



集まろう！ 話そう！ つながろう！ 生協強化月間推進 NEWS

2023年11月10日 発行

No. 7



月間中の組合員活動ダイジェスト

— 下関支部 — 豊浦地域で初めての
「医療生協を知る会」を実施！
(10/25 川棚公民館に 16 名参加)



当日は、地元住民だけで10名の参加がありました！
体力測定を通して健康づくりの魅力を体感してもらえたかな？



下関支部では昨年度、豊浦地域で運営委員が2名誕生しました。長年、活動の空白地域だったこともあり、まだ緒についたばかりです。支部では将来的な支部分割を見据えて、今から地元で医療生協を知ってもらう機会を作ろうと、この度初めて川棚で健康教室の開催に踏み切りました。参加者の感想をご紹介します。

～ 参加者3名の感想より ～

- ★ はじめて医療生協の企画に参加し、骨密度、体組成、握力の測定をおこないました。その後、理学療法士の山本さんから測定結果について説明や体力づくりなどについてお話を受けました。とてもわかりやすい内容でみなさんも新たな発見につながったようです。体を実際に動かす時間もとっていただき、歩行時の姿勢のチェックや、体の柔軟性、日頃の食生活など、幅広く学びました、本当に知って納得することばかり。個別指導までしていただき感謝です。今回の企画を通して、自分の体の状態を知ることが出来、体も頭も使いながらの時間はとっても楽しくて充実していました。
- ★ 近藤理事から医療生協の紹介があり、この教室そのものが、医療福祉生協がよびかけている「地域まるごと健康づくり」の一環なのだ和理解しました。これからはいろんな機会をつくり、まわりの方々に声掛けして、一緒に参加できたらいいなあ～。
- ★ 3ヶ月に1回はこんな集まりを開いて自分自身の健康状態を確認したいものです。参加した方々も、「楽しかった！！」「今日やったことを続けたい！」などと話されていました。山本さん、スタッフのみなさん、お疲れさまでした。

“いつも毎回助かっています” 小羽山子どもごはん「もやい」

9/17（日）、この日も暑い1日でした。じつは開催数日前に突然、会のリーダーより連絡が入りました。「ケガをしてしまって・・・準備や当日も参加できない、ごめんね」と。支部は当然大わらわとなりました。

しかし、そこは2017年より継続できている大きな強み。でリーダーの申し送りを受け、みんなで役割分担しながら当日の調理を切り盛りしました。15種類もの具材が入ったおいしいカレーが出来上がりました。炊きあがったごはんを容器に入れ、果物も切り分けて、105セット用意しました。



開始時間になると、予約家族が続々と来場。受付でお渡しする時に会話が弾みます。「毎回、助かってるんですよ・・・」「楽しみにしています・・・」などの声。会の運営をみんなでカバーしながら乗り越え、参加されたご家族に喜んでもらって、温かな気持ちになりました。

「にじの健康手帳」で体力測定 病院放射線技師も参加～常盤支部

9/21、常盤支部は「にじの健康手帳」を活用した体力測定を地元の常盤ふれあいセンターにて開催、7名参加がありました。（うちゲスト参加2名あり）

当日は、病院・放射線科の技師・山近さんが参加。若い職員の登場に、みなさん元気をもらいながら「体組成測定」「骨密度測定」「片足立ち」「握力測定、」を順番におこない、測定結果の説明を受けました。最後に10月～稼働する病院MRIの更新で従来と比較した優位性について紹介、参加者に健診受診をよびかけました。

参加者より、「歳を重ねると骨ってほんとうに大事ですよ。ずっと気になっていて・・・今日は参加できてよかったです。」「日頃の運動や食生活がいかに大切かを学びました」など、うれしい感想がだされました。

当日は支部から「脳トレ」プリントを準備、脳いきいき体操で最後はもありました。次回は「すこしお班会」を開催します。



★11/18（土）第2回「全県一斉統一訪問行動」（13時30分 支援部集合）

⇒現時点、職員組合員の参加だけで30名を超えています！ペアを作って地域に出かけます。ぜひ、地域組合員・理事のみなさん、全支部から参加の手上げ、待ってます！

★11/13（月）日本高齢者大会 in東京 <2日目>（健文会からの参加は無料）

10時15分～支援部をリモート会場にします。ふるってご参加下さい！

別紙ご参照