

お問い合わせは、こちらまで・・・

支 部 長：田中 879-4930 支部役員：坂本 205-4818  
 副支部長：高橋 879-0695 支部役員：速山 879-2859  
 会 計：三上 879-2624 理 事：本田 876-0049  
 支部役員：大谷 879-0737 理 事：伊藤 879-2384  
 健康まちづくりセンター：真楽 879-8124

2024年はいろいろな協力があり目標達成でき、  
 ありがとうございました。2025年も引き続き皆様  
 のご健勝をお祈り申し上げます



## 【1月の班会予定】

- 1/ 8(水) 支部会議・・・・・・ 13:30～東集会所
- 1/ 9(木) 「こけんよ体操」・ 10:00～東集会所 (DVDで)
- 1/11(土) 健康クラブ・・・・ 10:00～東集会所

班会時タスクル計測します。吹き口をご持参ください。

### 健康クラブ タオル体操

毎月第2土曜日 10:00～11:00 毘沙門台東集会所  
 タオル体操ストレッチサークルを見学・体験して  
 みませんか？感染対策しながら、体を動かすプレ  
 ィア予防しましょう。

### ストレッチサークル「月下美人」

- 毎週金曜日 20:00～21:00 毘沙門台集会所
- 月4回で2000円の会費です。
  - 参加をされる方は、自宅で検温しマスク・タオルをご持参ください。
  - 上靴とゴルフボール2個もお忘れなく！
  - お茶、水。対象の方は「いきいきポイント手帳」をご持参ください。



新規メンバー募集中です。

## コープ共立歯科だより

ユニット3台を交換しました——！  
 コープ共立歯科では、本年度計画をして  
 いました歯科診療台(ユニット)を3台更  
 新いたしました。  
 来所された患者様が快適に治療に臨め  
 るように、座り心地の良いユニットとなっ  
 ております。

医療生協・組合員の皆  
 さまの賜物です。引続き  
 増資のご協力をよろしく  
 お願いします。



## 乳がん検診を受けましょう！

40歳以上の女性は、2年に1回かならず「乳  
 がん検診」を受けましょう。特に「乳腺エコー検  
 査」は医師が実施しており正確な診断はもちろん  
 の事、質問もしやすい環境をご用意しています。

【お問い合わせ先】  
 (082) 879-1223 健診センター直通

## 大腸がん検診を受けましょう！

40才未満または市外の方 1,430円  
 広島市在住 40才以上 400円  
 " 70才以上 無 料

2024年度の「元氣じゃ健診」の利用券は  
 2025年の3月31日まで使えます。  
 しっかり利用しましょう！

## かがやく

1/16(木) 支部会議 9:30～東集会所

【署名にご協力ください】

- 「広島の公共交通の利便性を守る」署名
- 「現行の保険証を残して下さい」署名

伊藤 ☎879-2384 福井 ☎878-3808 武田 ☎877-3659  
 木坂 ☎878-3495 新谷 ☎878-2115

みんなで老後を考える会(かがやく会) 安東支部

こっそりしよう  
 骨粗鬆症検診うけていますか？！

女性は広島市民なら20歳から5歳刻み  
 で制度検診の利用が可能です。

【自己負担額】 個別検診 1,200円  
 施設検診 1,000円  
 集団検診 1,000円  
 70才以上・非課税世帯 無 料

