



☺ 大塚支部・・・安佐南区大塚・伴南地区

2023. 12月号 ☺

今年も後わずかです。この1年はいかがでしたか。  
うれしかったことも、頑張ったことも来年につなげたいですね。

### WII 体験合同班会 10月17日(火)

テレビのコマーシャルでご覧になった方もいらっしゃるかな・・・  
WIIの体験会をしました。ボーリング・チャンバラ・ピンポンを体験しました。  
**チャンバラ**は、画像に出た矢印の方向に素早くコントロールバーを動かすゲーム。  
反射神経をフルに発揮します。  
**ボーリング**は方向と速さのちょっとしたコツをつかむと、だんだん楽しくなり、  
気付きをお互いに言い合ったり、上手にできたら拍手をしたり、仲間と盛り上がります。  
ちょっと難しかったのが**ピンポン**。でも、これもコツがあるのでしょうね。  
「WIIを楽しむ会」を持つことができたらいいなと思います。



### 沼田・大塚合同グランドゴルフ大会 11月9日(木)



雨で延期になりましたが、9日にはお天気に恵まれてグランド  
ゴルフが開催できました。大塚からは4名の参加でした。  
お手伝いで参加しての感想は「皆さんが楽しそうにプレーされていま  
した。90歳をこえた方が、お元気で上手でびっくり。自分も  
機会があればプレーしたいと思いました。」です。楽しそうですね。

12月はNO2 空気調査を実施しました。結果は次回にお知らせします。



近所の方から、毎年頂く柿。食  
べる前、描いてみたが果たして  
美味しくみえますかな・・・  
寺本 三省

### 【行事予定】

#### ☆青空健康チェック

1月、2月、3月の Aシティフレスタ前での健康チェックはお休みです。  
なお、3月は大塚公民館まつりで健康チェックを実施しますので  
ぜひ、お立ち寄りください。

※高齢者いきいきポイントの手帳をご持参くださいね。

#### ☆大塚公民館まつりに参加予定です。



#### 11月10日「病院探検隊」に参加しました。

身近な「かかりつけ医」はとても大切な存在ですが、「救急や慢性疾患の入院治療に  
欠かせない身近な病院、病気・けがなどのリハビリテーション病院、専門検査が行える  
身近な病院」として、地域医療の役割が大きい共立病院です。その病院を探検しました。  
目的は、グループに分かれて探検し、利用者目線に立った気付きを話し合いまとめて  
報告することでした。  
利用者にとってより良い病院である大切さを感じた取り組みでした。

#### 大腸がん検診を受けましょう！

- ★広島市健診（40歳～69歳）400円
- ★広島市健診以外の方（40歳未満）1404円
- ★広島市検診（70歳以上）被爆者手帳を持っておられる方 無料

\*大腸がん検診を受ける際には、「がん検診受診券」が必要です。

大塚支部 森田 082-848-8736

健康まちづくりセンター 【担当】 山本 082-879-8124