

城西健康ニュース

愛媛医療生活協同組合
城西支部
2025年2月15日発行

◆学習会のご案内 (社保平和委員会主催)

日時 : 2月20日 (木) 13:30~14:30
場所 : 愛媛生協病院 B棟会議室
テーマ : 「水~松山市の水道の今とこれから~」
講師 : 松山市企業総務課の職員
定員 : 40名 ※2/13 (木) 〆切
申込先 : 089-976-5638 (愛媛生協病院 地域事業課)

◆健康講座のご案内 (健康づくり委員会主催)

日時 : 2月28日 (金) 13:00~14:30
場所 : 愛媛生協病院 C棟会議室
テーマ : 「認知症の方との関わり方」
講師 : ショートステイ陽だまり 所長 森野 寛司
定員 : 30名 ※先着順
申込先 : 089-976-5638 (愛媛生協病院 地域事業課)

ちょっとした豆知識

NPO法人ささえあい医療人権センターCOML「医者ににかかる10箇条」をご存じですか?これは医師にかかるとき、推奨できる心構えや対応方法を10箇条にまとめたものです。

事業所利用委員会でも最近、あらためて組合員さんと学習しました。医療は100%確実なもの無く、治療方法もさまざまです。皆同じ結果になるわけでもありません。期待した結果と効果がちがっても、納得できるまで医師に質問する。そして自ら選択しましょう。

ぜひご一読ください。

看護師長 森実美佐



青空健康チェックのご案内

◆3月8日 (土)
◆10:00~12:00
コミセンのきまぐれ市会場にて
(血圧・握力・体組成の測定を行います)

コミセン体操教室のご案内

予約不要

参加費200円 会場コミセン
タオル・飲み物 あればヨガマット

3月 14日 (金) 13:30~練習室1

健康な身体づくりは長生きの基本です。
たゆまず努力して運動で体調を整えていきましょう!
この体操教室は無理のない程度で身体を動かします。教室で学んだことを家で実行して運動習慣を身につけましょう。

インストラクター 野上美樹さん

土居田体操教室のご案内

予約不要

参加費200円

会場 土居田更生保護会ホール
タオル・飲み物 あればヨガマット

2月 18日 (火) 10:00~

3月 18日 (火) 10:00~

(キーボードとオカリナの伴奏つき)
2月は、「母さんの歌」「高校3年生」などを予定しています。

体操インストラクター 野上美樹さん



連絡先 : 梶原 090-3783-5310 生協病院地域事業課 林 976-5638