

# 古市支部だより



2021.11  
No.114

支部長 中道香代美  
☎877-0159  
健康まちづくりセンター  
松岡明日香 ☎879-8124

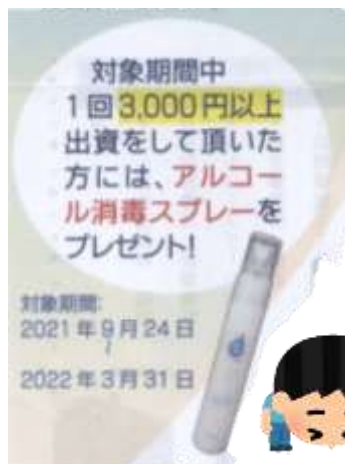
9/24~11/30



## 只今、生協強化月間中！

広島医療生協は1966年(昭和41年)300人余りの地域の方々が出資を持寄り発足。今年で55年を迎えました。

### 地域訪問しました！



10/16 運営委員と職員で振込増資していただいた方にアルコールスプレーをお届けしました。ほかに増資の協力もありました。



ありがとうございました



保育士さんも頑張ってます

地域とともに歩んで55年・・・さらに発展させるため古市支部でも「Go!Go!増資」に取り組んでいます。ご協力よろしくお願い致します。



広島共立病院

### おねがい！！

ファミリー広島に「からだとくらし」を月1回配布していただける方、いらっしゃいませんか？A棟、又はB棟、もちろん両棟できる方、大歓迎です。よろしくお願いします。

みなさまからの出資金は、医療生協が事業を行っていくための元手として、様々な活動や事業に活かされています。これからも、地域の医療・介護・暮らしを守るため、広島医療生協へのご協力をよろしくお願い致します。

※「出資金」は寄付ではありません

## 手をあらいましょう！

手を清潔にして、ウイルスをシャットアウト！インフルエンザ、新型コロナ、風邪を予防しましょう！  
※注意！こんなところにウイルスが潜んでいる！  
ドアノブ、冷蔵庫のドア、トイレ周り、リモコン、電気のスイッチ（正しい手洗い法の復習です↓↓医療生協健康カレンダーより）

## 体操、再開します！



しなやかサークルです

予定は11/10 12/8(第2水)

(事前にお問い合わせを)

場所:古市集会所 10時~

講師:青江孝信先生

みなさん、お元気ですか？10月中旬、夏から晩秋にいきなり変わった感じですが、体調の方はいかがですか？ 新型コロナウイルスによる「緊急事態宣言」などのため、お休みだった体操を再開します。しっかり運動していきましょう！忘れずに来てくださいね。初めての方も大歓迎です！（写真は7月のようす）



① 水で手をぬらして石けんをつけ、手のひらをこする

② 手の甲をのぼすようにこする



③ 指先・爪の間を念入りにこする



④ 水で手をぬらして石けんをつけ、手のひらをこする

④ 指の間をよく洗う



⑤ 親指を手のひらでねじり洗います

⑥ 手首も忘れずに洗う

⑦十分に水で洗い流し、清潔なタオルやペーパータオルで拭いて乾かす。