

ハンツウジャンプ!

広島医療生協 三次支部
 三次市三次町 310-4 (県北事務所内)
 TEL:(0824)65-6056 FAX:(0824)64-8445

初の支部総会と恒例のBBQ大会

東城支部は昨年10月に庄原支部から独立し、6月6日に初の支部総会を開きました。東城町栗田で活動している「ひなの宿」班の行事に合わせ15名が参加。



田森自治振興区と共催で地域の医療・介護問題を考えるシンポジウムを開催した事や、組合員数や出資額の拡大で目標を達成した事などが報告されました。

総会は早々に終え、「ひなの宿」班恒例のBBQ(バーベキュー)大会となりました。帝釈川で釣り上げた川魚、山で捕まえたイノシシの肉、野で採った山菜や畑で作った野菜、今年の梅を一年醸した梅酒など、この地の恵みを各地が持ち寄り、皆でワイワイと騒いで一年を「反省」しました。

年に一度のBBQ大会は、楽しみながら健康習慣を続けるという医療生協の方針に叶った行事です。なじみ深いこの地域で元気に百歳を乗り切れるよう、活動していきたいと思えます。

(S. T)

【2018年の目標】

班会開催	班づくり	仲間増やし	出資金増やし
30回	2班	10人	100口

えのかわ訪問記

生きている限り避けて通れないもの、それは“死”です。日本ではこれまで死の話題はタブーとされてきました。でも本当にそうでしょうか？

元気な時に自分の最期の時を考えるなんて無理！と言われるかもしれませんが、元気な時だからこそ自分はどう最期を迎えるかしっかりと考えることができます。

難しく考える必要はありません。

例えば、「延命はしなくていいけど、痛くないようにしてほしい」とか、「しんどいのは嫌だ」とか、「大切な人に傍にいてほしい」とか、自分の思いつくままメモに書き、気が変わったらまた書き直し……。これの繰り返しでいいのです。

ちなみに今の私は「食べれなくなっても点滴や栄養剤はいりません」「痛くないようにして」「自分の事が自分でできなくなった時が私の最期」です。時がたてばまた変わるかもしれませんが……。

ご相談は、えのかわへ



訪問看護ステーション えのかわ
 TEL 0824-64-8444
 居宅介護支援センター えのかわ
 TEL 0824-53-1888

健康チェックをしました

久しぶりにCCプラザ内の健康チェックに参加した。

スタッフは6名。内1名はえのかわの看護師さん。

「誰じゃるか?」と思っていると、親しく声をかけて貰った。

絶えず笑顔で話しかけられる。親しみを感じ、安心できた。

「お客さん用」の椅子は4脚。ほとんど空いている時はなく、次から次へと血圧、体脂肪測定、笑顔、会話、相談、指導と多忙だった。松田理事作成の素敵な看板が人目を引いた。

どの方も自分の体をよく知っておられ、運動や食事に注意されている。その上で健康チェックの結果をみて、

Aさん:「心配なことがあったが安心した現状維持でいこう」

Bさん:「わしゃ〜、冠動脈がちょっと細うなるとるけー、いっそ歩かんのよ。足がつまらんようになる」

私:「次回受診の時にどれくらい歩いていいか先生に聞いてみては?」

Bさん:「そうじゃのー。歩くことはそーとーじゃけーのー」

などのやり取りがありました。“わしゃー病院へ行きようけー、えーよー”と言わず、自分の体を知ることは日常やっていることやモヤモヤした考えをリセット出来て自信が持てたり、気づきがあったりして、再出発できるという意味でもとても良いことだ。

人の話を聞きながら、体を労わりながらこの活動を楽しんでいきたい。今年も健康チャレンジに参加しよう。(T. S)



行事のお知らせ

◎生協ひろしま 市民平和行進

日時:2018年7月28日(土)10:00~

集合場所:三次まちづくりセンター

◎国民平和行進

日時:2018年7月31日(火)

集合場所:三次市役所

出発時間:8:55 予定

※出発式を行ってから出発しますので早めにお集り下さい。

奮ってご参加ください!! 詳しくは県北事務所まで。



8月の行事予定

8月2日 機関紙準備(県北事務所)9:00~

8月27日 地区代表者会議兼三次支部会議 9:30~

8月31日 子育て支援会議(ださいや)10:00~

第3火曜日 笑って元気(酒屋コミュニティ)10:00~

開催班会:

わかば班・ふじ班・寒椿班・京の峡班

よつば班・あけぼの班・あさぎり班・ほのぼの班

