

わたしたちの知恵と力で、地域とのつながりをさらに深め、健康づくりを柱に、あらたな広がりを作り出しましょう

ながとろ

第110号

発行医療生協さいたま
秩父生協病院地区
ながとろ支部運営委員会
梅津 TEL 62-5678

平和を願う「ハートフルコンサート」が開かれました

8月26日、13時30分から秩父生協病院待合室ロビーで開かれました。最初に、入口付近にパネル展示されている「原爆ドーム」の絵の作者の恩田敏夫さんが紹介されました。つづいて、長崎での高校生平和集会に参加した秩父ユネスコの高校生、原水爆禁止世界大会長崎に医療生協さいたま・生協病院から参加した介護福祉士の大澤さん、事務の田中さんの報告がありました。平和を守っていくことの大切さ、平和・反核に対して同じ思いを持っている人が多くいることが出来ること、原爆や戦争で何が起きたのか、を次の世代に伝えていかなければならない、と感想を述べていました。

つづく、コンサートはソプラノ歌手の新井千春さんとピアノの矢尾雅美さんです。お二人は秩父での音楽会にはたびたび出演され、ハートフルコンサートは2回目です。「浜辺の歌」「夏の思い出」「初恋」など夏を中心にみんなのよく知っている歌曲13曲が歌われました。「ふるさと」を全員で歌って終了となりました。

次回の開催は、11月を予定しています。



行事予定 (17年9月)

- 1 (金)
○仕分け
AM9:30 サテライト長瀨
- 3 (日)
○埼玉社保学校
AM10:00 埼玉共済会館
- 5 (火)
○支部運営委員会
PM1:30 サテライト長瀨
- 7 (木) ~ 8 (金)
○関信越ブロック組合員活動
交流集会
PM1:30 ホテルヘリテージ
- 14 (木)
○健康づくり体操
PM1:30 中央公民館

- 19 (火)
○利用委員会
PM1:30 秩父生協病院
- 20 (水)
○支部のうたごえ
PM1:30 元気プラザ1F
- 22 (金)
○支部長会議
AM9:30 秩父生協病院
- 25 (月)
○保健委員長会議
PM1:30 秩父生協病院
- 26 (火)
○社保委員長会議
PM1:30 秩父生協病院
○街頭健康チェック
PM3:00~4:30 フジマート前

- グランドゴルフ
長瀨元気プラザ
AM 9:00~12:00
水、土曜日
- 2 (土)
 - 6 (水)
 - 13 (水), 16 (土)
 - 20 (水)
 - 27 (水), 30 (土)

- パソコン教室
長瀨元気プラザ
AM 9:00~ 水曜日
13日, 20日, 27日

- 手作りを楽しむ会
皆野つどいの家
AM 10:00~ 月曜日
11日, 18日

被爆者署名を長瀬駅前で訴えました

8月6日、朝9時から長瀬駅前と商店街を中心に核兵器廃絶の「被爆者署名」を訴えて廻りました。出店準備で忙しい商店街の方達も快く署名に応じてくれました。ある食堂では従業員の皆さんがおかみさんの声かけで全員が応じてくれました。真夏の照り付ける太陽の下での行動の後の氷の美味しかったこと……。

当日は支部運営委員6人を含め皆野支部からも6名と12名の参加者でした。62筆、4500円のカンパでした。



健康習慣

二少・三多

煙の生活をしていない

酒、バランスを心がけている

飲酒は少なめにしている

を動かし、日々運動をする

睡眠を多くとるようにしている

事に接し創造的な生活を心がける

※本会は健康増進を目的とする



第3回ちちぶいきあいフォーラム が開催されました

8月6日、13時30分から秩父宮記念市民会館大ホールで開かれ、秩父郡市医師会と秩父地域包括ケアシステム秩父が主催したものです。いろいろな方達の講演や寸劇などがあり多彩な催しでした。

元気に老いるコツとして今日からできるフレイル(老化に伴い筋力や活動が低下し虚弱になっていく状態)予防としてのちちぶお茶のみ体操、ロコモ体操などの重要性などが山田生協病院院長から話されました。とくに口の健康がフレイルと密接な関係にあることなどが話されました。

<< お知らせ >>

関信越ブロック組合員活動交流集会 inさいたま

日時 9月7日(木)～8日(金) 13時30分開会

場所 ホテルヘリテージ 熊谷市小江川

内容 関東甲信越の医療生協の活動の交流をします。今年は会場が埼玉熊谷です

音楽と講演のつどい

日時 9月9日(土) 13時30分～

場所 秩父地場産センター 4F

内容 主催：埼玉アジア・アフリカ・ラテンアメリカ連帯委員会秩父

講演：田中靖宏氏、元日本AALA国際部長、「東アジアからみた世界情勢」

音楽：ニューフィールドユニオンジャズオーケストラ演奏

会費 資料代500円

健康づくり体操

日時 9月14日(木) 13時30分～

場所 中央公民館

内容 ストレッチ体操、ロコモ体操、セラバンド体操他

支部のうたごえ

日時 9月20日(水) 13時30分～

場所 元気プラザ1F音楽室

内容 アコーディオン伴奏、歌集はパワーポイントスクリーンにうつされます

会費 200円

街頭健康チェック

日時 9月26日(火) 15時～16時30分

場所 フジマート前

内容 血圧測定、体脂肪測定、骨密度測定 ※骨密度測定のみ300円