

# あかるいまち21

No.1143号 2018年6月4日 組織部 TEL082-532-1264

	6月累計	2018年度
組合員ふやし	5人	217人
出資金ふやし	22万円	1524万円
純増	▲4万円	10万円

## 運営委員を卒業しても生協に期待しています 横川三篠支部総会

5月25日（金）横川三篠支部の支部総会が行われ、企画として、「老後の不安～いざというときどうしたらいいか」をテーマで、中広地域包括支援センターさんをお迎えして講演いただきました。参加者は8名でした。総会では、2017年度を振り返りながら、班活動を通じての新たなつながりや、新しい担い手（手配りさん）が増えたことでの活動の広がりや充実感を皆で共有することができました。小さな支部の大きな一歩を感じることができた総会でした。

また、この総会で運営委員を卒業されるTさんよりメッセージをいただきました。Tさんは横三支部の再結成にご尽力いただき、豊富な経験で支部の運営を支えていただいた方です。毎月のニュースを楽しみにしてくださっていることや班活動の発展を喜んでくださっていること、そして、今後の支部に期待したいことなど、原稿用紙からの心のこもった語りかけに胸が熱くなりました。Tさんの期待にこたえたい、また一緒に活動したいとの思いが沸き上がり、後日改めて、記念品のお渡しを予定していましたが、お体の状態が良くなられ、また共に活動していただけると信じて、その予定は取りやめにすることにしました。



## 高齢者はつらつ 広げよう認知症予防班

### ～脳いきいき交流会～

5月31日（木）に脳いきいき交流会が行われました。雨模様で心配していましたが、37名の参加で会場は満員になりました（^^）

会の初めに、脳いきいき班会ではかせない生活習慣の振り返り・『脳いきいき5か条』について、講師の沖田さんから改めて説明がありました。食・動・楽・休・知の項目を基準に生活を振り返ることで、認知症

予防を意識した習慣を身に着けるといいます。現在脳いきいき班で活動されている方を中心に前に出てきていただいて、5か条のデモンストレーションをしてもらったところ、「いつも1分以内できてないのよ～」「ゲームばかりじゃなくて、振り返りせんとね」と、皆さん頷かれていました。その他にも、八幡東支部・美鈴が丘支部・安芸中央支部・己斐支部から、普段の班会の様子の報告をもらったり、己斐上支部のみなさんに脳いきいきゲームのデモンストレーションをしていただきました。聞いたところによると、どの班でも好評なゲームは折り紙とババ抜きのこと。そして、発表者のみなさんが口をそろえて言われていたのは、『自分たちで次回の内容を考えることが班が長続きするコツ』ということです。普段の生活の中で、「脳いきいき班でこの本が使えるかも！」などと考えることも、大事な認知症予防になるそうですよ。各ブロックに定着してきた脳いきいき班会を、班づくり・班開催月間にどんどん広げていきましょう

協同組合がよりよい社会を築きます



広島中央保健生活協同組合