



医療福祉生協連

3/31 までラストスパート

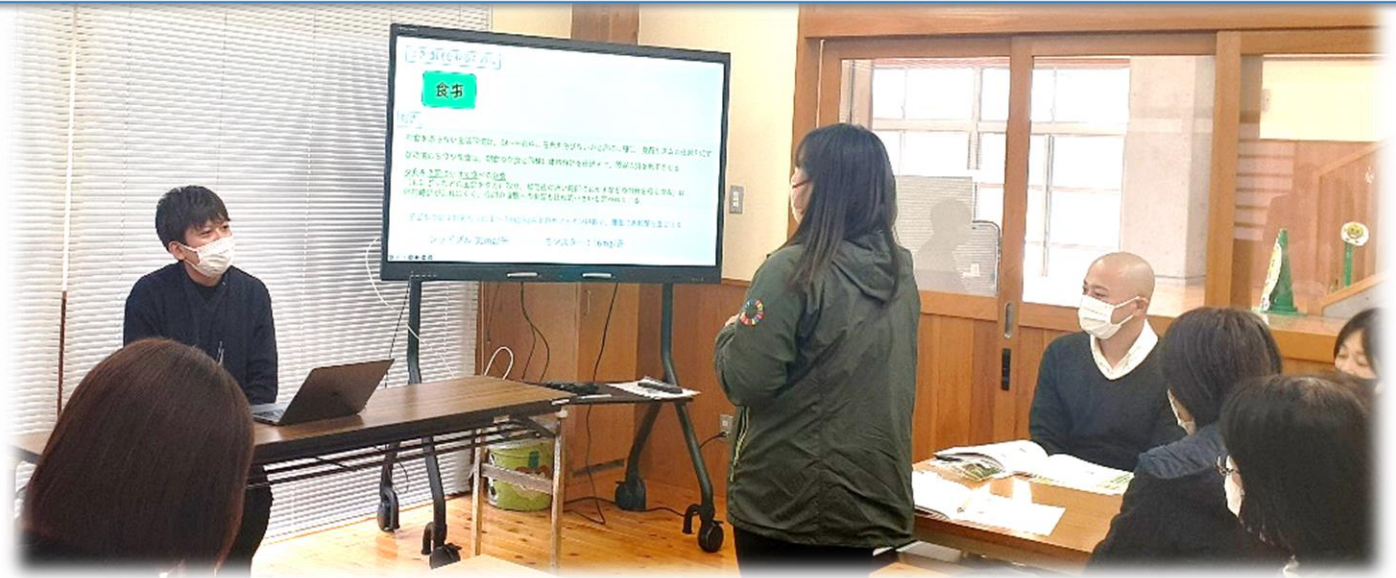
「総達成」月間 NEWS

2025年3月25日 発行

No. 5



恵美研修医、美祢市「秋芳桂花小学校」で講演 テーマ「寝る子は育つ！？～睡眠に関するあれこれを考える～」



2/21日(金)、宇部協立病院の恵美拓也研修医が美祢市にある秋芳桂花小学校に講師として招かれました。

長年、当会の「きっずチャレンジ」を通じて支部が市内の学校と関係を作ってきたことがきっかけとなり、今年になって学校長より、「学校保健安全委員会(第2回目)でぜひ、講話をお願いします」と依頼を受けました。テーマは「睡眠について」。当日は保護者や教職員など計20名が参加。恵美先生は、「良い睡眠はどのようなものか」「メディアやゲームとの上手な付き合い方」など、具体例を挙げて、生活習慣を改善する手立てを分かりやすくお話しされ、大変好評でした。(後日、学校から感謝の手紙と保護者アンケートが届きました。)

美祢支部には健文会の事業所がありませんが、今回の講演会をきっかけに、地域との新たなつながりの可能性を見つけ、そして医療生協の活動を拡げていくことが大切だと改めて認識しました。これからも地元とのつながりを意識し、共同の機会を積極的に作っていきたいと考えています。

保護者アンケートより <10名より回答あり、一部抜粋>

- ▽ 睡眠の質と朝食との関係についてお話がありました。朝食を摂ることで体内時計を整える事につながるのだと分かりました。
- ▽ 寝る直前までゲームをしていたので、お話を聞いて今日からやめさせようと思いました。
- ▽ 生活リズムやバランスの大切さを感じ、子どもにさせる前に親がまずやってみること、そして家族みんなで取り組まなければならないと思いました。
- ▽ 睡眠の大切さを学んだので、子どもたちに教えたいと思いました。
- ▽ 日々の生活に追われ、これまであまり考えたり、意識できていなかったことを改めて振り返るきっかけができて良かったです。

仲間が増えた！ 新運営委員さんも大活躍！ 下関支部 「春を呼ぶつどい」



92歳の手配りさん



福笑いの様子



2/23(日)、下関支部の「春を呼ぶつどい」は、下関勤労福祉会館に総勢 50 名が参加、大いに盛り上がりました。新しい運営委員さんが中心になって役割を担当。「うたごえ」や福笑い、ビンゴゲームと続き、「なごみ会」のみなさんの民踊に時間の経つのも忘れるほど…。生協下関歯科からも職員5名が参加し、地域と事業所を越え、交流を図る機会になりました。

つどいでは 92 歳の手配りさんが「最近杖が必要になってしまったが、時間がかかっても歩けることが幸せ。健康で過ごせる日々感謝して、歩けるうちはひろばを配り続けたい」と発言され、支部内にこんな組合員さんがいるのは宝だと、参加者の励みになりました。当日は新規加入の申し込み3名、新たな運営委員さんが1名誕生し、名前の通り、下関支部に『春を呼ぶ』つどいとなりました。

年度末(3/31)まで 残り6日です！

「何でも無料相談会&食材支援活動」のお米が不足しているため、事業所職員に急遽、「お米2合カンパ」の協力をよびかけました。

昨日から本日にかけて、9名の職員さんが支援部まで直接お米を届けに来て下さいました。ありがとうございます！

明日3/26宇部地域と、4/12山陽小野田地域の食材支援活動に充てます。引き続き、ご協力よろしくお願ひします。