



地域まるごと健康づくり

お友達をお誘いして班会の輪を広げましょう



ポッチャ班会を始めました

中支部

中支部では6月7日、新たにポッチャ班会をスタートさせました。初回にもかかわらず11名の方が参加されました。ポッチャはボールを投げる際に力の入れ方や方向など、工夫が必要なので頭の体操になると好評です。自分の思っている方向にボールが行かず「おかしいなあ」と思わず声が出ます。会場は参加されたみなさんの笑いとお声で大盛況でした。



★毎月・第1水曜
午後1時～
★こつまの里4階

お気軽にご参加ください。

ポッチャとは目標球（白いボール）に赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競い合うスポーツです

待ってましたモーニング班会

西北支部

今年に入り、地域のたまり場でコーヒー・お菓子などを食しながらの班会が始まっています。6月から西北支部がモーニング班会を再開しました。



準備をする西北支部の組合員さん

モーニング班会が始まって良かった



★毎月・第2・4月曜
午前9時半～11時
★こつまの里2階
★300円



★毎月・第2土曜
正午～
★浪速晴ればれ
★400円



3年ぶりのお食事班会に17名の方が参加されました。組合員さんの手作りで減塩を考えた身体にいいメニューです。

手作りの
お食事班会は最高
浪速支部

