

事例
No.160

和歌山市中央医療生活協同組合

《組織について》

医療生協組合員
各サークル10名～20名程度

▼太極拳Ⅰサークル（13名程度）

活 動 内 容

中国式の太極拳。扇や剣なども用いる。8式から始まり、24式、48式など、新しいことに挑戦。聞こえは難しそうだが、それほど難しくはない。

※1ヶ月の費用 1,000円（出資金 1,000円）

出資金は毎月積み立てていきます。出資金には利息はつきませんが、組合員を辞める際に全額返金されます。

活 動 予 定

【日時】 毎週火曜日 13:30～

【場所】 生協病院北別館2階多目的ホール

▼太極拳Ⅱサークル（16名）

活 動 内 容

中国式の太極拳。扇や剣など日によってすることは変わる。最初に準備体操を行う。1時間半ぐらい。

※1ヶ月の費用 1,500円（出資金 1,000円、会費 500円）

出資金は毎月積み立てていきます。出資金には利息はつきませんが、組合員を辞める際に全額返金されます。

活 動 予 定

【日時】 毎週金曜日 10:00～

【場所】 生協病院多目的ホール

▼ラフターヨガ（12名）

活 動 内 容

笑う。腹式呼吸や体操を行う。

※1ヶ月の費用500円（出資金300円、会費200円）

出資金は毎月積み立てていきます。出資金には利息はつきませんが、組合員を辞める際に全額返金されます。

活 動 予 定

【日時】毎週第2・4水曜日 13:30～

【場所】生協病院北別館多目的ホール

▼土曜ヨガサークル（15名）

活 動 内 容

インストラクターかビデオにそって行う。

本式ではないが、運動として行っている。

※1ヶ月の費用1000円（出資金1000円）

出資金は毎月積み立てていきます。出資金には利息はつきませんが、組合員を辞める際に全額返金されます。

活 動 予 定

【日時】毎週土曜日 14:00～

【場所】生協病院多目的ホール

▼ゆる体操

活 動 内 容

ゆる体操

※1ヶ月の費用500円（出資金300円、会費200円）

出資金は毎月積み立てていきます。出資金には利息はつきませんが、組合員を辞める際に全額返金されます。

活 動 予 定

【日時】毎週火曜日 17:30～18:30

【場所】生協病院多目的ホール

