

# Check! インフォメーション

よどがわ市民生協の組合員さんが参加できるイベント情報などをお知らせ



5月28日に田植えをしました

## 車で行く親子 稲刈り体験

5月に茨木市北部の田んぼをお借りして田植えをしました。成長した稲を刈る体験をしませんか?

**日時** 10月1日(土) **現地** 茨木市上音羽 (吹田市万博外周より約50分)

**募集人数** 5歳以上 6組(20人)

**参加費** 1人1,500円 ※キャンセル料9/24(土)~ ※後日生協登録口座より引き落とし(昼食代・圃場管理費)

**持ち物** 軍手・着替え・タオル・帽子・お茶・雨天時雨具用意

**申し込み** 締め切り 9月16日(金)

集合場所~田んぼへ各自で車移動

雨天時中止の場合あり

スケジュール(予定)

- 9:30 茨木市上音羽 集合・受付
- 10:00 田んぼへ移動
- 10:20 稲刈り作業開始
- 11:45 // 終了
- 12:00 昼食(お弁当)
- 13:30 現地解散

協力: 茨木市北部整備推進課



NO.1940

主催:大阪府生活協同組合連合会 共催:よどがわ保健生活協同組合・ほくせつ医療生活協同組合

参加費無料

## ~おおさかまるごと~ 健康チャレンジ2022に参加しませんか?

10月~11月の2か月間、継続して健康づくりにチャレンジしてみませんか?チャレンジ後、12月20日(火)までに結果報告書に自己評価や感想を記入し、郵送してください。報告書提出者には参加賞などがあります。

8コースから好きなものを選んでチャレンジしましょう!(複数選択可)

コース	チャレンジ内容(例)
A 運動	ウォーキング ● タオル体操 ● 自転車 ● スポーツ・外遊び
B 食	毎日朝ごはん ● 控えめの間食 ● 野菜たっぷり
C 口の健康	1日1回はしっかり歯みがき ● 歯ブラシ毎月交換
D 脳	読書 ● クイズ・パズル ● 週1日は休肝日 ● 折り紙 ● 日記
E 禁煙・節酒	禁煙に挑戦!! ● 週2日の休肝日 ● 1日お酒は1合まで
F 快適な睡眠	1日7~8時間の睡眠 ● 寝る前に飲食はしない(コーヒーなど)
G 肥満の改善	毎日1回体重計に乗る ● 朝食はしっかり、夕食は軽く
H 私の健康法	笑う ● 毎日血圧測定 ● 週に1日ノーカーデー

参加申し込み方法

- ① 組織部までお電話ください。参加申し込み資料請求締め切り後、9/1(木)~郵送にて『参加申し込みはがき付きパンフレット』をお届けします。
- ② パンフレットに付いている「申込書」に必要事項を記入の上、9/16(金)までにポスト投函してください。

パンフレット請求締め切り 8月26日(金)

NO.1946

申し込み・お問い合わせ・健康チャレンジのパンフレット請求は 組織部 ☎06-6319-5619 (月~金 9~17時)

**共通注意事項**

- 参加できるのは、組合員ご本人または、同居・同世帯(2世帯同居は不可)の家族 ●電車・バスなどの公共機関で参加し、車での参加は不可 ●先着順ではなく、締め切りまで申し込みOK ●締め切り日から1週間以内をめぐり、生協より「当選・落選」いずれも郵送でお知らせ ●各イラスト・作品写真はイメージ ●大人2人以上で参加希望の場合は(お友だちの組合員さんと一緒の場合は、お友だちの組合員コード必要)、組織部へ電話にて申し込む ●応募多数の場合は抽選 ●会場への行き方は各自調べ ●参加申し込み欄 ●組織部へ電話 ●インターネット(よどがわ市民生協ホームページ)

**各注意事項**

- A 健康状態に不安のある人はご遠慮ください
- 1 子ども同伴参加不可
- 2 子どもだけの参加不可
- 3 参加費は当日徴収
- 4 参加費は後日生協登録口座より引き落とし

たぐい 1歳~・要予約・無料・参加の組合員の子どものみ  
たぐい 託児はありません  
バスツアー 妊婦・0~2歳は参加不可

生活文化委員会「スマイル」より



## スマイルサロン★ ~子育て中の組合員さん集まれ~!

参加費無料

「スマイルサロン」は、ほっこりとおしゃべりの時間を大切に毎月開催しています。楽しく子育てトークと名札ケースにデコパージュして楽しみましょう♪ 大人のみの参加も歓迎!→各注意事項A

**日程** 8月25日(木) 10時30分~11時45分

**会場** 茨木クリエイティブセンター 3階 304 ※JR茨木駅・阪急茨木市駅より徒歩12分

**募集人数** 大人 6人

**持ち物** マスク着用・飲み物・持ち帰り用袋(約11cm四方が入るサイズ)・筆記用具

**申し込み** 締め切り 8月5日(金)



ここからも申し込めるよ♪



NO.1939

くらし委員会「ひまわり」より



## おもしろ●●!! 今日から変わるお片付け!!

●●は会場でお伝え!

参加費無料

日ごろから防災につながるお片付けをしてみませんか? 防災もしっかり考えた片付けは未来を明るく開きます★ →各注意事項A

**講師**: 南 あきこさん(おもしろ防災士)

**日程** 9月13日(火) 10時~12時15分

**会場** 摂津市立コミュニティプラザ 3階 コンベンションホール(1) ※阪急摂津市駅ロータリー前すぐ ※JR千里丘駅より徒歩10分

**募集人数** 大人 20人

**持ち物** マスク着用・飲み物・筆記用具

**申し込み** 締め切り 8月26日(金)



NO.1947

## 組合員活動ニュース



### 5/10 生活文化委員会『スマイル』スマイルサロン★マスクケースづくりを開催

5月10日(火)、茨木市立福祉文化会館(オークシアター)にて、子育て中の人に集まっていただき、楽しく子育てトークとともに、タオルハンカチでマスクケースを作りました。「リフレッシュになった。また参加したい」との声が寄せられました。



### 5/16~ 春の組合員活動交流会・コープ委員会

コープ委員会は2022年度は19委員会ですスタートしました。よどがわ市民生協エリアを4つにわけて、5月16日(月)~5月23日(月)の間に、それぞれの地域で活動している委員さんがつどい、ハンドメイドを楽しみながら、交流を行いました。



### 5/19 春の組合員活動交流会・専門委員会

商品活動委員会・生活文化委員会・くらし委員会と各分野で組合員さんの願いや関心ごとを自主的・自発的に活動を行なっています。5月19日(木)茨木クリエイティブセンターにて専門委員がつどい、環境をテーマに蜜蝋ラップづくりと交流を行いました。



### 5/26 吹田・はっぴー♪はあとコープ委員会 日清商事さんによる寄せ植え体験を開催

5月26日(木)、よどがわ市民生協本部にて、『日清商事さんによる梅雨~初夏に楽しむ♪寄せ植え体験』を行いました。花の特徴など基本的なことから寄せ植え成功のコツまで、とても丁寧に教えていただきました。



### 5/26 6/8 6/23 吹田・ウキウキコープ委員会 ヨガでリラックス♪を開催

5月26日(木)・6月8日(水)・23日(木)計3回、『ヨガでリラックス♪』を行いました。「わかりやすい説明で、リラックスして楽しく参加しました」「子育て中のママからは、託児があったのでゆっくり楽しめた」と声がありました。



### 6/7 吹田・フリージアコープ委員会 サンスターさんによるオーラルケア学習会を開催

6月7日(火)よどがわ市民生協本部にて、サンスターさんによる『オーラルケア・歯周病学習会』を行いました。クイズも交えながら、楽しく今後のオーラルケアを学ぶことができました。

