

助け合いの繋がり、**班会**を開きませんか？

① **班会**ってなあに？

3人が集まりグループをつくれれば班会ができます。
集会所やご自宅など集まりやすい所を会場として、
健康づくりや暮らしに役立つ班会メニューをおこなう
ことができます！人気メニューは「骨密度チェック」
や「大腸がんチェック」で、昨年度は1,334回の班会が
開かれ、延べ7423名が参加しました。



② **班会**をするにはどうしたらいいの？

- ① 3人以上でグループを作る
- ② 自分たちがやりたいことを話し合う
- ③ グループの名前や班長（リーダー）を決める
- ④ 日にちや場所を決める

班会については組織担当課にお問い合わせください♪
組織担当課 ☎052-914-4554

2019年度 優秀班に輝いた班の班員さんに、班会の魅力をお聞きしました♪

おススメは骨密度チェック！ もりやま支部 クリナム班
安藤友江さん

班会を楽しく続ける秘訣は、お友達と集まり、やりたいことをやることです。骨密度や大腸がんをチェックしたり、時には、お食事に出かけたり。みんなでワイワイ楽しく続けています♪

助け合い・支え合い♪ 宮前北支部 3-03班
吐前順子さん

班会での尿チェックや大腸がんチェックなどは健康づくりに役立っています。みんなで集まってお茶会や食事会、お出かけはおしゃべりができ、元気になります。班会は、お友達づくりや助け合い支え合いにつながっています。毎月の増資も楽しみです。

おススメは大腸がんチェック！！ 味美支部 パチャママ班
鈴木久美子さん

無理をせず、和気あいあいとあれしよ、これしよとやることを決めすぎず、みんなとおしゃべりをするを楽しんでいます。みんなに人気なのが、すこしお料理づくりやお出かけです。自分たちで出来る「大腸がんチェック」もおススメです。