

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★

組織部・生活サポート事業部より



元気なときから知っておきたい 『生協10の基本ケア』 ～3回木曜日連続企画～

介護は愛性より知識！福祉用具もちょこ
っと体験！身体を使ってなるほど納得！
★当日は動きやすい服装で来てネ

講師：大阪健康福祉短期大学
「生協10の基本ケア」チーム

日時 9月4日(木)・11日(木)・18日(木)

10時～13時 ※原則3週連続で出席

会場 茨木市文化・子育て複合施設おにクル
7階 会議室
※JR茨木駅・阪急茨木市駅より徒歩10分

募集人数 大人 20人→各注意事項①

参加費 2,000円→各注意事項④
(3回昼食代・テキスト代含む)
※キャンセル料当日のみ

持ち物 筆記用具

申し込み 締め切り 8月22日(金)

ここからも
申し込み可能



NO.2332

くらし委員会『ひまわり』より



ヘチマで グリーンカーテン 交流会

グリーンカーテンを初めて10周年。
のべ400世帯が参加。育てた人も関心
のある人もお茶しながらお話しませ
んか？

日時 9月30日(火)

10時～12時

会場 摂津市立コミュニティプラザ
2階 会議室(4)
※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→各注意事項②

持ち物 飲み物・筆記用具

申し込み 締め切り 9月19日(金)

申し込み 締め切り 9月19日(金)



NO.2342

組織部より

いきいき商品交流会 ～発見！体験！つながろう！～

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『かつおのたたき』
でおなじみの明神水産さんと
交流します。

日時 9月20日(土)
13時30分～15時30分



昨年ようす

会場 ①クロスバール高槻
3階 食の工房
※JR高槻駅より徒歩1分

②豊中市立千里公民館
(コラボ内)
3階 料理室
※大阪メトロ千里中央駅より徒歩2分
※大阪モノレール千里中央駅より徒歩5分

③オンライン

募集人数 ①②会場 大人 各25人→各注意事項①

③オンライン 大人 50人→各注意事項②

会場持ち物 飲み物・筆記用具

申し込み 締め切り 9月5日(金)

①高槻 NO.2343 ②豊中 NO.2344 ③オンライン NO.2345

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
●11ページの参加申し込み欄 ●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 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

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

車で行く
親子

協力:上音羽集落営農組合

稲刈り体験



集合場所～田んぼへ
各自で車移動

5歳以上★茨木市北部の田んぼを借りて、稲刈り体験をします♪

日時 9月27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9/20(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12日(金)

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)
13:00 交流タイム
14:00 現地解散



協力:茨木市北部整備推進課

NO.2347

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2025に参加しませんか？

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、結果報告書に自己評価や感想を記入し、
12月19日(金)までに郵送してください。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日は休養 ● 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



子ども用の
ジュニアチャレンジ
もあるよ!!

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、8/25(月)～
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、**9/12(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22日(金)

NO.2348