



2024 年度 6～7 月 いっせい班会 たのしい

班 会 に行こう!

おすすめメニュー



SAKAMO 式

こけんよ体操

とは?

「転倒予防」
を目的とした
広島医療生
協オリジナル
体操です



大好評

- TVゲーム Wii
- モルック体験

●認定看護師を招いて
わいわい講座 など

* 班会は組合員さん
3 人から開けます

お問合せ・講師依頼は、
広島医療生協 健康まちづくりセンターへ

ウォーキングサークルより (里山登山)

今月は、呉市街地から一気にせり上がっている山、灰
ヶ峰(737.0m)に上ります。山頂からの眺望は最高で
す。ご一緒しませんか。(登り 2 時間 30 分)

とき : 6 月 27 日(木)

集合場所: JR 呉駅前

集合時間: 8:15 その後バスで西畑下車

お問合せ:

090-6841-7819 梶原

090-8600-8315 中井まで



おすすめのダイヤ

あき亀山発 6:29～広島着 7:15

広島発 7:19～呉着 8:09

広電バス呉発 8:35～西畑 8:50 着
(バス運賃 180 円)

雨天の場合は中止です。

* 当日参加も OK

* 山登りに適した靴・服装
でお越しください

平和 夏のつどい 2024

日時: 6 月 26 日(水)

13:30～15:30

会場: 虹の会館 1 階「ほっこり」



♪～
♪ ♪



内容

「被爆ピアノのつどい」矢川ピアノ工房

・活動紹介

・被爆ピアノ演奏

・みんなで歌おう ほか

どなたで
も参加で
きます

主催: 理事会平和・まちづくり委員会
お問合せ・申し込み
健康まちづくりセンターまで

ボランティアさん大募集

☆場所: 広島共立病院・外来ボランティア

住所: 安佐南区中須 2-20-20

曜日: 月～金曜日

時間: 9:00～11:30

内容: 患者さん利用者さんの誘導・補助

☆場所: 広島共立病院・健診センター

住所: 安佐南区中須 2-20-20

曜日: 月～金曜日

時間: 9:00～11:30

内容: 利用者さんのロッカー・フロアー
の誘導、清掃など



* いきいきポイント対象です。来院時に
手帳をお持ちください。

* 感染対策を万全にして実施します。

申込み: 健康まちづくりセンター