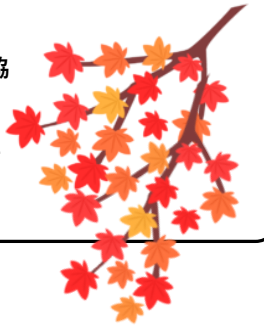


中須支部だより

作成 支部役員会
お問合せ先 広島医療生協
健康まちづくりセンター
☎879-8124

2023. 11



昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調整が難しい季節になりました。

空気が乾燥し、インフルエンザを始めとする、この時期に流行しやすい感染症対策は継続して気をつけなくてはなりませんね。

先日、中須神社に奉納された神楽を見る機会がありました。近くに住み始めて20数年経ちますが、祭りがあることさえ知らず、目前で見た神楽にすっかり魅了されてしまいました。かつて田畑が広がっていたこの地域。五穀豊穡を願い神に感謝を伝える大切な祭りだったのでしょ。マンションが建ち並ぶ光景しか知らない私には想像すら難しいですが・・・



10月10日「救急について」中村看護師に話を伺いました。

もしも近くで人が倒れた時には、大声で呼びかけ、反応を確認する。次に人に助けを求め、救急車を呼び、近くにAEDがある場合は、AED音声に従って行動する。

胸骨圧迫や人工呼吸が必要ですが、自信が無ければ人工呼吸は省略しても構いません。

受講されたTさんに感想を伺いました。

随分前ですが、ヘルパー研修で応急手当の実習をしたことがあります。胸骨圧迫では力を入れすぎたのか、指導員の方に「亡くなりました」と言われ、ショックを受けた記憶があります。AEDも以前は絵が描いてなかったため、「右に」「左に」と言われパニックになりました。今回は復習も兼ねての勉強会だったので、機器類も年々進化し使いやすくなっており安心しました。



わいわいサロンのお知らせ

・山中宅（共立病院西隣の古民家）

日時 12月2日（土）10時00分～

・折紙

折り紙で季節の飾り物を作しましょう



いきいきポイント押印対象

※コロナ感染や気象状況により中止することがあります。

・中須集会所（中須市営住宅公園内）

日時 12月12日（火）9時30分～

・転倒予防体操

・「お肌のお手入れとお化粧」

～お正月を控えて、ちょっときれいに～

・講師レイラ化粧品 岸本さん

ひらがな計算

ひらがなで書かれた計算式を、頭の中で数字と+・-の計算記号に置き換えて回答をだしてください。

- ① ろくひくよんたすさんたすにひくご＝
- ② ななひくごたすよんたすさんひくに＝
- ③ きゅうたすななたすごひくさんたすよん＝
- ④ にたすよんたすろくひくにたすご＝
- ⑤ はちひくろくひくいちたすよんたすに＝

寒くなってきたので暖かくして来てくださいね



青空健康チェック・地域訪問

日時 11月18日（土）10時00分
場所 緑道公園 ～11時00分
内容 血圧・体脂肪等

雨天の場合は中止です。

いきいきポイント押印対象
※コロナ感染や気象状況により中止することがあります。

こたえ

① 2 ② 7 ③ 22 ④ 15 ⑤ 7