

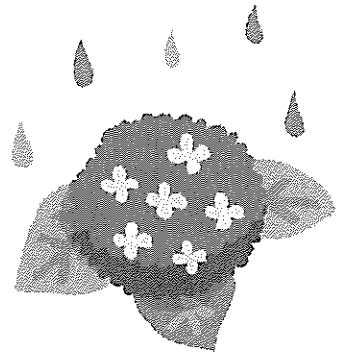
東富岡だより



東富岡支部の地域は、下富、中富、中富南です
連絡先：武田（04-2942-4817）

入梅の声が聞かれる 6 月に入りました。関東地方はいつになるでしょうか。空の青さが少ない月ですが、この時期の花、アヤメ、紫陽花の美しい季節です。楽しみたいですね。

下富地区での集まりがなかなかできなかったのですが、下記のように計画しました。体を動かし、お楽しみください。まだ、定員に達していませんので、どうぞご連絡ください。



組合員のつどい（下富地区）

日時：2025 年 6 月 17 日（火）13:30～15:30 （受付 13:00～）

場所：所沢ネオポリス公民館 下富 1256-100（柳野公園わき）

13:30～14:30 「リズムにのって健康体操」

講師：西協同病院の職員さん

14:30～15:30 懇親会・みんなで歌おう

定員 20 名（要予約） お近くの運営委員、または武田まで

（04-2942-4817 午前中か夜間）

マスクの着用をお願いいたします。

定員が 20 名と少ないのですが、参加をお待ちしております。

＜お知らせ＞

*第 46 回通常総代会が、6 月 25 日（水）13:30～ ウェスタ川越で開催されます。東富岡支部からは、4 名の総代が出席する予定です。県内の総代が集まり、2024 年度のまとめ、2025 年度の事業計画が検討されます。

*2025 年度「所沢市国保特定健診、後期高齢者健診」がはじまります。西協同病院からも「組合員おすすりめセットのご案内」が届きます。年 1 回、健診を受けたいですね。

「けんこうと平和」7 月と 8 月号は合併号となります。8 月の配布はありません

「すこしお」とは？

「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす医療福祉生協のとりくみの総称です。

塩分量が多いとこんなリスクが… 塩分をとり

すぎると、むくみ・血圧が上がる・のどが渇くなどの症状が誰にでも現れます。これを気にせずに塩分過剰な状態が続いてしまうと、腎臓や心臓などに負担がかかり、病気を引き起こす可能性があります。



イベントのお知らせ

★ところん元気百歳体操

毎週水曜日 13:30～ 西協同病院新館 1 階コミュニティルーム「ゆるっと」
予約不要 *マスク、飲み物、タオルご持参ください



★ゆるっと市 (野菜をはじめたくさんの品物が並ぶ楽しいバザーです)

6月11日、7月9日(毎月第2水曜日) 10:30～12:30 エコバックご持参ください
西協同病院新館 1 階コミュニティルーム「ゆるっと」

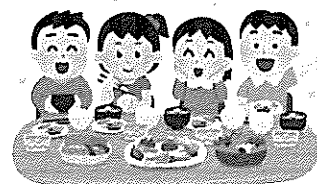
★さんどめ☆キララ(多世代食堂)ランチ

6月14日、7月12日(毎月第2土曜日) 12:00～13:00

持ち帰りなし、「ゆるっと」での会食です

大人 300 円、子ども 100 円 先着 50 食(要予約)

申し込み：毎月 1 日から電話受付開始 上村(070-2154-7354)



★つながるカフェ 6月27日、7月25日(毎月第4金曜日) 14:00～15:30

企画： 6月「熱中症について」 7月「身体を使った音楽療法」

場所：さんどめホーム 参加費：100 円 予約不要 お気軽にどうぞ



★ゆるっと 麻雀クラブ

6月6日、20日、27日(毎月第1, 3, 4金曜日)

13:00～16:00

場所：「ゆるっと」 参加費：100 円

