

大田尾田蒔支部ニュース

2017年12月1日 医療生協さいたま大田尾田蒔支部発行

12月の支部行事

12月1日（金）「けんこうと平和」の仕分け、運営委員会議

ミューズパークウォーキングは12月から3月まで休みます

班会

12月17日（日）9時より なでしこ班 健康チェック

12月27日（水）9時30分より 品沢班 健康チェック

料理教室と笑いのヨガ



11月10日尾田蒔公民館にて16名の参加で健康料理教室をおこないました。献立は医療生協で作ったすこしおレシピ集の中から豚肉のおろしポン酢かけ、さつまいものオレンジ煮、コンソメスープ、かぶの土佐酢和えでした。参加者からは大変好評で美味しく頂きました。

食後、講師の根岸先生に笑いのヨガの体験をさせて頂きました。笑うことでストレスが発散でき、笑いの大切さを実感しました。今後も支部行事に取り入れていけたらと考えています。

配布者の皆様へ

「けんこうと平和」を配布していただいている皆様、毎月たくさん配っていただき有り難うございます。1月5日（水）11時30分より秩父生協病院3階会議室にて配布者のつどいを計画しました。健康チェック（血圧、体脂肪、尿、骨密度）後、お弁当を食べながら交流をし、楽しんでいただけることを計画しています。たくさんの方の参加をお願いします。詳しくは新聞を届けます運営委員より説明します。