



2月号 とうおん



愛媛医療生活協同組合
愛媛生協病院地域事業課
☎ 089-976-5638

襟巻の小さきミンクは母のもの

能登半島地震から1ヶ月、いまだに4万戸をこす断水、1万4000人もの人が避難生活を強いられているとの報道。1年でもっとも寒いこの時期被災地の人々のことを思うと「どうにかならないのか」と心が痛みます。

外国の記者が体育館に避難している人たちをみて「避難難民だ」といったそうです。先進国のはずの日本のこの状況に防災対策のお粗末さを指摘されたのだろうと。

私たちは、今できることとして支援のため募金に取り組み、微々たる額でも送金しています。

ですが、本来国がやるべきことをもっとスピーディーに大胆に進めてほしいものです。政治家はお金と保身に汲々としている場合ではないのです。大災害で地理的に困難な場所ならなおさら国がやるべきことだと思います。

大都市ばかりが便利で潤い、地方が力を失っているのは長年の政策の反映だと私たちも自覚すべきかも知れません。

T・k

漢字を使って絵をかいてみました。何を表しているでしょうか？

紐紐紐
紐紐紐
板板板板板板
歯 歯

もの忘れ予防
脳トレパズル
No.3

ヒント カランコロン、音がするものです。
漢字からイメージを膨らませて！

😊 12月のクイズの答え だるま

* 健康体操教室 毎月第2 (火)
10:00~11:30
中央公民館 3F 第1・2会議室

《お知らせ》

3月の健康体操は、会場が取れない為お休み致します。



* 愛媛生協病院 検診だより *

私は最近きのこがたくさん入った鍋にハマっています。まず鍋は、簡単一品料理なのに野菜やお肉や豆腐など多くの栄養素を取ることができますよね。私は、そこに椎茸・えのき・ぶなしめじなどきのこ類をたっぷり入れて食べています。

きのこには、便秘や腸内環境の改善や身体の免疫力を高めるなど様々な効果が期待できます。美味しい上に身体にとっても健康的です。毎日の食事から健康づくりに繋げていきたいです。寒い季節に活躍する鍋なので、みなさんもぜひたくさん作ってみてくださいね。

健診センター 荒井



* NPOサロン福祉の森 毎月第2 (水)
10:00~15:00
愛媛医療センター 研修棟

