

やぎ支部だより

2018年 5月号
広島医療生協 八木支部
支部長 山下 873-2758
理事 寺本 873-3128
健康まちづくりセンター
大町 879-8124

2018年度 八木支部総会

日時 5月31日(木)

午前10時～11時30分

場所 八木集会所

内容 ・2017年度のまとめと2018年度方針
・お話「バランスのとれた食事」

共立病院管理栄養士 遠藤科長

※ 医療生協組合員以外の方もお誘いください



2017年 八木支部総会



親子リズム班 2017年12月 クリスマス会

～班の紹介～

親子リズム班

月2回第1・3水曜日の10時から八木集会所に集まっています。

指導は今年から以前来ていただいた共立ひよこ保育園の前田先生に変わりました。絵本の読み聞かせや、親子で楽しむ体操などやっています。

ぜひ見学に来てください。

ストレッチ班

毎週火曜日に10時より1時間八木集会所で活動しています。時々野外でのウォーキングも楽しみ、月1回健康チェックもしています。

会費 月1500円です。



しろやま班

月1回、第1水曜日に9時半より城山集会所で折り紙や塗り絵などやっています。今年から高齢者ポイント制度を活用して自治会のサークルと連携した形で活動しています。おしゃべりもまた楽しいです。

先月号に掲載しました「健康づくり学会」の関係記事は印刷の不具合でご迷惑をおかけしました。改めて要旨を掲載いたします。

「健康づくり学会」に参加して

3月9日に行われた第29回「健康づくり学会」の「達者で長生きするために」と題する青木先生の講演は豊富な内容で身近な事柄を具体的に話され、「女性の健康年齢」が広島県は全国最下位ということから、日ごろの健康管理の大切さを話されました。後半ではコープ共立歯科からの報告で役所からの無料診療の紹介の多さなど改めて歯の大切さと共立歯科の存在価値を知りました。また支部報告では、中筋支部の「お楽しみひろば」は最近参加者が多く活気のある様子を話され大変参考になりました。