

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

ボランティアさん募集中。  
友の会新聞の帯びしめ作業やご自宅周りでの  
手配りお手伝い者を探しています。

<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

## ママさんバレーで健康チェック実施。



12/3、健康友の会たたら香椎支部と病院主催のママさんバレーボールナイターリーグ最終戦へおじゃまして、「健康チェック」を多々良小学校体育館で開催しました。

会場には選手や家族70人が集い、熱戦が繰り広げられ、試合の合間に壇上の健康チェックへ42人が来場されました。毎年行っているの顔見知りも増え会話も弾み、足指力や握力などの結果数値に一喜一憂の場面も見うけられました。



### スーパーサニー前で健康チェック実施。

12/8 サニー前で「健康チェック」を開催しました。この日は、寒さが厳しかったので途中から院内へ移動して行いました。毎月、第2金曜14:20~15:00を基本にサニー前で行っています。不定期開催なので問い合わせが必要です。測定は、骨密度・血管年齢・血圧・体脂肪などです。無料でどなたでも参加できますので買物ついでに是非、お立ち寄り下さい。



### フィットネス開催しています。

開催日 1月10日(水)14:00~

場所 いきいき八田地域交流スペース

上記写真は12/13第24回フィットネス開催の様子です。当日は寒い中、13人が集いました。

初参加の方も健康な体作りに頑張っています。無料で、どなたでも参加出来ます。