



医療福祉生協連

集まろう！ 話そう！ つながろう！ 組合員活動 NEWS

2024年6月19日 発行

No. 3



**第37回通常総代会（6/16）、みなさん、お疲れ様でした！
すべての議案が賛成多数で可決・成立しました。
運動方針の実現めざし、みんなの力を結集していこう。**



岬支部

となりの「困った」を自分のものに
自分の「困った」をみんなで分かちあうために



無料低額診療事業とは

山口民医連 医療生協健文会
地域福祉室メロス



4/23、岬ふれあいセンターでころばん体操を開催した日のこと、
体操前に6月26日に行う地元・明神町市営住宅集会所での「くらしと医療の無料相談会」を
参加者にお知らせしました。

各事業所で取り組んでいる無料低額診療を広める機会にし、地域の“困った”を掘り起こし、
地元からひとりぼっちをなくすために、支部としてもいっしょに取り組もうと相談しました。
まずは事前レクチャーとして、地域福祉室の森山室長に来てもらい、説明を受けました。

東見初街区公園

5/13 健康ウォーク
(毎月第2月曜AM)

どなたも参加大歓迎！



連休明けの定例開催日5/13、
久しぶりに山本理学療法士が参加。

「10M歩行」のタイムと歩数のチェックを計測し、各人で「にじの健康手帳」に追記しました。
90代の参加者も元気に歩かれており、専門家より「結果は平均年齢のタイムと比較して早いほう
ですね」と伝えられたことがとても励みとなったようで、喜ばれていました。

みなさん歩幅や腕の振りを意識して歩くと少し息も上がり「体力を結構使うね」と感想。山本理学
療法士からウォーキングが終わった後、「気持ち良いと感じるくらいがちょうどいいんですよ」との
アドバイス。今時期から少しずつ汗をかく練習をすることで熱中症予防になることも教わりました。

常盤支部



常盤支部 花あそび (班会)

班長: 前田典子さん (常盤支部・支部長)

(開催) 毎月・第4月曜日14時～

(場所) 常盤ふれあいセンター

(参加費) 花代込み1,600円

《4/22 で使用した花材》

スプレーカーネーション、スプレー菊、

スターチス、ぎぼしの葉、ヒペリカム、珊瑚水木

一つひとつの花はかわいいのですが、生けて集まると一気にゴージャスになりますね。

剣山に生ける前も丁寧に水を吸わせ刺さりやすいように切り込みを入れたり葉が倒れないように枝を添えて専用のテープで巻いたりと見えないところに工夫がありました。全部生け終わるまでに 30 分もかからず驚きました。ご希望にあわせて、出張もできますよ♪

(当日取材:支援部S)

第2回「いのちの章典」実践交流集会

(全国オンライン視聴)

7/12(金)13時 ~ 7/13(土)12時まで

※ 参加しめきり 6/21まで

1日目午後は・・・

健文会の12演題の発表があります！そして、この機会に、全国の運動の教訓をみんなで学びましょう！

2日目午前は・・・

学習講演、パネルディスカッションとつづきます。

(詳細は、まちづくり支援部または総務部:渡辺まで)



元気サロン大関 健康講座 (5/11)

しっかりと
肩甲骨を動かしましょう