

めだか通信

2025 年度相田支部総会を開催！！

4 月 24 日（木）安ふれあいセンター10：00 から 相田支部総会を開催しました。参加者は、ペア職場の職員を含めて 12 名の参加者でした。

今年から弁当はありませんでしたが、美味しいお菓子を用意し、24 年度まとめと 25 年度方針、25 年度役員体制、24 年度決算 25 年度予算等を決めました。

■.91 歳の F さんのお話し

あさおか台に 50 年住んでおられる 91 歳の F さんが参加されました。2005 年の「からだとくらし」の機関紙を持参され、過去の相田支部の取り組みの話を聞くことができました。持参された 2005 年の虹の旗には「支部役員は地域訪問という仕事をこつこつ根気よく行っています。地域組合員さんの苦情・要望等を聞かせていただいて、その声を広島医療生協へ届け、改善できることは改善してもらうということが私たちの大きな役目であると思っている」と書かれていました。医療生協らしさが続いているんだなと思った記事でした。

■.初めてのモルック

後半は 2 組に分かれ、はじめて「モルック」というゲームをして楽しみました。なかなか、木の棒（スキットル）を倒せなくて、50 点にはなりませんでした。ほどよく笑って体ほぐしにもなりました。



○各班会だより

スマイル班・・・・・・お花見をしました。

薫女子会班・・・・・・おしゃべりをたのしみしました。

ハナミズキ班・・・・健康吹き矢をしています。

椿班・・・・・・ストレッチと楽しい脳トレをしています。

メリーゴーランド班・相田支部総会に参加しました。

元気に、健康づくりを目指す生協です。やりたい事、楽しいことで、新しい班を作りませんか？

お詫び

※めだか通信 4 月号で総代会の日程を 6 月 22 日（日）とお知らせしていましたが誤りでした。正しくは 6 月 28 日（土）佐東公民館です。

一口メモ 幸せに人生をすごすには……………

健幸華齢とは…(筑波大学名誉教授 田中喜代次氏)

体が健康であるとともに、幸せな気持ちで、華やかに年を重ねるという意味が込められています。食べる喜びや運動の楽しさを、仲間や家族と共有しながら、健幸華齢に取り組むことができる社会づくりを目指しています。



五つの快(快食・快汗・快浴・快眠・快便)を心得て、心と体が健康であること



心と体と対話(ボディーク)し、心豊かに平穏であること



積極的に外出し、仲間との交流をたのしむこと



病気や老いを受容しつつ、スマートに(賢く)齢(とし)を重ねること



注意

「逮捕するぞ！」は詐欺!!オレオレ詐欺急増中!!

【事例】 警察官を名乗っての電話があり、「あなたの口座が悪用されている。」「このままでは逮捕することになるので SNS で詳しい話を聞きたい。」「あなたの口座を調査するので、お金を振り込むように。」「保釈金を支払えば、逮捕されない」などと言われ、指定された口座に振り込むと最終的に高額な被害となった。



- 警察官が事前に「逮捕する。」と電話連絡することはありません。
- 保釈金などといって電話でお金を要求することはありません。
- SNS を使って事情聴取や取り調べをすることはありません。
- 未納料金をそのまま要求する手口にも注意！
- 一人で判断せず、家族や警察に相談しましょう。

何か相談したいことがあれば、
広島医療生協居宅介護支援事業所（☎879-1870）
又は、お近くの地域包括支援センターへご連絡ください。