

元気な仲間

広島医療生協 安東支部

ニュース

2021年2月号

安東1～7丁目・筒瀬

組合員数1415人、班数 7班

理 事 初本 872-4866
支 部 長 福本 872-5879
健まちセンター 力石 879-8124

お困りごとは
こちらまで！

健康カフェ「トレーナーの指導でストレッチ」

2月26日(金) 弘徳団地第2自治会館

外出を控える中で心身ともに「なまっていく」と感じていませんか？

コロナとの戦いが長引く中、ストレッチで健康維持に取り組みましょう。自宅でやっている人も多いと思いますが、ときどき新しい刺激を受けることで「楽しく長続き」を目指しましょう。

今回の健康カフェは、「座ってできるストレッチ」を、落合支部の佐々木トレーナーに指導していただきます。

転倒予防体操、健康チェックも行います。飲み物は各自ご持参ください。いきいきポイント手帳をお持ちの方は押印します。参加無料。送迎希望の方は役員に連絡ください。

※感染状況により、急きょ中止となる場合があります。



大腸ガン検診を受けましょう



食生活の欧米化により、大腸がんになる人は増えていますが、大腸がんは初期で発見されれば、完治できる病気です。今年度まだ受けておらずご希望の方は、ぜひ役員に連絡ください。検査キットをお届けします。広島市から送られた受診券があれば、69歳までは400円、70歳以上の方は無料です。

安東地区担当の

安佐・安佐南地域包括支援センターのご案内

広島医療生活協同組合では、高齢者の皆さんがあ
住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、保健・
福祉など様々な面から地域での生活を総合的に
支える中核機関として、広島市から委託を受けて
地域包括支援センターを運営しています。広島市
安佐・安佐南地域包括支援センターは安佐中学校
区と安佐南中学校区を担当しています。



保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等の専門職が連携して、介護予防をはじめ、保健・福祉など、さまざまな相談・支援を行っています。

具体的には①介護や健康について（「介護保険を利用したい」「介護予防（いきいき百歳体操）を実践したい」など）、②権利擁護について（高齢者虐待の早期発見・防止、成年後見制度の利用手続きなど）、③ネットワークづくり（さまざまな関係機関・地域住民のみなさんとのネットワーク構築、見守り・支え合いの組織づくりなど）が主な業務です。

何かお困りの際は、地域包括支援センターへご相談ください。

連絡先

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター

広島市安佐南区中須二丁目19番6号 虹の会館3階

TEL (082) 879-1876 Fax (082) 879-7764