

大いに にぎわいました 船木校区文化祭で健康チェック実施

11月17日行われた船木校区文化祭で、今年も健康チェックを実施しました。身長、体組成、血圧、握力、足指力などの測定を実施し、健康相談も行いました。フレイル予防や支部の活動内容のチラシなども配布しました。

今年の特徴は、中学生などの関心も高く、一般の受診者のご参加も途切れることなく、100名の方が参加してくれました。また、介護保険制度の改善を求める請願署名に35名の方が協力くださいました。支部と泉川診療所のスタッフ8名で、途切れることなく充実した行動の一日でした。



お知らせ

- 10月の助け合い活動は、庭木の剪定作業、物干し場修理作業、車便乗の3件でした。
- 支部の「場」に集う仲間がお互いに親ぼく交流を図る会が、池田池ウォーク・レインボー体操教室で行われました。まだ行っていないグループでも開催しましょう。
- 愛媛医療生協の機関紙を、船木支部では現在組合員41名のご協力で、100%手配り配布を継続しています。1年間のご協力ありがとうございました。支部では感謝の心を込めて、ささやかなお礼の印をお届けしました。これからもよろしく願いいたします。

12月の班会予定

- ☆ 毎週1回(火)9時から 団地班
(元船木団地自治会館 健康体操他)
- 班会は、組合員3人以上で開催できます。また、誰でも参加できます。お誘い併せてお気軽に参加ください。

消費者トラブル学習会に4名参加

11月12日泉川ブロック主催で、消費者トラブルについて市消費生活センターの出前講座が行われました。特殊詐欺の被害者の9割が60歳以上の高齢者だといわれ、「自分は大丈夫だ」が一番危ないとも言われています。家庭訪問販売、電話勧誘販売、利殖商法など、お金・健康・話し相手・住まい(リフォーム)のことで詐欺にかからないように注意と警戒が必要です。もし、問題が起きたときは、新居浜市の生活相談センター(65-1206)へご相談を。

第4回「健康マージャン」を開催します

12月18日(水)14時から、健康マージャンを開催します。誘い合ってお気軽に参加ください。場所は七宝台町の末田真志さん宅(40-3875)です。健康マージャンは、「吸わない・賭けない・飲まない」のルールをまもり、ゲームを楽しみます。脳の活性化に役立つと喜ばれています。

この一年、「誰もが健康で居心地よいまちづくり」を願って活動してきました。来年もよろしくお祈りします。
《よいお年をお迎えください。》

健康体操教室案内(12・1月)

船木教室も瀬戸会館で第2・4火曜日に、瀬戸教室は瀬戸会館で第1・3・5火曜日に開催しています。

(半年会費は1教室参加が2,000円、2教室とも参加が4,000円となっています)

- 船木教室：12月10日、24日、
- 瀬戸教室：12月 3日、17日、
- 船木教室： 1月 7日、21日、
- 瀬戸教室： 1月14日、28日、