

# ぬまた地区だより 11月



広島医療生協 沼田地区（沼田・大塚・久地）

地域のお祭りや町内行事など、出会いや交流の多い秋ですね。皆さんはどんな秋を楽しんでいますか？



火山の会 4人で深入山を  
散策しました。(10/11)  
可憐な花に癒されました。  
(ムラサキセンブリ) Y.E

下城ハイツ風景  
ご近所ウォーキングにて  
S.T



## 今後の行事予定（どなたでも参加できます。）

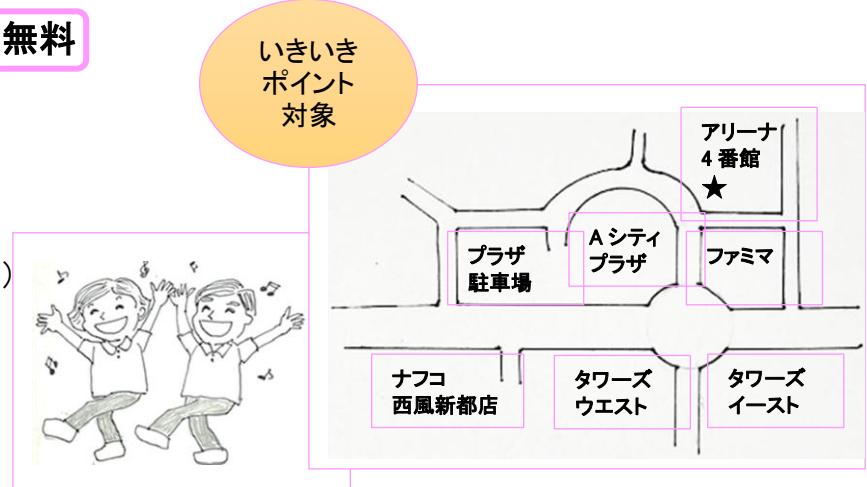
### 『歌って踊って健康生活』 無料

皆で歌いながら脳トレ&ストレッチ  
楽しく交流しましょう。

日時:12月1日(月)10時~11時半

場所:Aシティヒルズアリーナ4番館(★)  
サウンドルーム(コミュニティ下)

指導:糸賀千晶さん(音楽健康指導士)  
\*動きやすい服装 \*飲み物持参  
\*プラザ駐車所は有料



### 『絵手紙班』 見学・体験大歓迎

日時:11月4日(火)12月2日(火)

14時から

場所:沼田診療所2F



### 青空健康チェック

無料

日時:11月20日(木)12月18日(木)

10:30~11:30

場所:フレスピショッピングセンター  
こどもコーポラス前

体組成・握力・血圧・足指チェック

\*お買い物がてらお立ち寄りください

いきいき  
ポイント  
対象

変更:例年11月に企画していた沼田地区グランドゴルフ大会は来年3月に延期となりました。

### 作品募集中!!

「沼田地区だより」では、川柳・絵手紙・アート・料理などを募集しています。

【送付先】〒731-0121 広島市安佐南区中須 2-19-6 TEL 082-879-8124 mail: kenmati@hiroshimairyo.or.jp  
健康まちづくりセンター 沼田地区担当者まで

【お問い合わせ先】健康まちづくりセンター 879-8124 / 沼田診療所 848-4486