

東広島東支部だより

高屋・河内
福富・豊栄



通信教育「医療福祉生協のいのちの章典」コース受講

口保健大学で医療生協を知り、3年前から通信教育受講、この度は憲法を学びました。知れば知る程この会が、一歩も二歩も未来を目指し先に進んでいるかがわかる～高齢社会・介護の問題、健康観そして「権利と責任」「参加と共同」・「ともに」を大切にしながらSDGs(持続可能な開発目標)目指し、2030年ビジョンに発展!?スクーリングもなく、楽しく学んでいます。ササユリ

通信教育「くらしと社会保障」を受講しました。

日本は、第二次世界大戦後、日本国憲法(1946年公布)25条をよりどころに社会保障制度をつくりあげてきました。

憲法 25 条

1. すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
2. 国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

これは国民には、生存権、健康権、文化権があり、国には、生活保障の向上・増進の義務があるという意味です。生活上の困難(生活問題)を社会的に解決しようと声を上げることが必要です。困った時に、自分からだれかにSOSを出せることは、とても大切です。

自分たちの子どもや孫たちにも将来は適応される年金や医療費の制度を貧しい制度にしないと考え方を知りました。(K.B)



12/3(金) 13:30~15:00 杵原中央集会所

まずは、全身を使ってウォーミングアップ! 足の指、足首、ひざ、股関節、横隔膜そして身体全体を緩めて、頭から腰までのポジションを一直線に保ち、姿勢を正しつつリラクセスして優雅に! 奥様風に?!

トウィンクルコーラス



※撮影のため一瞬マスクを外して「はい、ポーズ!」

東広島西支部情報!



11/9(金) 秋晴れの日帝釈峡に。そして“ひなの宿”で野菜だけを使った昼食。その後、からだに優しい生活習慣を学習。詳しくは広島医療生協 facebook をご覧ください。

知っていますか? 《ロングピロピロ》

東広島東支部でも実践中! 無理なく続ける4段階エクサ



出雲医療生協ではオーラルフレイル予防に「ロングピロピロ」を取り入れ、楽しくお口の健康づくりをしているそうです。

謹賀新年



12月・1月の予定

- ・東広島東支部会
12/7・1/4(火) 9:30~11:30
高屋西地域センター
- ・トウィンクルコーラス
12/3・1/7(金) 13:30~15:00
杵原中央集会所
- ・友禅教室
12/10・1/14(金) 14:00~16:00
高屋西地域センター 研修室
引き続き、感染対策を行いながら活動をしていきましょう。



〈お問い合わせ先〉 広島医療生協 東広島つながりセンター
〒739-0005 東広島市西条大坪町7-8 TEL/FAX 082-423-5994
東広島東支部(馬場) 434-0937
広島医療生活協同組合 健康まちづくりセンター
TEL082-879-8124 FAX082-879-8182
何かお困り事がありましたら、支部や健康まちづくりセンターへご相談ください