

古市支部だより

2025
(R7)



健康まちづくりセンター
今岡由就
☎ 879-8124

久々の「青江体操」

9/10 朝から大雨！雷も！負けずに参加がありました。支部では「こけんよ体操」を毎月実施していますが、青江先生の体操もしたいということでDVDで実施しました。TV画面の先生に合わせ、「1・2・3」・・・お話も懐かしい・・・？！時にはこっちもいいですね。

10月はこけんよ体操します。

＊第2水曜日10時から
場所…古市集会所



補聴器の学習もしました

体操の前に、補聴器業者「マキチエ」の坪田氏による学習をしました。(DVD)

日本では補聴器の普及率が低い。高額であり、ヨーロッパなど社会保障が充実しているところは普及率が高くなっている。また補聴器は雑音が多いなど敬遠されるが、最近は進歩している。難聴は認知症になるリスクあり、金銭面で心配なく補聴器使用できるといいですね。

ピンポンしませんか？



＊いつ 毎月第1金曜日

13:30～15:30

＊どこで ほっこり

◇卓球の名手は目指しません。気楽に楽しくピン、ポーンしましょう！

10/1～11/30

生協強化月間始まったよ！

テーマ：広島にひろげよう、つながりの“わっ・WA”



古市支部では目標を決めて訪問など取り組んでいます。
医療生協を大きく強くするため皆様のご協力をお願いします。

ご存じですか？ACP

アドバンス・ケア・プランニングの略

(Advance Care Planning)

A-事前に C-介護・看護・医療など P-計画

・終活の一環 「人生会議」と呼ばれる。

・始める時期 年齢、健康に関係なくすべての成人

・本人、家族、医師と一緒に

◇パソコンで「私の心づもり」を検索してください。

シートがありますので活用を！

(9月27日の健康教室より)

ごあんない

地域まるごと健康づくり、医療・介護の専門家がアドバイスします



「健康教室」

○今回のテーマ：

「薬と薬局の使い方について」

○講師：株式会社ハーモニー ドレミ薬局 大前 進 氏

○日時：2025年10月25日（土）14時～

○場所 安佐南区総合福祉センター
6階会議室
(安佐南区中須1丁目38-13)

○参加費 無料

○参加対象 地域住民のみなさま