



健康友の会みみはら支部ニュース2月号
南花田支部 発行：2019年1月23日

転倒予防体操班会からのご案内

南花田支部で、2018年5月から9月までの期間で全4回、堺市の『地域出前型げんきあっぷ教室』を利用して体力測定や転倒予防のための体操を行いました。そこで今回は耳原病院から運動トレーナーに来てもらい、さらに内容を深めていけたらと思います。

2018年5月に行った体力測定の結果をお持ちください。

日頃の運動不足解消を目的に行います。椅子に座って簡単なストレッチ体操をします。初めての方もご参加して頂けます！お気軽にご参加ください。

日時：2月18日（月）
午後2時～3時30分まで
場所：ひまわり薬局3階友ルーム
（定員20名）



講師：耳原病院 運動トレーナー
持ち物：2018年5月実施した体力測定の結果（お持ちの方のみ）
お茶等水分補給のための飲み物
服装：運動しやすい服装でお越し下さい。

※申し込み・お問い合わせ先は、右下記載の連絡先までお願いします。

サークルの日程 2019年2月と3月の予定

- **パッチワーク初級①**
第1・第3木（13時～）
2月7日 2月21日
3月7日
- **パッチワーク初級②**
第1・第3火曜日（13時～）
2月 5日 2月19日
3月 5日 3月19日
- **パッチワーク中級**
第2・第4火曜日（13時30分～）
2月12日 2月26日
3月12日 3月26日

- **ウォーキングクラブ**
毎日午前9時（雨天中止）
もみじ橋集合

- **野菜の販売とバザーと健康チェック**
3月16日（土）※2月休み
午前9時30分～（第3土曜日）
（小雨決行、なくなり次第、終了です）



- **映画会**
第2水曜日（13時30分～）
2月13日
3月13日

※パッチワークは、現在、満員ですので新規の受付ができません。

健康友の会みみはらでは、病院や薬局、介護施設などのみみはらグループと連携しながら、健康づくりに取り組んでいます。

また、地域の人たちと一緒に安心して住み続けられるまちづくりにとりにくんでいます。



映画会のご案内-2月「嘘八百」

『嘘八百』は、2018年に公開された日本の映画。監督は武正晴が務め、中井貴一と佐々木蔵之助が主演を務める。『百円の恋』を観たプロデューサーから「関西を舞台にしたオリジナル脚本」の企画を提案されたことがきっかけで制作することになった。主演の中井貴一は、古美術関連の書籍を読んで役作りを行ったという。痛快骨董コメディ。堺が舞台です！DVDでの鑑賞会です。プロジェクターを使い、大きな画面で観ることができます。興味のある方はご参加ください。鑑賞後は楽しくおしゃべりしましょう！

※上映作品は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

と き：2月13日（水）午後1時30分～4時ごろまで
（上映時間 約1時間45分）



場 所：サービス付高齢者向け住宅蔵前ひまわりの家
参加費：映画鑑賞は無料です。

★鑑賞後、お茶を出しますので、お茶代100円頂きます。

『とも』の配達協力して頂ける方募集！

ご近所数件でもOKです。月に一度「とも」配達にご協力して頂ける方は、下記連絡先までご連絡ください。特に蔵前町・船堂町で募集しています。その他の地域も募集中です。



譲って頂けませんか？

もちつき大会で使用します。餅つき用の臼・木台、杵、蒸し器等、使わなくなって眠ってませんか。譲っていただける方は、ご連絡ください。



※申込み・お問い合わせは、お近くの南花田支部世話人または、
☎：072(252)1507【月～金 14時～16時】みみはらファミリークリニック（代）友の会 小嶋まで