

〈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・介護など、ためになる情報誌。購読は病院受付へ

若宮 津山会館で健康増進活動を開催しました。

7月13日、若宮地域の津山会館で健康友の会たたら香椎支部と病院職員による健康増進(HPH)活動を行いました。今回は、同会場で活動されている「寺小屋すずの会」からの依頼を受け開催しました。参加者は24人が集い、内容は、リハビリ職員による腰痛(ぎっくり腰)学習をストレッチもまじえ行いました。

終了後は、健康チェックで交流です。血圧・骨密度・血管年齢などの測定をみなさんと楽しく行いました。



7月 若宮 津山会館「寺小屋すずの会」



「たたらウォーキング」友の会会員7人が参加

7/23(日) 平和行進 12:30からの香椎、御幸橋から千鳥橋病院コースを歩きました。



「たたらフィットネス」開催のご案内

参加は無料! どなたでも参加出来ます。 8月・9月開催のご案内です。

日時: 8/9・8/30 と 9/13 水曜の午後2時~3時迄

場所: いきいき八田 地域交流スペース



参加希望者は直接、会場へお越し下さい。又は受付へ参加の意思をお伝えください。