頃、悩んだり考えたりしていることを交流できるのは、次の力につながりますね。こうした機会を増やしていきたいです。

12月にNO2空気調査を17ヶ所行いました。結果は次回お知らせします。



【行事予定】

絵・文 寺本 三省

Aシテイの東裏山沿いに点在する、昔ながらの家々です。狭い道はあまり車も通らず散歩に最適で、好きなコースのひとつ。

☆青空健康チェック

ナフコ西風新都店では、血圧・体脂肪・体年齢などの測定が中止になりました。

☆大塚公民館まつりに参加します。

3月15日(日) 10:00~15:00

高齢者いきいき活動の手帳を持参してください。

健康チェックのお手伝い(測定・記録・資料配布など)
短時間でも手伝っていただけると嬉しいです。

大腸がん検診を受けましょう!

- ◆広島市健診(40歳~69歳)400円 ◆広島市健診以外の方(40歳未満)1404円
- ◆広島市検診(70歳以上)被爆者手帳を持っておられる方 無料
- *大腸がん検診を受ける際には、「がん検診受診券」が必要です。

大塚支部 高橋 082-848-2917

健康まちづくりセンター 【担当】 谷水 082-879-8124

