

# 落合支部だより

落合支部のエリア 真亀・落合全域・落合南2~5丁目

支部長 千葉 和子

健康まちづくりセンター 坂本

☎ 082-879-8124

FAX 082-879-8182

## 2024年度あすなろ地区

### 生協強化月間スタート集会開かれる

最初に開かれた地区別総代会では、来年の理事選挙のための役員推薦委員が選出されました。

各支部・職場目標の確認をしました。

組合員から、あすなろ診療所をはじめ、診療所を守るために生協全体で考えて欲しいと意見が出されました。



井口先生のお話やからだほぐして交流し、月間を頑張ろうと意思統一しました。(K・U)

## 医療福祉生協

### 組合員の在り方を考える交流会に参加

全国の医療福祉生協の現状に対してどう取り組むかを学び、交流しました。

組合員の高齢化、

活動への参加人数の低下など、あてはまることばかりです。それに対して、一番しなくてはならないのは、人と人とのつながりづくりであることを再確認できました。

居場所づくり、支え合い、助け合いの仕組みづくりが急がれると感じました。(M・S)

## 健康チャレンジ2024 進んでいますか

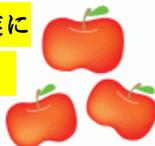
10月になりました。健康チャレンジ後半です。

30日コースの方は提出してくださいね。

60日コースの方は最後までファイト!!!

## 機関紙「からだとくらし」仕分け作業に協力して下さる方を募集しています。

配布者ごとに機関紙を束ねる作業です。



毎月第1火曜日 10:00~11:00くらい

場所 真亀1丁目集会所(寺迫公園内)

いきいきポイント対象です

お問い合わせは 健康まちづくりセンターへ

## 私の介護

### 義母は85歳



最近、認知症の入り口かな?と思うことが増えて来ましたが、アクティブなお婆ちゃまでした。

そんなある日、椅子から落ちて左手首を骨折!

約1ヶ月半のギプス生活を終えて、露天風呂もある神田山荘に療養を兼ねて入浴に行くことになりました。

本人も楽しみだと言っていたのに、脱衣場で土壇場の「入りたくない!!」宣言。仕方なく日にちを変えて再チャレンジしましたが、シャワーまでは出来るのに、とうとう湯船には入れぬままでした。

認知症のせいなのか、どうかは分かりませんが、秋らしくなったら、また二人で温泉にチャレンジしたいなと思っています。(Y・Y)

## 編集後記

暑い毎日が続き、体調を崩された方も多かったのではないかと思います。かくいう私も外に出るのがおっくうになり、毎日が過ごすことが多かったです。食事を作るのが面倒でいい加減なものを食べたりにしていて体調不良に。大きな付けが回ってきました

これではいけないと一念発起して食生活を見直し手作りしています。運動は苦手ですが、簡単なストレッチや先日教わった肩こり体操などをして復帰しようと思っています。秋の行楽のシーズンに早く出掛けられる季節が待ち遠しいですね。

(K・C)

