

あかるいまち 21

No.1663 2024年8月7日
組合員活動推進課 082-532-1264

	8月	2024年度
組合員ふやし	27人	466人
出資金ふやし	311万円	4,490万円
純増	8万円	△128万円

今年もみんなで集って元気になろう！

～美鈴が丘支部 けんこうチェック～

6月11日（火）のけんこうチェックには、組合員4名、職員1名、生協さえき病院より看護師1名が参加しました。通りかかる方にお声かけしたり、来て下さった方とお話したりしながら、体組成や握力、足趾力を測定します。「握力は自信ないなあ」「やっぱり足の力が落ちているね」と話す参加者さんと年代別の平均値と比較しながら、数値を確認し記録。血圧測定では看護師さんに健康面での簡単な相談もできるので、参加者さんは熱心にお話しされていました。



今後も、美鈴が丘支部ではけんこうチェックを定期開催します。参加者はもちろんのこと、お手伝いして下さる方も大歓迎！ぜひお気軽にお越しください！

けんこうチャレンジ 2024 はじまるよ！交流会

6月17日（月）、県内の4生協協同で開催しました。参加者は52名でした。

第一部「第4次広島県食育推進計画について」では、健康福祉局の島谷主査より、食の健康についての取り組みを学習しました。健康寿命や塩分摂取量など身近な話も多く、食生活を振り返る良い機会となりました。後半は各生協の取り組みを発表しました。どの生協も映像や写真を用意し熱心に説明しており、活動や組合員さんの様子を鮮明に感じられました。当生協からは「十班十色！班と委員会のウォーキング活動について」と題し、各支部や健康づくり委員会で実施しているウォーキングの様子をご紹介します。



休憩時間には、大好評だった「ベジチェック」を今年度も実施！多くの方が推定野菜摂取量を測定し、「思っていたよりも数値が低くてびっくり！」「昨年より数値があがってホッとした」と盛り上がっていました。

けんこうチャレンジ 2024 はいよいよ7月からスタートです。この交流会で学んだことを活かしながら、積極的に活動を広げていこうと思います！