

# あかるいまち 21

No.1679 2024年10月19日  
組合員活動推進課 082-532-1264

	10月	2024年度
組合員ふやし	61人	712人
出資金ふやし	504万円	7,490万円
純増	△271万円	△679万円

## 久しぶりに開催しました 「健康チェックサポーター養成講座」

10月15日（火）、生協さえき病院にて「健康チェックサポーター養成講座」が組合員5名の参加で行われました。健康づくり委員長の山下理事より、「今日の講座を自分だけで良かった～とはせずに、是非、支部や班で広げて行って欲しいと思います」との開会の挨拶がありました。



講座の前半は看護師、検査技師、リハビリスタッフからチェックメニューの講義があり、後半は健康チェックの実践でした。マンシエットの巻き方など看護師さんから指導を受けながら、ペアになってお互いに血圧測定をします。体脂肪チェック、握力チェック、足指力チェックと続き、最後は尿チェック。順番に採尿シコップを机に並べたところで、再度検査技師からの尿チェックのやり方を示してもらい、いざ！ 試験紙を尿につけて取り出し、直後に見る項目、30秒後に見る項目、60秒後に見る項目となかなか忙しくチェックと記録を記入していきます。尿塩分チェックでは、塩分接種量が少ない人の結果を見て「うらやましい～～」「レシピを教えて欲しいわ～」など健康チェック結果から話が弾みました。



地域での健康チェックの普及についても、「班会の度に全部やるのではなく、血圧の回、尿チェックの回と分けて行うのも良いかもね」などの意見が出ました。気軽にできる健康チェックを全支部へ広げていきましょう！

次回は10月31日（木）14：00～、生協けんこうプラザにて開催予定です！