

<p>《支部テーマ》 地域の人たちと共に、健康・平和 を守り暮らしに役立つ活動 を広げましょう。</p>	<h1>すこやか</h1> <p>(^o^)</p>	<p>2020年 3月1日 NO・264 発行 医療生協さいたま皆野支部 発行責任者 武田節子 (63-1950) 編集者 伊藤隆夫 (62-1510)</p>
<p>サテライト長瀬 (Tel.69-2380)</p>	<p>皆野つどいの家 白紅梅、観賞</p>	

『 今月の支部行事 』

- 3/1 (日) 「けんこうと平和」 仕分
9:30~サテライト長瀬
- 3/2 (月) 「皆野支部運営委員会」
9:30~皆野つどいの家
- 3/9 (月) 「手づくりの会」
10:00~皆野つどいの家
- 3/12 (木) 「燃やせ体脂肪教室」
9:30~柔剣道場
- 3/16 (月) 「手づくりの会」
10:00~皆野つどいの家
- 3/18 (水) 「脳いきいき教室」
10:00~皆野つどいの家
- 3/23 (月) 健康デー 道の駅みなの
9:30 健康チェック
- 3/25 (水) 皆野支部総会
13:00~大淵上区、公会堂
- 3/26 (木) 「燃やせ体脂肪教室」
9:30~柔剣道場
- 『パソコン練習』 今月は2回
3月4日(水) 3月18日(水)
9:00~長瀬げんきプラザ
- 『グラウンドゴルフ練習』 今月は4回
3/4(水) 3/7(土)
3/11(水) 3/14(土)
- * 参加希望者は 武田 (63-1950)

年金者組合 (皆野支部)

♪ <うたごえ> ♪

日時: 3月12日(木) 13:30~
場所: 皆野総合センター
会費: 200円(ドリンク付)
参加者のリクエストからいろんな
ジャンルをアコーディオン伴奏で
歌っています。♣ ♪



弥生三月、出会いや別れのときです。雪らしい雪も降らず暖冬で、田植えの時や夏の水不足が心配されています。新型コロナウイルスが日本でも多勢の方を悩ませています。不要不急の集会を自粛するようになどの要請も出されました。都内で映画をみようと考えていましたが、迷いに迷ったすえに出かけるのをやめました。まだ感染が確認されていない秩父谷にウィルスを持ち帰るような事にならないともかざらない等と過剰な防衛反応をしてしまいました。

《皆野支部》では2月26日に組合員交流会を行いました。

17人の参加で、お弁当を食べながら交流し映画「天地悠々」をみて話し合いました。お誘いがあまり進まなかったのですが、このような状況で無理に多勢の方に声をかけない方がいいのでは等いろいろ迷いました。

「金子兜太」氏のメッセージ

人生は、生きている期間流れている
しかしどこか求めてることがある
求めてることで強く自分を支えている
俺はただ流れているだけじゃないと



今月より、月に1回第4(月)道の駅みなので、9:30~12:00迄健康チェックを行います。血圧や骨密度測定その他の相談も応じていますので立ち寄ってみてください。

支部総会のお知らせ

第29回 皆野支部総会

日時: 3月25日(水) 午後1時~3時
場所: 大淵上区(9区) 公会堂
内容: 2019年度の活動のふり返り、報告
2020年度の活動計画を話し合います。
総会終了後は、秩父生協病院のスタッフを講師に”フレイル”についての学習をします。どなたでも参加できますのでぜひ多勢の方に参加していただき楽しい総会にしていきたいと思ひます。

新型コロナウイルスの状況で延期になる場合があります。予めご了承ください。

『 秩父生協病院新規事業案内 』

(小規模多機能施設)

生協花の木ホーム 3月1日 オープン

自宅で安心して暮らし続けるために

- ① 「思い」や「願い」を大切にします。
- ② 自宅に24時間・365日の安心を届けます。
- ③ 介護の「困った!」にお応えします。
- ④ 地域のみんなで考えます。

上記についての御相談は生協花の木ホーム宛へ

TEL 0494-22-9902



新型コロナウイルスを防ぐには!

新型コロナウイルス感染症とは!

発熱やのどの痛み、咳が長引くこと(1週間前後)が多く、強いだるさ(倦怠感)を訴える方が多いことが特徴です。

○ 飛沫感染

感染者の(くしゃみ、咳、つば)と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

○ 接触感染

感染者の手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触れるとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触れると粘膜から感染します。

日常生活で気を付けること!

手洗いが大切、石鹸やアルコール消毒液などで手を洗いましょう。咳やくしゃみの症状はマスクを使用して咳エチケットを守りましょう。



《 第16回秩父地区 》

「矢尾百貨店健康フェスタ」

2月6日~9日4日間で、延べ633人が集いました。

健康チェックコーナー、ミニステージ、手芸、切り絵、スポーツ吹き矢、笑いヨガ、ちびっ子ナース、撮影会など盛りだくさんの企画を用意し、ミニステーでは、秩父児童合唱団、太極拳、フラダンス、フルート演奏、二胡演奏、オカリナ演奏、語り、子供達によるヒップホップダンス、民謡などが披露されました。人気の健康チェックコーナーでは168人が、血圧測定体脂肪測定、踵骨超音波検査などをおこない、大変にぎわいました。4日間を通じて、加入7件、増資27件の9万9千円の成果があり、大成功となりました。