

東広島南支部だより



新年度を迎えるにあたって

みなさんお元気ですか？

ニュースを見るとガザが大変な事態です。私も、同じ気持ちで平和を願っています。今日も、空と海は、つながっています。



私も、人と仲良く、楽しく話し合い、互いに相談をして、毎日を、元気に過ごしています。お互いに励ましあって、互いに尊重しています。朝、起きて、今日、一日のはじまりを、楽しく共に尊重しながら、ゆったりとした生活で、過ごしています。今年もそうありたいと思います。

南支部長 花岡マ



若い世代の健康は？

私たちは、高齢者の健康ばかり気にしている様ですが、果たして若い人の健康状態はどのようなのでしょうか。若者が就職活動の健診で初めて重い病が発見された、とか、仕事が忙しく健診に行けず手遅れの病だったとか。先日、COOP東広島で我々が取りくんでいる「にこにこ健康チェック」班活動でのこと。若い子ども連れの母親(育休中)のチェック項目の体力が低いことに考えさせられました。そのうちに回復することを期待しますが、育児の大変さの現れかと思えます。又、ある男性は足指力測定の時、何かわからない、白い粉々がポロポロ落ちて、足指の爪も原型がくずれて痛々しくみえました。社会的格差と健康格差の関連が頭をよぎります。

私たちは、みんなが健康になるための条件づくり(平和、教育、食糧、所得、労働、健康についての知識 等々)にも目を向けた活動をしなければならない、と 改めて思う事例でした。

(E.H)



ふれあい喫茶 「訪問看護ってなあに？」

11月8日(水) 10~11:30

訪問看護ステーションえのかわ 古本 理恵 所長



安心して在宅生活を送るために。どこで最期を迎えるか。

～ お話をきいて ～

○今日は訪問看護の良いお話を聴く事が出来ました。でも、老人2人で訪問看護で最期を看取るのは大変だと思います。東広島にもえのかわの様な訪問看護があればいいなと思いました。

○病院か？ 家で逝くか？ 今までずーと考えます。娘達は東京ですし、夫は「すぐに病院へ」と言っています。私は元気の間にあっと逝きたいと思えます。

○看護訪問や現場の実態を知ってとても参考になりました。「こう生きたい」「こう生活したい」を、もしもその時必要になった時伝えたいとおもいました。

○覚悟は出来ているつもりでしたが、大変参考になりました。もう一度よく考えたいと思いました。

事前に決めておく事も大切だと強く思いました。

○今まであまり考えなかった事などたくさんきかせていただきましてすごく参考になりました。ありがとうございます。自分の今後の生き方や覚悟を考えてゆきたいと思えました。これからより良く生きおだやかな最後をむかえたいと思えます。本当にありがとうございました。

○年を重ねる事は何かおこるかわからないので怖いですが、今は元気です、今を大事に。今、出来る事を頑張っ、P.P.K(ピンピンコロリ)を願っています。

『今朝もまた 元気な目覚めに掌を合わす』

有意義な話をありがとうございました。

○色々なことがわかり勉強になりました。いずれはお世話になる事と思うけど、それまでに覚悟。よく考えておきたいと感じました。

26人参加



これからの予定



百歳体操 毎週金曜日 (10~11:30)

12/8 15 22 1/5 12 19 26 2/2 9

ピンポンA (10~11:30) 第1木曜日 第3木曜日

ピンポンB (13:30~15) //

12/7 21 1/4 18 2/1 15

ピンポンC 第2木曜日 第4木曜日 (13:30~15)

12/14 28 1/11 25 2/8

ピンポンY 第1火曜日 第3火曜日 (10~11:30)

12/5 19 1/16 30 2/6 20



ピンポンA・ピンポンB・ピンポンCも楽しく頑張っています。

続いてピンポンYのメンバーです。ワイワイもっと楽しんでいます。



囲碁同好会 毎週月曜日 (13~14:30)

12/4 11 18 25 1/15 22 29 2/5

折り紙グループ 第3木曜日 (14~16) 12/21 1/18

楽しくうたおう 第3土曜日 (14~16)

12/16 1/20



新聞ちぎり絵 第2火曜日 (13:30 ~15:30)

12/12 1/9 2/13

にこにこマーじゃん 第3水曜日 (10~11:30)

12/20 1/17 2/21

ふれあい喫茶 第2水曜日 (10~11:30) 2/14

にこにこ健康チェック COOP 東広島

第2火曜日 (14~15) 12/12 1/9 2/13

ハンドメイド 第4火曜日 (10~11:30)

1/23 (9:00~11:30)



<お問合せ先>

つながりセンター TEL (082) 423-5994

東広島南支部(花岡) TEL (082) 425-0905

広島医療生活協同組合健康まちづくりセンター

(田中) TEL (082) 879-8124

