

元気な仲間

広島医療生協 安東支部

25年12月・26年1月合併号

安東1～7丁目・筒瀬

組合員数1344人、班数 7班

理 事 初本 ☎872-4866

支 部 長 福本 ☎872-5879

健まちセンター 今岡 ☎879-8124



お困りごとはこちらまで！

1月の健康カフェ ～モルック～

2026年1月23日（金）午前10時 弘徳第2自治会館

年初めは楽しいゲームをやります。モルックは1年ぶりですが、参加者「楽しかった」「またやりたい」と好評でした。ルールが簡単で、知らない人もすぐにできます。

ボウリングのように、目標に当てて点数を数えますが、投げる棒が軽いので、体力はハンディになりません。ことしの運試しに参加するのもいいですね。

ビデオを見ながらの体操や健康チェックもありますので、健康手帳やいきいきポイント手帳をお持ちの方はご持参ください。参加費100円（茶菓子代）。

※送迎希望の方は役員または健まちセンターまでご連絡ください

安佐南区民まつりに参加しました

11月2日安佐南区民文化センターで開かれた区民祭りに、広島医療生協も「木工ブース」を出展。安東支部もスタッフで参加しました。100人の子どもたちでにぎわいました。



上安の老健施設「ベルローゼ」を見学

15人の参加で、「ベルローゼ」を見学に行きました。（受け入れ側が「1団体15人まで」のため）

ベルローゼは「軽費老人ホーム ケアハウスふれ愛」や介護老人保健施設とも隣接した大規模複合施設で、さまざまな利点を感じました。

居住者が集う大広間では、みんなで歌を歌っていましたが、手工芸をしながら楽しむ人や、傍らでは書道作品に取り組んでいる人もいて、自由な活気を感じました。

参加者からは「設備がきれい」。空いている個室を見学した人は「必要なものがそろっていて、ホテルみたい」と、おおむね好評でした。

老健施設は、リハビリに重点を置いた短期入居施設のため、「終の棲家」とはなりません。他の施設見学もしてみたいと感じました。

コープ安東店健康チェック

医療生協・安東支部では、コープ安東店様にご協力をいただき、毎月イートインコーナーで「健康チェック」を行なっています。ぜひ、お買い物ついでにお立ち寄りください。



◎日 時 1月8日（木）午後3時30分～4時30分（毎月・第2木曜に定例です。）

◎場 所 生協ひろしま コープ安東店

体重、血圧、体脂肪、内臓脂肪、BMI、基礎代謝、体年齢など。

今月は、無料歯科チェックもあります。