

## J A健康教室 2023 開催について

### 【目的】

J A佐久浅間長期ビジョン第二次3カ年プラス2カ年計画の『健康管理活動並びに教育文化活動を強化し、地域・組合員の満足度向上に取り組む』実施具体策にもとづき、両厚生連病院と連携した「J A健康教室 2023」を8広域単位で開催します。

今年度の内容は、組合員とその家族の健康寿命を伸ばす心と体の健康づくりをすすめるとともに、『家の光』を活用した心豊かな生活提案を行います。

### 【テーマ】 両厚生連病院による健康講話と、『家の光』活用術

家の光 2023.4月号 健康肩たたき棒づくり

### 【対象者】 J A組合員とその家族 各会場20名

### 【日程・時間・場所】

期日	時間	場所	講師	打合せ会議
令和6年 1月22日(月)	午前	J A佐久野沢支所	・佐久総合病院健康管理センター	12/17(月) AM9:00~佐久病院健康管理センター
	午後	J A佐久岩村田支所		
令和6年 1月29日(月)	午前	旧J A八千穂店	・J A生活指導員	
	午後	J Aみなみ北部営農C		
令和6年 1月30日(火)	午前	J A御代田支所	・浅間南麓こもろ医療センター保健予防課	12/22(金) PM2:00~こもろ医療センター保健予防課
	午後	J A南大井店		
令和6年 1月31日(水)	午前	J Aしらかば西部営農C	・J A生活指導員	
	午後	J A佐久望月支所		

【時間】 午前の部 10時00分~正午

午後の部 1時30分~3時30分

【参加費】 無料 役職員連盟東信支部佐久地域支会の活動を活用

【持ち物】 家の光 2023.4月号(あるかた)、おてふき、

【募集方法】 J A H O O 12月号、ホームページ、女性会回覧 等

【申込・問い合わせ先】 各支所の生活指導員、ふれあい広報課

JA佐久野沢支所 ☎0267-62-0047 業務携帯:070-4283-8837 生活指導員 小川

JA佐久穂支所 ☎0267-86-2025 業務携帯:080-7747-2311 生活指導員 小山

JA小諸支所 ☎0267-22-9400 業務携帯:080-8095-6114 生活指導員 井出

JA佐久望月支所 ☎0267-53-3001 業務携帯:080-7828-9731 生活指導員 上原

JAふれあい広報課 ☎0267-68-1112 業務携帯:070-4808-7931 原田

【申込者への案内】 申込者には、詳しい内容を業務電話で案内をする