



なんと寒いこの冬ですね。日本全国びっくりの低温・雪。  
春が待ち遠しいですね。



極寒の冬、  
ミカンで風邪ひとつ引かず  
毎日を乗り切っています…。  
S・T

## 新年交流会

1月16日(木) タワーズイースト集会所にて  
「毎日を元気で楽しく過ごす秘訣は、人と集い、話が弾み笑顔が増えること」  
これは皆さんよく聞かれる話ですね。

大塚支部でも18名の参加で楽しい新年会を開くことができました。  
医療生協クイズやこけん体操(365歩のマーチ)、ハーモニカ、  
デュオコーラス、新聞話や小唄寿限無(黒子亭オリーブ)など  
お弁当を食べながら話も弾みました。支部活動の元気に繋がったと思います。



### <皆さんの感想>

- 初めて会う人、同じ地域に住んでいる人、公民館で一緒の人などここで出会えたことが嬉しかったです。
  - ノーベル平和賞受賞の話が出て、子どもがお世話になった坪井直さんを思いました。
  - 小唄が面白かった。歌がよかった。楽しかったです。
- など



### [行事予定]

#### ☆大塚公民館まつり

3月19日(日) 10:30~12:00

#### 健康チェック(3階和室にて)

握力・足指チェック・体測計・血圧が測定できます。  
自分の健康チェックをぜひどうぞ。

#### ♥今回は、子ども歯科チェックがあります。

コープ共立歯科の職員による子どもの歯科チェックです  
日頃気にかけていらっしゃる方は、ぜひどうぞ。



#### ☆青空健康チェック

♥ 第2月曜日 4月14日(月) 10:30~11:30

Aシティ元フレスタ前(今まで実施していた同じ場所です。)

・・・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

※フレスタ閉店に伴い、青空健康チェックの場所検討中です。

まだ未定ですので、5月以降は変更があるため確認をお願いします。

「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。

大塚支部 森田 082-848-8736

健康まちづくりセンター【担当】井ノ口 082-879-8124