

	12月累計	4月～11月
組合員ふやし	110人	949人
出資金ふやし	935万円	8,940万円
純増	447万円	1,306万円

美鈴が丘サンタより 班結成のプレゼント！

12月下旬、美鈴が丘支部で新たな班会がスタートしました！
 運営委員さんが班長さんとなった、その名もウォーキング班。以前から、組合員の方も、そうでない町内の方も集まって、毎朝歩くのを日課にされていたそうです。「そういえば、組合員が3人集まってるし、班ができるんじゃないの」と美鈴が丘支部運営委員会で声上がり、見事に新班結成となりました！普段からしていた健康づくりが、班になることでより一層盛り上がると思います♪

趣味・特技・資格を活かしたい！

マタニティヨガお教えします♪

毎週水曜日 10時を過ぎると、生協けんこうプラザはとても賑やかになります。その正体は子育て広場「コープのびのびクラブ」へ遊びに来た子ども達です。広場では毎回、病院職員や地域でご活躍中の英語の先生をお招きして、遊びや学習をテーマにしたミニ講座を行っています。12月7日は、のびのびクラブでは



初となる「利用者ママさんによるミニ講座（マタニティヨガ）」を行いました。講師のNさんは最近、ヨガインストラクターの資格を取得されたものの、「生かせる場がないのでのびのびで出来たらなあ…」とっておられたところだったそうです。



この日、広場担当者も一緒にさせていただきましたが、難しいポーズなどはなく初心者の方でも行いやすく、産前産後の方やそうでない方でも行えるものでした。お母さんたちが集まってヨガをしていると子どもたちはその周りをウロウロ。ヨガの後は体がポカポカと温まりました。ヨガをすることで、心を落ち着かせたり、育児に悩んだときに自分の心と向き合える時間になる、とNさんは仰います。今後もマタニティヨガの講座をお願いしたいと思います(^_^)

ボクもまぜてよ～

協同組合がよりよい社会を築きます



広島中央保健生活協同組合