

広島医療生活協同組合

高陽東支部ニュース

2025年（令和08年）1月号



新年あけましておめでとうございます！！

昨年は”米が無い”と大騒ぎになり、後半は物の値段が上がり生活にも影響しました。今年も何かと大変ですが体に気をつけて頑張りましょう。

●昨年 落合支部と【すこしお料理教室】を開催しました

- メニュー
- ・鮭のパン粉焼き
 - ・油揚げとえのきの煮びたし
 - ・かぼちゃの味噌汁
 - ・みかんの牛乳寒
- 流石に主婦 手早く・美味しく出来ました。



♥新年への抱負

- ・本年は頑張って沢山の行事に参加したい！（梅村）
- ・ボチボチ行きます頭ボケないよう（池奥）
- ・自分らしく与えられた事を喜んで歩みたい（新宅）
- ・今年も一年楽しい時間を元気に過ごしましょう（川本）
- ・私は今年80歳体力をつけ毎週の 休肝日を守ります（松本）
- ・年々体力の劣れを感じています 現状を維持に頑張りたいと思います（熊谷）
- ・今年もこけんよ体操で転倒予防しましょう！（坂本）



今後の予定

1月13日（火）	健康チェック	ショージ白木店	10:30~
1月23日（金）	健康チェック	コープ高陽店	10:00~

★これから支部ニュースに載せてよい話題・場所・意見等お寄せ下さい
支部長 熊谷 ☎843-1273 健まち 坂本 ☎879-8124