

綾川支部ニュース 7・8月号

5月7日(火)、2024年度の支部総会を綾川民商事務所で開催し、組合員6名の他計9名が参加しました。

担当の刎田理事より総代会議案の説明のあと、23年度の活動・会計報告、24年度の活動方針・役員の確認を行いました。

役員・総代は右のとおりです。今年度もよろしく願っています。

綾川支部は担い手さん不足に悩んでいます。お手伝いしていただける方を募集しています。是非お声掛けください。

★24年度運営委員

福本博子、大西泰子
三好徳子

★24年度総代

大西泰子
三好徳子
福本博子
平尾康史

2024年度

支部総会のご報告



お知らせ

居場所「るるぶ」 演奏会

日時

7月18日(火) 13:30～

演奏

四つ葉のクローバー

すこしお(減塩)の食事に取り組もう

塩分量が多いとこんなにリスクが…

塩分をとりすぎると、むくみ・血圧が上がる・のどが渇くなどの症状が誰にでも現れます。これを気にせずに塩分過剰な状態が続いてしまうと、腎臓や心臓などに負担がかかり、病気を引き起こす可能性があります。

1日の塩分摂取量の目安は…

世界保健機関(WHO)は、世界の人々の塩分摂取目標量を1日5gとしていますが、日本では、1日の塩分摂取目標量を男性8g、女性7gとしています。最新の2014年の国民健康・栄養調査では塩分摂取量が9.7gとなっています。医療福祉生協では、1日あたり6gをめざしています。



よろしく
お願いします

支部活動へのご協力、願っています！

また、お困りごとのご相談もお受けいたします。

連絡先: 支部長(福本)080-5667-0641 / 組合員活動部(大林)090-6285-8105

