



2024

5月  
発行

山の濃淡と新緑が美しい季節となりましたね。  
新入学の子ども達も元気に通学しています。色とりどりのランドセル、性別にとらわれない自由な色。ジェンダー平等ですねえ。  
ジェンダーとは性別学的な性とは違い、社会的、文化的につくられている性のこと。男性と女性の役割の違いによって形成された性別のこと。  
女の子はピンク、男の子は黒や青など性別で色を分けてしまうこと。  
「料理は女がするもの」「仕事は男がするもの」といった「女らしさ」「男らしさ」という文化的につくられた意識のことを指します。  
どの子も「みんな違って みんないい」ですね。

## ～2024年度安北支部総会の報告～



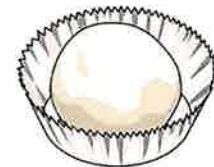
4/16(火)に開催され、28名の出席でした。  
支部のまとめや報告のあと、石川理事から総代会議案の分かりやすい説明がありました。ペア職場からは、4階西病棟の上野師長が出席され挨拶がありました。ゆめタウンの健康チェックにはいつも来ていただいています。検査課から村上課長がメッセージを寄せてくれました。  
2023年度安北支部は、出資金と班会で目標を達成し坂本理事長より表彰されました。  
健まち坂本理学療法士による「手軽にできるストレッチと筋トレ」で体もスッキリしました。  
発言でも上安産業廃棄物処分場の情報、県内生協の連携、大腸がん検診の大切さ、有機フッ素化合物 PFAS (ピーファス) が東広島で検出されていること。  
みんなで交流でき、多くの参加で一年のスタートにふさわしい元気のでる楽しい総会でした。

### <お問合わせ>

伊豆野 ☎878-6678 植田 ☎872-2935 田中 ☎872-1395  
玉井 ☎878-1453 大山 ☎872-2885 勝丸 ☎878-6561  
健康まちづくりセンター 今岡 ☎879-8124

## \*\*ゴキブリ団子づくり\*\*

- ★とき：5月15日(水) 13時30分～
- ★ところ：高長集会所2F
- ★参加費：100円



\*ビニール手袋、ポイント手帳を持参してください。  
\*材料の都合上5/8(水)までにご連絡ください。

## ～相談事例について～

健康まちづくりセンター今岡が4月に受けた相談事例をご紹介します。

健康チェックを受けた方 70代女性より。体組成計測定時に筋肉量が「標準よりも少ない」との判定を受け、運動した方がいいと思い毎日歩いているが、あまり変わらないので筋肉量を増やすためにはどうしたらいいかとの相談がありました。  
⇒筋肉量を増やす方法として、運動だけではなく栄養も必要で、バランスのいい食事と筋肉のもととなるたんぱく質を摂る必要があることをお伝えしました。

何かお困りごとがございましたらご相談いただければと思いますので、宜しくお願ひ致します。

### 【2024年度活動計画】

- \*支部総会 4/16(火)
- \*ゴキブリ団子づくり 5/15(水)
- \*学習会(6月予定)
- \*健康チャレンジ
- \*青空健康チェック&バザ 10/7(月)
- \*おしゃべりサロン(2月予定)
- \*ゆめタウン健康チェック
- \*支部ニュース発行

### 【理事・運営委員】

- \*理事 石川
- \*支部長 田中
- \*副支部長 玉井
- \*会計 伊豆野
- \*運営委員 植田 勝丸 大山
- \*健康まちづくりセンター 今岡

よろしくお願ひいたします。