



# 【西部ブロック】2・3月度組合活動募集企画

とやませいきょう 会場・集合場所:とやま生協 西部センター 住所:高岡市戸出春日658-1 館内エレベーター有

主催:くらし委員会

高岡市民病院出前講座

参加費  
無料

## 介護予防のためのフレイル対策を学ぼう

高岡市民病院リハビリテーション科の先生をお招きして、フレイル対策・介護予防のための体力チェックをおこない、日常生活に取り入れる運動の指導をしていただきます。

日時: **2月11日(水)** 10時~12時

会場: 西部センター2階 多目的ホール

服装: 動きやすい服装

定員: 20名 申込締切:1月30日(金)

※お申込のみ方には2月6日までに抽選結果を含めご自宅に郵送でご案内します。

ちょっとした  
段差に躓く。  
こんな経験あ  
りませんか?



主催:ユニセフ委員会

## アメリカの小学校給食を作ろう!

参加費  
1人  
100円

日時: **2月28日(土)** 10:00~12:30

会場: 西部センター2階 調理室・多目的ホール

応募対象: 組合員・家族限定: 大人1名子ども(小学生)1名

定員: 12組 (応募多数の場合は抽選です)

講師: リンさん (高岡市国際交流員)

持ち物: エプロン、バンダナ 託児: 無し

国際交流員のリンさんからアメリカの小学校の学校生活紹介、給食の定番「ベーコンマック&チーズ」をいっしょに作って試食します。国際交流を通じて海外に関心を持ち、視野を広げませんか?



申込締切: 2月6日(金): お申込みの方には2月13日まで郵送でご案内します。

主催:子育て委員会

【能登復興応援企画】

## のとじま水族館へ行こう

バスに乗ってのとじま水族館へ行きます!

周辺の道の駅でお買い物♥「行って」「買って」能登を応援しましょう!

日時: **3/16(月)** 9:00~16:00頃

集合場所: 西部センター **8:50集合**

対象者: 未就学児親子 定員: 15組

※入館料、昼食代は自己負担になります。



※お電話で申込みの際はお子様の名前と年齢を伝えてください。

申込締切: **2月20日(金)**



※応募多数の場合抽選で 2/23~3/4ご案内します

お問い合わせ  
お申込み先



コールセンター0120-555-192  
月~金8:30~19:00

※応募フォームからお申込みできます。

