

生協講座

健康的にやせる

日時：令和5年7月8日(土)
14時～15時

場所：にじの家サロン

内容：健康的にやせるために食生活や栄養面で気をつけることや、糖尿病など成人病予防のための運動療法について、管理栄養士の方にわかりやすく説明していただきます。

講師：介護老人保健施設日和の里
管理栄養士

参加費は100円です

参加申込・問合せ

☎077(574)8522
(生協事務局:担当山崎)

こびらい健康づくり委員会主催



脳トレオレンジ会で、元気なおバちゃん増えてます！おじいちゃんも元気になりましょう！

今回は、男性限定で
脳の健康チェックを
行います。



いつ、
どこでするの？

日時：7月20日(木)
午後1時半～3時すぎ
場所：生協ホールかにじの家
サロンどちらかです
内容：脳トレってどんなことする
の？

ファイブ・コグテスト
(脳の健康チェック)

参加費は資料代100円

連絡先は、医療生協事務局
☎077-574-8522まで

行事と会議の日程 (2023年)



<6月>

- 14日(水) ナイスピクス
無料法律相談
- 16日(金) 何でも相談会
- 17日(土) 総代会
- 28日(水) ナイスピクス
- 30日(金) オレンジ会
にじの家サロン(毎週木曜)

<7月>

- 8日(土) 生協講座
 - 11日(火) ほほえみ作業
 - 12日(水) ナイスピクス
無料法律相談
にじの家サロン(毎週木曜)
- *会場は全てにじの家サロンです。
*無料法律相談は、こびらい診療所の2階が会場です。
*オレンジ会はふくふくセンターが会場です。



支部の活動紹介

草津北(波紋)支部

5月の支部活動の特徴は、活動する組合員の輪がひと回り大きく広がったことです。支部ニュースの機関紙ボランティア募集を見て、手配りボランティアに応募していただいた組合員！健康まつりの宣伝に、地域にたくさんのポスターを張っていただいた組合員！健康まつりに支部で出店したヨーヨー釣りの運営に快く協力いただき、200個のヨーヨーが完売するまで頑張っていた組合員！一人でも多くの組合員の協力を得ながら、『誰もが健康で居心地よく暮らせる街づくり』へ挑戦していきたいと思います。



診療所・事業所の電話案内

こびらい生協診療所	☎077-553-9696
こびらい居宅介護支援事業所	☎077-551-6162
通所リハビリテーション ひまわり	☎077-551-6115
訪問看護ステーション なないろ	☎077-554-2390
ヘルパーステーション なないろ	☎077-554-2841
デイサービスセンター にじの家くさつ	☎077-514-7010
しが健康医療生協 事務局	☎077-574-8522