

東広島南支部だより

2022年度役員

○ 東広島南支部役員

支部長 花岡 誠 副支部長 吉沖 千重子

会計 桐原 康江

運営委員 山口 節子 宇野 千恵子 朝月 美保子
山崎 紀子 田中 鞆子 坂井 美佐枝
稲葉 貞夫 新田 恵理

○ 理事 花岡 江美子 酒井 恵美

今年の運営委員は新しく2名増えて11人となりました。

新しいたまり場(つながりセンター)が、毎日いきいきと組合員とつながりを強め、健康づくりの場として輪が広がっています。

本の紹介

学習のススメ

新版『みんなで学ぶ医療福祉生協』

○ 医療生協とは？

○ 医療生協のあゆみと活動他

良いテキストが出版されたので、これを使って学習会をすることにしました。

500円のところを支部会計から200円の補助があり、300円で購入できます。

是非手にとって読んで欲しい本です。

申込は下記の東広島つながりセンターまで。

学習会は7月29日(金)13:30~の予定です。

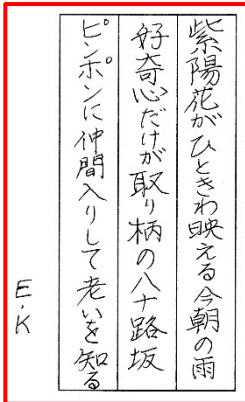
<お問合先> つながりセンター TEL (082) 423-5994

東広島南支部(花岡) TEL (082) 425-0905

広島医療生活協同組合健康まちづくりセンター(田中)

TEL (082) 879-8124 FAX (082) 879-8182

昨年5月近所に「東広島つながりセンター」が移転されました。友達に誘われて参加しました。



私は「百歳体操と歌」、そしてピンポンに挑戦しています。私はピンポンを甘く見ていました。

高齢の私にはとてもハードでした。つくづくと老化を実感しています。でも玉拾いがとても良い運動になりますのでもう少し頑張りたいと思います。(E・K)

百歳体操に参加して

三年前から百歳体操に参加させて頂いてます。体操した後は、スッキリして動きが、楽になってきます。体操仲間には、洋裁の上手な方、おしゃやかな方、人のお世話される方、笑顔の素敵なお方々に刺激を受けています。


花岡先生より、体操前にストレッチ指導受けてます。それを日々の生活にとり入れてます。

体操後の歌声講座では、歌詞の朗読により若さこそ思い出し若返ります。

そして、二人の方のギター演奏により、大きな声で歌うとストレス解消になっています。

皆さんと一緒に百歳体操、歌声講座に参加できる事に感謝です。

(R・T)



これからの予定

百歳体操 (10~11:30)

7/1 7/8 7/15 7/22 7/29 8/5 (金)

ピンポンA (10~11:30) B (13:30~15)

7/7 7/21 8/4 (第1・3木)

ピンポンC (13:30~15) 7/14 7/28 (第2・4木)

囲碁同好会 (13~14:30)

7/4 7/11 7/25 8/1 8/8 (月)

折り紙グループ (14~16) 7/21 8/18 (第3木)

楽しくうたおう (14~16) 7/16 8/20 (第3土)

新聞ちぎり絵 (13:30~15:30)

7/12 8/9 (第2火)

にこにこマージャン (10~11:30)

7/20 8/17 (第3水)

ストレッチ体操 (13:30~15)

7/8 7/22 8/12 (第2・第4金)

ふれあい喫茶

今回は、新聞ちぎり絵の体験会、見学会をします。

日時 7月13日(水)

10:00~11:30 参加費無料

お問い合わせ先 つながりセンター
(082-423-5994) まで。



スマートクラブ 8月22日(第4月)

広島市江波山気象館

原爆遺跡です。

持参 弁当・電車、バス代

集合 西条駅(8:12) → 広島駅(8:57)

→ 電車又はバスで
江波山気象館へ

