

2021年7月

毘沙門台支部ニュース

広島医療生協

毘沙門台支部

2021. 7. 1

お問い合わせは、こちらまで・・・

支部長 速山 879-2859 支部役員 大森 870-2667
 支部役員：跡野 876-0215 会 計 本田 876-0049
 支部役員：大谷 879-0737 理 事：伊藤 879-2384
 支部役員：田中 879-4930 健 町セ：松岡 879-8124
 支部役員 高橋 879-0695

暑さが続きますので、こまめに水分補給して脱水予防しましょう。コロナワクチン注射すみましたか？

(伊藤)

<班会・行事予定>

- ☆ 7/1 (木) 支部会議 9:00～ 東集会所
- ☆ 7/7 (水) 新入職員研修交流会 14:00～東集会所
- ☆ 7/8 (木) 黒バラ班会 14:00～
- ☆ 7/10 (土) 健康クラブ 10:00～11:00 東集会所
無料 タオルを使って体操
- ☆ 8/2 (月) 支部会議 9:00～ 東集会所

6月12日(土) 14:00～
 広島医療生協 総代会
 共立病院5階 セミナールーム

無事終了しました。



かがやく

- ・7/15 (木) かがやく支部会議 9:30～ 東集会所
- ・ソーメンバザーにご協力ありがとうございました
- ・夏の平和の集いは中止です。
- ・9/23 (木) 第34回日本高齢者大会(オンライン)開催

伊藤 ☎879-2384 加川 ☎878-1245 福井 ☎878-3808
 武田 ☎877-3659 木坂 ☎878-3495 新谷 ☎878-2115
 みんなで老後を考える会 安東支部

ニコープ共立歯科便り＝

発声運動 飲み込む力を鍛えます。



できるだけ大きな声で！

パ、パ、タ、タ、カ、カ、ラ、ラ、
 バタカラ、バタカラ、バタカラ ※5回繰り返す

舌トレーニング 食事中にむせたり、飲み込みにくい方にお勧めです。

舌トレーニング用具を活用して、舌の筋力を強化しましょう！

舌トレーニング「べっぴんど」

- 舌の筋力を強化するために開発された自主訓練用トレーニング用具です。
- 自分の舌の状態に合わせて、硬さを選べます。



健康クラブ

毎月第2土曜日 10:00～11:00 毘沙門台東集会所
 (会費無料) 7月10日(土)
 8月14日(土)はお休みです

ストレッチサークル「月下美人」

3月から金曜日 20:00～21:00
 毘沙門台集会所
 月4回で2000円の会費です



参加される方は
 家で体温測定してください
 マスクを持参してください
 タオルを持参してください

大腸がん検診を受けましょう！

共立病院では毎月第3木曜日の午後を組合員検診デーにしています。大腸がん検診も含めて検診を受けましょう。

早期に発見して
 命を救おう！

受診券・問診票を
 忘れず同封を！



美しい日本の季語

「金子兜太」(誠文堂・新光社)

しろはえ
白南風(しらはえも同じ)

梅雨が明ける頃や明け切ったあとに吹く南風のことです。
 それまで立ち込めていたどんよりとした雲を吹き飛ばし一気に空を明るくします。
 「白南風」は盛夏の到来を告げ輝く空を登場させてくれます。
 沖縄では南の方位を「はえ」といいます。

令和3年7月(夏)号