

西富岡支部の担当地域は 岩岡町・神米金・北中・所沢新町

に*し*と*み

桜の開花も発表されようやく春らしい日々に・・・と思いきや、いきなり28度超えという暑さになり急ぎ夏の装いに、となりました。体調を崩す人も出るのではないのでしょうか？

今年も暑い夏になりそうです。 体調管理に気をつけましょう。

~~~~*~~*~~*~~*~~*~~*~~*~~*

*3/19の「健康ひろば」は参加者~7名

血圧測定後、情報交換の話が長引き、トランプゲーム4回でその間にも話は続き良くしゃべり良く笑った「ひろば」となりました。

*3/26 支部総会&医療懇談会 参加者 9+4+4=17名

総会：参加者9名

活動報告・会計報告に続き

運営委員会の弱体化に伴い当分「けんこうと平和」の仕分けと「健康ひろば」を続けながら「運営委員・一役さん」を募集して再建強化の訴えをしました。

医療懇談会：「かかりつけてなんだろう」話=野村さん（さいたま西協同病事務次長）

「かかりつけ医」のこと、世界の「かかりつけ医」との違いなどもよくわかり、見つけ方選び方も学びました。 病院・老健施設「さんとめ」から看護師・理学療法士の方4人の参加もあり質疑応答も多く出ました。

~~~~*~~*~~*~~*~~*

お知らせ&予定

*「健康ひろば」~4月16日（火）13：30~

脳トレ・かるた・トランプ・もしかしたら太極拳体験？

*さんとめ キララ~ 4月13日（土）定例テイクアウト

子ども食堂ボランティア募集中

*オレンジカフェさんとめ~4月17日（水）

*スマホ教室~ 4月9日（火）14：00~15：30

要予約 申し込み先 070-2154-7354

*ゆるっと市 ~ 4月10日（水）~10：30~12：30 #時間早まりました！

地域コミュニティルームゆるっと

*ばそこん道場~5/11（木）10：00~12：30・13：30~16：00 5/25（木）10：00~12：30

*健康麻雀くらぶ~5/5（金）・5/19（金）13：00~16：00