尾西まつりで体カチェッ

17

健康へ

の関心の高さを実感

りに参加しまし 支部は、尾西まつ

前120名、午後32名

今から19年前に愛知県

は? 被爆者が世界で唯

に体を張って行動してい 一、武力でない反対運動

その背後で少しだけお

当日は天気も良く、午

毎年、

体力

10月26日、

## 友の会と職員が一緒に地域訪問

# 「域で頼りにされている病院

名で5グループに分か 秋町のみなさんを訪問し いただきました。 職員18名と友の会会員7 10月17日、 千秋病院から近い千 アンケートにご協力 入職3年目

みなさんや初めて参加し た友の会会員へお手本を いる地域訪問を、 日頃友の会で行なって 職員へバ 職員の



ことができました。 とした応対に友の会メン バーも安心して同行する トンタッチし、 友の会会員の感想は しっかり

ました」と、地域訪問に た。高校生までの子ども とって近くに病院がある を感じている方はいまし ました」などありました。 が訪問していますと伝え ことが安心要素になって 願っているとの話が聞け たちの医療費無償化を がないが、将来的な不安 歩いてきて対応してくれ ると、90歳の方が門まで いる」「千秋病院の職員 て、地域のみなさんに また、「今は困りごと 一ねが大きな力になっ 例年の地域訪問の積み

ほか、血管年齢測定も行 **衡感覚)の5つの測定の** ンクショナルリーチ

されています。 成果を試しに来る人、腰 運動をやっていて、その 付き合い方を聞きに来る した。ヨガ、気功などの 心の高さには、 人など健康、 膝の故障を抱え、その 体力への関

を受け持っていま チェックコーナー

(筋力)、棒反応 (敏捷性)、座位

今年は、握力

30秒立ち上がり

尾西支部

多々見

範子

のお手

本中のお手

「核兵器廃

きているのでは?と、自 環境を守る取り組みがで 手伝いできている私は、

13:30

19:00

画自賛の原稿を書いてみ

屈

(柔軟性)、

で友の会事務局の谷口さ 和町の農村改善センター ハッピーピース班は、平 10月10日、 班会紹介 稲沢支部の として排出しています。 出できた尿も、年(80歳) た。若い時は勢いよく排 なっています。 とともにその勢いがなく 8 0 0 1 5 0 0 健康な大人は一日に 分を摂取し、大部分を尿 いての班会を行ないまし んを講師に迎え、尿につ 講師からは、「人は水

ないました。 爭

環境への

最大限の取り組み

岩倉支部

鷲津

康子

まゆ班(健診結果の見方、健康自己チェック)

下町班(回想法、健康自己チェック)

の参加者があり、盛況で 耳にしてきました。 原水協および愛知県平和 委員会へ個人加盟をしま れています。 守る取り組み」を求めら した。平和運動の中で多 絶」こそ環境を守るため くの被爆者たちの訴えを この原稿では「環境を

が安心を与える存在に の信頼を壊さないよう行 していきたい」「今まで の広報をもっと積極的に なっている」「千秋病院 職員からも「千秋病院 は元気だが、

動に気を付けます」「今 向きな意見が多く聞かれ 私たちの職場が地域に根 分かりました」など、前 付いた病院であることが いと言われる方が多く、 秋病院にお世話になりた いずれは千

## 友の会仲間ふやし 健康チェックで 笑顔の交流

開催され、尾張健康友の 大会がアイプラザー宮で 会も血圧と簡易血管年齢 10月20日に愛知県母親

との話がありました。 て体外に排出されます」 と尿意が起きて、尿とし す。それが尿として膀胱 に送られ、一定量になる そして余分な水分で

尿につい

て学びました

稲沢支部

ハッピーピース班

大角

守

班会になりました。 にも関わるため、 話題もありました。尿の なぜ?」などの興味深い 着の度、膀胱の中の尿は 大変でしたが、 話は個人のプライベート 少量でも排出できるのは では、サービスエリア到 また、「観光バス旅行 有意義な 企画は

柏森中央学習等供用施設

徳行寺

の話をします。 次の班会では、  $m\ell$ 

された老廃物や有害物 の元は血液が腎臓でろ過 尿を排出しています」「尿

球に覚えずる活動

まれていました。 より若い!



う?」と笑顔の交流が生 年齢を測定し、「実年齢 あなたはど

## 15日 1613 会 日付(曜日) 開始時間 班名(内容等) 〈12月〉 下本町・神野班(健康自己チェック) 16日(月) 14:00 岩倉ホーム 虹の会班(ボッチャ、健康自己チェック) 特養ちあき第二 17日(火) 13:00 14:30 ケアハウス地域交流スペー めだかの学校班(脳トレ) 20日金 10:00 すいせん班(いきいき体操、健康自己チェック) 江南年金者班 (健康自己チェック) 21日(土) 9:30 中央コミュニケ ーションセンタ 大和東班(骨粗鬆症の話、健康自己チェック) 10:00 萩原ホーム 10:00 いなざわ歩こう会班(反省会と懇親会) 稲沢市民会館講習室 14:00 デイサービスまったり 西御堂班(ぼけますからよろしくお願いします DVD 鑑賞、健康自己チェック) 新いづみ班 (ボッチャ、健康自己チェック) 23日(月) 13:30 新いづみ集会所 千秋病院エントランス 25日(水) 10:00 年金一宮班 (署名) 9:00 パソコンサークル(パソコン教室) 友の会事務所 〈1月〉 友の会事務所 8日(水) 9:00 パソコンサークル(パソコン教室) 14:00 犬山健康友の会班(ボッチャ、大腸がん自己チェック、健康自己チェック) 長者町会館 13:30 元気あっぷ教室班(健康自己チェック) 9日(株) 岩倉ホーム 江南団地班 (ふれあい昼食会、健康自己チェック) 10:00 江南団地集会所 10:00 稲沢市民センター 10日金 稲沢西班(ボッチャ、大腸がん自己チェック、健康自己チェック) 13:30 江南団地・なごみ班(コグニサイズ、健康自己チェック) 江南団地なごみ集会場 10:00 二二二二会班(認知症予防体操) 特養ちあき第二 13日(月) 青山さん宅 10:00 南野本郷班(健康自己チェック) 春日井さん宅 14:00 カサブランカ班(初釜) 九日市場 D 班 (健康自己チェック) 妙法寺 14日(火) 14:00 加納馬場班(脳トレ、健康自己チェック) 13:30 柴田さん宅 15日(水) 13:30 高屋班(ボッチャ) 永正寺 茶所

ました。66名の方が血管 の測定コー ナーを出店し

友の会ニュ

ースを地域の隅々まで

負担になることはありま

未加 江南支部 川 入の方に 届ける ことから みき子

り、7月号から ニュースが届い ます。その中に 度、「お茶会」 人が2人いるこ ことになりまし ついでの配布ですから とが分か をしてい 配布する 7 友の会 いない

っています!! できれば班をつくった こうき 名員の夫からは まずは未加入の方にニュ めてみようと思います。

もあります。 スを届けることから進 と要望もあるので、

と届けなければならない せん な Oで、 いとか、相手が欠席だ が、自身が参加でき ちょっとだけ苦労

気の合う仲間と月に一