

2024年 9月

# 中筋かわら版

広島医療生協

## 中筋支部

健康まちづくりセンター

☎ 879-8124/担当 [真楽]



### 健康づくりとお楽しみ広場

日時 9月 24日(火)

10:00~11:00 体操

11:00~12:00 手芸

場所 中筋福祉会館(才ノ木神社境内)

参加費 100円

内容 ・健康チェック

持ち物 マスク、飲み物

\* 受付での手指消毒、検温、体調等の聞き取りにご協力をお願いします。

\* 状況により中止になる場合もございます。



いきいきポイント対象事業  
です。手帳をお持ちの方は  
ご持参ください。

ポイント事業ですが、  
年齢関係なくどなた  
でもご参加ください

次回の予定は、  
2024年  
10月 22日(火)

### 残暑お見舞い申しあげます。

暦の上ではもう秋とはいえ、まだまだ残暑が厳しいですね。  
暑さに負けず生活していますか。

なぜか今年の暑さはすごく強く感じますね。

### 「健康チャレンジ」順調に継続できていますか？

毎年参加されている方、30日コース、60日コース  
それぞれ継続は如何でしょうか？

手芸講師さんから 秋～冬にかけてのリクエストがあれば  
連絡をよろしくお願いします。

「学習会」を開くにあたって、何をテーマにしたら良い  
か、ご意見がありましたら、お寄せください。



### こつしょうしょう 骨粗鬆症検診うけていますか？！

女性 20歳から5歳刻みの年齢の方

男性 40歳から5歳刻みの年齢の方

【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

【問合せ先】広島市健康福祉局保健部 健康推進課504-2290



### 【班の紹介をします】

『パール班』参加者5名

年1回、メンバー5人で一緒に  
健診に参加しています。毎月  
ストレッチに参加しています。