

発行 ふくおか健康友の会
たたら香椎支部 事務局 092(691)5615
たたらリハビリテーション病院 社保共同組織委員会

支部では友の会新聞の封筒詰めや手配りをお手伝いしていただける方をさがしております。ご自宅周りでもかまいません。協力していただける方がいらっしゃいましたら事務局までご連絡ください。

<お勧め雑誌紹介>あなたと民医連をつなぐ月刊誌「いつでも元気」定価380円。医療、生活等ためになる内容が充実した情報誌です。

「フィットネス」を開催しています。❤️❤️❤️❤️❤️❤️



5月で開催も第4回目を数えます。現在、第2水曜日の14:00から、いきいき八田地域交流スペースにて、インストラクターを招きフィットネスを無料で開催しています。毎回、15人程で楽しく行っています。みな

さんも体験してはいかがでしょうか！どなたでも参加出来ます。参加希望の方は会場へお集まり下さい。

お住まいの地域で健康チェックを行いますか！

去年は、八田・青葉・若宮地域の集会所で健康チェックと医療・介護に関する学習会を開催しました。みなさまの地域へ血圧・骨密度・血管年齢・体脂肪・握力など楽しく気楽に計れる測定機を持って、健康友の会とたたらリハビリテーション病院スタッフがお邪魔し交流を行っています。是非、みなさんの地域で開催しませんか！開催を希望される方は上記の連絡先へお尋ね下さい。定期開催：毎月第2金曜日14時30分から1時間程度。内容：ミニ学習会と健康チェック。



たたらウォーキング開催。一緒に歩きませんか！



たたら健康友の会では奇数月にウォーキングを開催しています。弁当・飲み物は各自持参です。参加希望の方は病院受付か上記番号へご連絡下さい。下記は次回開催案内です。

- ・開催日時：5月29日(日)10:00 出発
- ・集合場所：たたらリハビリテーション病院1F
- ・場所：油山。