

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124号

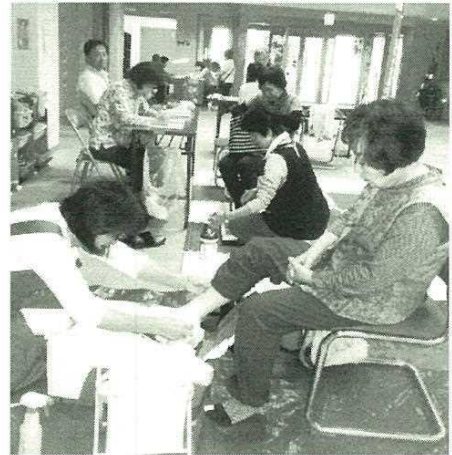
発行医療生協さいたま
秩父生協病院地区
ながとろ支部運営委員会
梅津 TEL 62-5678

2018年 長瀬支部健康まつりが開かれました

10月11日、10時から中央公民館で開かれました。今年も健康チェックから始まり、11時から長瀬役場健康福祉課 福島さんから「長瀬町のフレイルの取り組みについて」のお話があり、その後ゲームをしました。

5人一組にわかれ、「災害時の各個人がとる態度」の質問の回答をYES、NOのカードを出し合うゲームです。例えば「災害避難所にペットの犬、猫と一緒に連れていきますか？」のカードではそれぞれの意見を出して話し合うというものでした。常日頃の隣近所との付き合いと合意の形成が大事と感じました。

12時から生協病院の浅賀調理師指導の減塩ドライカレーに舌つづみを打ちました。参加者は50名でした。



行事予定 ('18年11月)

1 (木)
○仕分け
AM9:30 サテライト長瀬

4 (日)
○入川ウォーキング
AM9:00 秩父生協病院集合

8 (木)
○健康づくり体操
PM1:30
中央公民館

9 (金)
○支部運営委員会
PM1:30 サテライト長瀬

13 (火)
○利用委員会
PM1:30 秩父生協病院

17 (土)
○はーとふるコンサート
PM2:00 秩父生協病院

18 (日)
○カラオケやまびこの会
PM1:30 秩父生協病院
介護支援センター

20 (火)
○地域別総代会議
AM9:30 花園アドニス

21 (水)
○支部のうたごえ
PM1:30 元気プラザ1F

22 (木)
○支部長会議
AM9:30 秩父生協病院

26 (月)
○保健委員長会議
PM1:30 秩父生協病院

27 (火)
○社保長会議
AM10:00 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
長瀬元気プラザ
PM1:00~3:30 水、土曜日

7 (水)
14 (水), 17 (土)
21 (水), 24 (土)
28 (水)

パソコン教室
長瀬元気プラザ
AM9:00~12:00 水曜日
7日, 21日
11月はAM9:00~12:00です

手作りを楽しむ会
皆野つどいの家
AM 10:00~ 月曜日
12日, 19日

この夏の猛暑はウソのよう、涼しくなった街頭健康チェックでした

「お久しぶりです」「しばらく見えなかったですね」。10月23日(火)、15時からのフジマート前の街頭健康チェックでした。今日の受診者は8名でした。



<< お知らせ >>

入川溪谷ウォーキング

日時 11月4日(日) 9時 秩父生協病院集合 乗り合わせで入川溪谷に
場所 入川溪谷 コースをウォーキング(往復10キロメートル)
内容 入川溪谷溪流釣り場—トロッコ軌道跡—入川取水ロー赤沢谷・入川本溪合流
防寒対策、雨具必携、足元はしっかりしたトレッキングシューズで。
費用は自己負担です。

健康づくり体操

日時 11月8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、笑いケア他

はーとふるコンサート

日時 11月17日(日) 14時00分～
場所 秩父生協病院1階 外来待合ホール
内容 新井ちはるさんと森けいこさんのソプラノ。
生協病院送迎の車が出ます。ご希望の方は運営委員 眞壁とし子66-1001に
連絡ください。
サテライト長瀬発13時00分の予定です。

カラオケ・やまびこの会

日時 11月18日(日) 13時30分～
場所 秩父生協病院介護支援センター
内容 施設用ジョイスOUNDを使用してカラオケを歌う
会費 200円

地域別総代会議

日時 11月20日(火) 9時30分～12時
場所 花園アドニス
内容 支部の負担軽減、活性化策について

支部のうたごえ

日時 11月21日(水) 13時30分～
場所 元気プラザ1階
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 11月27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