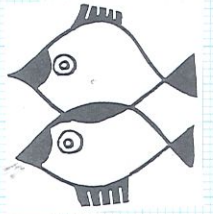




ふるたか

2021年7月第114号

香川医療生協古高松支部運営委員会
連絡先 812-5331



古高松支部も20年目に

5月26日、ほっこりで支部総会を開きました。コロナ禍の中でしたので、豊岡常務理事、安西組活職員、支部三役（支部長、副支部長、会計）会計監査1名の6名で、感染防止策を取りながら20年度の振り返りと21年度のやりたいことを話し合いました。

21年度の支部のテーマ

「誰もが安心して住み続けられる協同の「わ」が広がっている」

21年度は、コロナ禍の状況に応じて、居場所ほっこのり活動、班会を中心に連絡を取り合って歩んで行きたいと思います。運営委員の高齢化もあり、至らない点も多いですが、皆様のご協力をお願いいたします。

2021年度運営委員

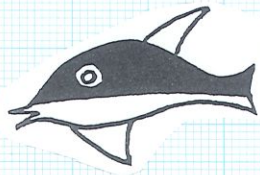
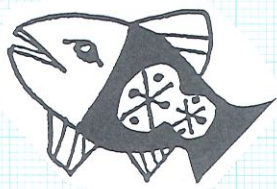
支部長 原田まさ子
副支部長 吉田紀美代
会計 植村弘美
運営委員 浅田廣美、泉谷透、小川澪子
佐々木正勝、谷本美那子
会計監査 加藤昌代、圃久保俊子

担当理事 豊岡常務理事

支部ニュース (原田) 機関紙 (原田)
専門委員会 健康づくり (谷本) ボランティア (原田)
平和・社保 (佐々木)
助け合いネット (吉田、佐々木)

2021年支部目標

*仲間増やし(人) 5
*出資金増やし(千円) 500
*班づくり(班) 1
*担い手増やし(人) 3



支部短信

*7/13(火) 13:30~第39回映画会
「僕のワンダフル・ライフ」

2016年製作 アメリカ映画

人の人生があるように、犬にも犬生がある。人と犬との巡り合わせをあたたく描いたのは、スウェーデン出身のラッセ・ハルstrom監督。

*8/17(火) ミニ講座「人生会議」

高松市の出前講座で、市の広報でも呼びかけていますが、最後まで自分らしく生きるため、今後のことを話し合ってみましょう。

班会だより

(班会は5月13日~6月4日まで中止でした)

ほっこり 4月 年間計画、誕生会
5月 体操、折り紙
月見草 4月 コロナ(接種)について
キネマ 4月 年間計画
5月 映画会
みみずく 4月 年間計画、健康チェック
5月 体操、脳トレ

握力を測り、自分の筋力を知ろう

6月15日健康福祉ミニ講座を開催しました。握力測定器で、各参加者の筋力を測定しました。やはり衰えていて、平均以下の方が多かったです。

握力は、全身の筋力との相関が高く、高齢者のサルコペニアの診断基準の一つとして活用でき、また、握力の低下と認知症の発生リスクの相関があるそうです。最後に、お手玉を握り遊びました。

