

医療生協花の木支部

19年8月号
(230号)

支部組合員 1116人
支部長 原 秀美
副支部長 野口 聡永
広報担当 齋藤 藤枝



サマー増資キャンペーン

生協病院では組合員の出資金のおかげで施設の設備管理や、

通院者の送迎・骨密度の更新など、利用者の便宜を計っています。今後も病院や、患者さんが安心して利用できるためにご協力をお願いします。

※ 相談は、病院か支部委員にお声かけください。

SDGS についてピンと来ますか？
機関紙7月号の1・2面に

詳しくあります。国連加盟国により、目標が採択された内容です。17の目標のうち日本は8つの分野を優先、それを図解してあります。(下回) 医療生協さいたまの方針につながり、すでに

8月のよてい はづき・秋風月

日曜	時	内容
15	10:00	機関紙仕分け・降ろし
19	10:00	支部委員会
19	1:30	◎ マイカルテ学習...自分ではなく、認知症になった人の周囲では、どんな対応や、心がけを...の話合い
28	1:30	◎ うた声カフェ... 楽しくて、認知症予防に...
31	2:00	◎ ハートフルコンサート...病院

お知らせ

- ◎ ミニシアター
- ◎ 健康デー
- ◎ 絵手紙教室

夏休みと他の行事が多いこと

17 パートナーシップで目標を達成しよう

- 見守り活動
- 総合事業
- 地域包括支援センター
- 社会貢献に係る助成制度

1 貧困をなくそう

- 多世代食堂(子ども食堂)
- フードドライブ
- なんでも相談会

16 平和と公正をすべての人に

- 核兵器廃絶のための行動
- 基地問題への行動
- 署名活動

3 すべての人に健康と福祉を

- ヘルスチャレンジ
- 健康づくり
- HPH
- 差額ベッド代なし
- 無料低額診療事業
- 外国人無料健康相談

11 住み続けられるまちづくりを

- ぐらしサポーター制度
- 地域の居場所づくり(安心ルーム、多世代交流食堂、オレンジカフェ)
- 放射線量測定
- 認知症サポーター養成講座
- まちなみチェック
- 自治体キャラバンや自治体との懇談

4 質の高い教育をみんなに

- 市民公開講座
- さまざまな学習会
- 2つの学校(保健教室、ぐらしの学校)
- 子ども学習支援

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

秩父も実施しております。

SDGSと医療生協さいたまの取り組み

医療生協さいたまの地域に根ざした事業や、組合員が地域で取り組む健康づくり・まちづくり、居場所づくりなどは、SDGSの視点とつながります。これまでの取り組みに確信を持ち、継続してまいります。



脳いきいき5か条

食

野菜と魚を中心の食事をする(飲み物は緑茶)
腹八分目に抑え、よく噛んで食べる。

動

軽く汗ばむ程度、散歩などの運動をする。
歩いて外出するとき、いつもと違う道を通る。

楽

誰かと1日1回以上、自分から話をする。
指先や頭を使った趣味を楽しむ。(なんでも
楽しいと思うことをする)

知

買い物で暗算する。(買ったものの値段を足
し算。支払いのとき、つり銭を引き算)
新聞から面白い記事を見つけて音読する。

休

午後3時まで、30分程度の昼寝をする。
(午後3時以降と、1時間以上はダメ)
リラックス体操でストレスを解消する。

- ◎自分流の脳いきいきメニューを作りましょう。
- ◎5つの領域から1つずつ毎日実践しましょう。
- ※太字の5つの漢字を音読みで唱えてみましょう。
心当たりが見つかる? ---- (くりがえり)



齋藤



田嶋



中島

花の木支部
暑中見舞



中澤