

# 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です。下記の注意事項と共にご覧ください★

## 車で行く親子稲刈り体験

協力:上音羽集落営農組合

集合場所～田んぼへ各自で車移動

雨天時中止の場合あり

茨木市北部の田んぼをお借りして、稲刈り体験をします♪

**日時** 9月30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→各注意事項④  
※キャンセル料9/23(土)～

**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15日(金)

### 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.2064

主催:大阪府生活協同組合連合会 共催:医療福祉生活協同組合おおさか

## ～おおさかまるごと～健康チャレンジ2023に参加しませんか?

参加費無料

10月～11月の2ヵ月間、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(水)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	きちんと朝ごはんをとる ● 控えめの間食 ● 野菜たっぷり ● 朝ごはん
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(金)～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(土)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25日(金)

NO.2065



子ども用のジュニアチャレンジもあるよ!!

申し込み・お問い合わせは ▶ 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週間以内をめどに、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 PC…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連絡ください B Wi-Fi環境を推奨
  - 1子ども同伴参加不可 2子どものみの参加不可
  - 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
  - 👤…1歳～・要予約・無料・参加の組合員の子どものみ
  - 👤…託児はありません
  - 👤…妊婦・0～2歳は参加不可

組合員の声から生まれた「登録ホームバナナ」は今年で30周年! 毎週・隔週・毎月から選べて、いつでも注文・変更OK! くわしくは配達担当者・コールセンターへ♪

組織部より

## 発見! 体験! つなごう! 生産者・取引先学習交流会

本年度より総代さんだけではなく、組合員さんも対象として、生協で取り扱う商品を深く知っていただくため、生産者・取引先による商品の学習会を行います。今回はタイ産『産直登録バナナ』とオンラインで現地と交流します。

→各注意事項 A B



**日時** 9月28日(木) 10時～12時

**会場** 吹田さんくす1番館 4階 第4会議室  
※JR吹田駅中央改札より徒歩2分  
※阪急吹田駅より徒歩15分

**募集人数** 会場 大人 20人→各注意事項①  
オンライン 大人 30人 昨年のおようす

**会場持ち物** 飲み物・筆記用具

**申し込み** PC

**締め切り** 9月8日(金)

会場 NO.2066 オンライン NO.2067

生活文化委員会「スマイル」より

## スマイルサロン★親子でフラダンス体験!

5歳以上～★ハワイアンミュージックを聴きながら、子どもと一緒に心と体をリフレッシュしませんか?初心者向けのかんたんなフラダンスを教えてください!当日は動きやすい服装で来てネ!

→各注意事項 A



**日時** 9月16日(土) 10時30分～12時

**会場** 高槻市立総合市民交流センター(クロスパル高槻)7階  
※JR高槻駅南口より徒歩1分

**募集人数** 親子 10組

**参加費** 500円→各注意事項④  
※キャンセル料9/14(木)～

**持ち物** ヨガマットなければバスタオル1人1枚 飲み物

**申し込み** PC 締め切り 8月25日(金)



NO.2068

くらし委員会「ひまわり」より

## 今かもしれない!! 災害に備えよう!

防災食でおなじみの尾西食品さんを招いて学習します。クイズあり、防災食の試食もあります!

→各注意事項 A



**日時** 9月19日(火) 10時～12時15分

**会場** 摂津市立コミュニティプラザ 2階 会議室1・2  
※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** お弁当箱・おはし・飲み物・筆記用具

**申し込み** PC 締め切り 9月1日(金)

NO.2069

こくみん共済coop主催

## オンライン★体験型 防災アトラクション

小学4年生以上～★防災、減災に関するクイズやミッションをクリアして「巨大台風対策(風水害対策)を楽しく学ぼう!!」

→各注意事項 B



**日時** 8月27日(日)

①10時～11時30分  
②13時30分～15時

**募集人数** ①②各150世帯

**準備物** 筆記用具

**締め切り** 8月25日(金)20時まで

**お問い合わせ・申し込み** 株式会社フラップゼロアルファ

☎(06)4862-4210 (月～金 10～17時30分/土日 休み)

