

高陽東支部ニュース



令和元年 7月号

あの災害から一年経ちましたが、その後の復興は進んでいますか？

今年は梅雨が遅く始まりました。昨年同様の大雨が降る可能性もあります。自宅近辺は勿論ですが、特に旅行先などでは充分気をつけましょう。

*けんこうチャレンジが7月から始まります。

30日間または60日間の期間を定め、「野菜を食べる」「毎日体操をする」など生活習慣を整えるためのチャレンジです。自分や家族の健康について考え取組んでみて下さい。

*百歳体操 あすなろ2階 10:00~ (7/5・12・19・26)

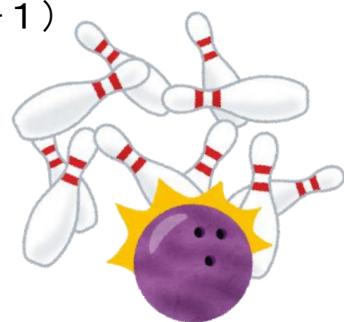
7月19日は口田地域包括支援センターによる体力測定をした後、45分バージョンの百歳体操を始めます。

*高陽東支部主催ボウリング大会開催

8月29日（木）会場：フィエラディプローバ（安佐南区緑井6丁目21-1）

10:45 現地集合 11:00ゲームスタート（2ゲーム）

12:30 昼食 おとぎや（安佐南区緑井6丁目1-6）



詳しくは来月8月号でお知らせします。

今後の予定

7月9日（火） 健康チェック ショージ白木店 10:30~11:30

7月16・17日 中四国組合員交流集会 グランドプリンスホテル広島

7月24日（水） 平和夏のつどい 虹の会館1階ほっこり 13:30~15:30

7月26日（金） 健康チェック COOP高陽店 14:00~15:00

<気になった行事にはぜひ参加してみて下さい。>

★これからの支部ニュースに載せてもよい話題・場所・意見等お寄せ下さい。

支部長 熊谷 **843-1273**

健まち 松岡 **879-8124**