

大塚支部

2022. 新年号 ☺

☺ 大塚支部・・・安佐南区大塚・伴南地区

日常生活が少しもどり、人との関わりがもどりました。まだまだ以前のようにならず、新しい不安も出始め、一喜一憂です。それでも愚痴を言い合ったり、近況報告を笑いながら話したり出来るようになりました。本当に会うことの大切さを感じますね。大塚支部でも出来る範囲での企画を提案していこうと思います。どうぞこれからも宜しくお願いします。

“大塚支部企画”

広域公園を歩こう

11月25日、9名の仲間と広域公園を歩きました。秋の広域公園です。さわやかな1日でした。

一人で歩くもよし、友とぷらっと出かけるもよし、時間を決めて仲間とわいわい歩くのもいいですね。

皆さんも歩いてみてください。



<青空健康チェック>

11月18日、12月13日、Aシティフレスタ前で青空健康チェックをおこないました。7名の方が立ち寄り、血圧他、体脂肪や筋肉量を測定されました。12月は職員による「介護相談」のコーナーも受け付けました。

12月2～3日のNO2の空気調査を行いました。結果はまた次回にお知らせします。



広域公園から眺めた、大塚地区に珍しく二つある大学、市立大(左)と修大を描いてみました。他にも高校が安古市から沼田にかけては、4校もあり学園文化地区でもあります。 絵・文 寺本 三省

[行事予定]

★青空健康チェック

毎月第2月曜日 10:30~11:30

♥今月は第3月曜です。1月17日(月)に実施します。

Aシティフレスタ前・・・血圧・体脂肪・体年齢などの測定
健康サポーターによる健康相談

「高齢者いきいき活動手帳」をお持ちの方はポイントゲットしましょう。
お買い物に来られるついでに、ちょっとどうぞ。

無料

★新年交流会

1月13日(木) 役員、班活動員、機関紙配布協力員が交流します。

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】松岡 082-879-8124