

おめでとーいございます  
明けまして

旧年中は、はーもにーカフェをはじめ健康づくり・交流の活動に温かいご参加とご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。

本年も、みんなで楽しみながら健康づくりができる、あたたかな地域の広場をめざして取り組んでいきます。変わらぬご支援とご参加をどうぞよろしくお願い致します。

2026年が、皆様にとって健やかで実り多い1年となりますよう、お祈り申し上げます。

## 健康チャレンジ



修了した方は、用紙を南組合員センターはーもにーに提出して下さい。  
参加賞の歯ブラシをお渡しします。

提出〆切2026年1月20日

## 憲法カフェのご案内

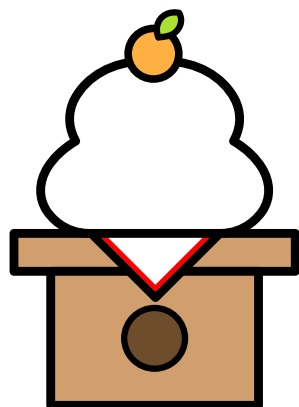
◆1月26日(月)10:00～12:00

場所：はーもにー

内容：憲法第5章読み合わせ



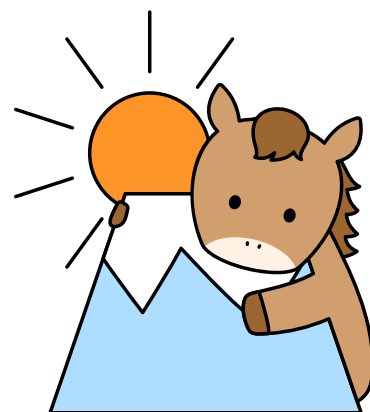
※お茶を飲みながら、今の日本を一緒に考えてみませんか？



2026年

はーもにー  
だより

1月・2月号



## 硬筆・毛筆教室のご案内

◆子供向け(小学生・幼児)

①月謝(回数)、硬筆のみ(4回) …2500円

毛筆のみ(4回)…3000円

硬筆、毛筆(5～6回) …3000円

幼児…1500円 ※別途テキスト代 500円

②指導日 水・金曜日 15:00～17:00

(16:30までにお入りください)

③指導時間 1時間程度(幼児は40分)

④休会・退会 お申し出ください。

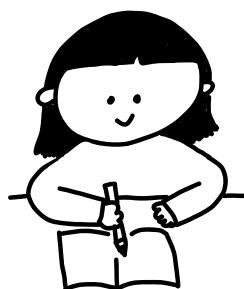
※体験入会も可能です。

是非お問い合わせください！

講師:石田聖美 先生

文部省学習指導要領準拠

日本教育書道研究会



## はーもにーカフェのご案内

◆1月15日(木) 10:00～12:00

内容：フレイルサポータ養成講座&測定会  
※フレイル：健康な状態と要介護状態の中間の状態。新規の方も更新のかたも対象です。  
どなたでも参加できます。

◆2月19日(木) 10:00～11:30

内容：内科看護師によるミニ学習会



## お問い合わせ

住所：高松市太田上町228

高松南組合員センター はーもにー

TEL：087-888-7172

携帯：080-9690-2100 【担当:野口・岡本】