



2020.7.8 月号 太田南支部ニュース



- ①支部総会開催終了のお知らせと報告
- ②医療生協の理念
- ③2019年度 班・居場所の報告
- ④2020年6月より再開した班会
- ⑤2020年度通信教育のお知らせ・補助額一覧

①支部総会開催終了のお知らせ

2020年度の支部総会は、新型コロナウイルス感染症集団感染予防の為、理事会にて従来通りの開催が出来ないと判断し、時間を出来る限り縮小し、役員のみで最小人数で開催、終了致しました。

つきましては、今年度のテーマ、四課題目標、役員体制など下記にて報告させていただきます。詳細を希望されます方は、支部長又は組合員活動部まで連絡いただきますと総会資料をお渡しいたします。

事後報告となり、心苦しい思いですが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。引き続き感染拡大が心配されております折、くれぐれもご自愛ください。

☆2020年度支部総会報告☆



<支部のテーマ>

地域の環境整備・支部の健康づくり



<四課題目標>

- ・仲間増やし 7人
- ・出資金増やし 450千円
- ・担い手づくり 2人
- ・班づくり 1班

<支部運営委員>

支部長：大村実千代 副支部長：長町瑠璃光
 会計：真室喜美代 監査：古川智恵子
 運営委員：岩佐月美・佐伯恵子・三宅良子
 高木厚子・田中禮子・多田邦夫

②【医療福祉生協の理念】

健康を作る・平和を作る・いのち輝く社会を作る・その為に、地域まるごと健康づくりをすすめます。地域住民と医療と福祉の専門家が協同します。多くの人々の参加で、地域に協同の“わ”を広げます。

③2019年度班・居場所活動報告

<班活動の実績及び取り組み成果>

2019年4月～2020年3月

名称	実施回数	実人数	出席者総合計	取り組み内容と成果
かけはしA	8回	12名	76名	90代・80代・70代の方の月1回の昼食会であり、定着している。高齢者の孤立を防ぎ、地域の絆を強めることが出来ている。
かけはしB	8回	14名	54名	昼食作りと援助の体制を取りくむメンバーの高齢化対策を検討する時期に来ている。
焼きそば	8回	14名	59名	かけはし同様、長い経験と歴史のある取り組みである。高齢化対策が望まれる。
脳いきいき	12回	5名	48名	認知症予防対策を中心に、数学・漢字・クイズ等に取り組んだ。
ラジオ体操	269回	13名	1798名	90代・80代・70代の方を中心に、月25回実施。1日のスタート、介護予防・認知症予防として、高齢者の生命線として取り組んでいる。新メンバー2名

<居場所の実績及び取り組み成果>

2019年4月～2020年3月

名称	実施回数	実人数	出席者総合計	取り組み内容と成果
ピラティス	51回	13名	407名	介護予防・認知症予防・体調管理として位置づいて、出席率が向上している。高松市の健康づくり実践団体に登録。今後も継続することが望まれている。
香川医療生協	46回	15名	228名	手芸・調理を中心に、参加者の交流に重点を置いている。出資金集めも強化した。
硬筆スマイル	77回		大人282名 子供812名	親の友人関係から、仲間を増やし、新加入7名でした。2020年新加入目標は5名。コロナウイルス感染防止の為、再開に課題が残る。

④2020年6月より再開した班会

	名称	日程	時間	実施場所	自己負担金
NO.1	ラジオ体操(班)	月~土	6:20~7:00	【はーもにー】駐車場	なし
NO.2	脳いきいき(班)	毎月第2水曜	13:30~15:00	【はーもにー】2F	なし
NO.3	ピラティス(居場所)(自主運営中)	毎水曜	9:30~11:00	仏生山公園芝生広場 or 仏生山体育館	なし (体育館使用の場合、負担あり)

※7月からの居場所再開について、詳しくはお問合せ下さい。(場所変更の可能性あり)

コロナウイルス感染症予防対策は、今大きな課題です。

ラジオ体操班・ピラティス(居場所)では、肺機能維持の為、呼吸・口腔・体操・笑いヨガ等を、3密を避けて取り組んでいます。

【参加の場合の注意事項】

- ・風邪の症状や発熱(37.5度以上)の場合、参加自粛
- ・2週間以内渡航歴のある方、参加自粛
- ・活動前と後での手洗い・マスク着用・手指消毒
- ・可能な限り、距離を空ける
- ・(室内の場合)30分ごとの換気
- ・原則飲食禁止
- ・使用前・使用後に、開催場所の清掃・消毒
- ・できる限り、共用使用を避ける。(例:血圧計・ボールペン等)
- ・会の責任者は、参加者の連絡先などを把握しておく。

感染症拡大防止にご協力ください



<p>人との間隔は2m(最低1m)空ける</p>	<p>症状がなくてもマスク着用</p>
<p>毎朝、体温測定・健康チェック</p>	<p>買い物は1人で済んだ時間に</p>
<p>手洗いは丁寧に</p>	<p>こまめに換気</p>
<p>感染が流行している地域への移動は控える</p>	<p>すいた時間を選んで運動</p>

☆感染症予防対策を取りながらの熱中症予防ポイント☆

<h3>1 暑さを避けましょう</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整 ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整 ・暑い日や時間帯は無理をしない ・涼しい服装にする ・急に暑くなった日等は特に注意する 	<h3>3 こまめに水分補給しましょう</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・のどが渇く前に水分補給 ・1日あたり1.2リットルを目安に ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに
<h3>2 適宜マスクをはずしましょう</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意 ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を 	<h3>4 日頃から健康管理をしましょう</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・日頃から体温測定、健康チェック ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養
	<h3>5 暑さに備えた体作りをしましょう</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・暑くなり始めの時期から適度に運動を ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

⑤2020年度通信教育ご案内

医療生協では、組合員活動の一環として、下記のような通信教育を行っています。
先着10名様まで、申し込み価格で受講出来ます。
新しい自分を発見するために、是非受講してみてください。



	コース名	受講料	申込価格
1	医療福祉生協の支部運営員・班長	4,700	700
2	医療生協と憲法	4,700	700
3	医療生協と明るいまちづくり	4,700	1,000
4	入門・協同組合と医療福祉生協の生い立ち	4,700	1,000
5	高齢期のいきいき生活(ライフデザインノート付き)	6,500	2,000
6	医療福祉生協のいのちの章典	6,100	1,500
7	医療福祉生協の地域包括ケア	6,500	2,000
8	地域まるごと健康づくり	6,500	2,000

<お問合わせ> 支部長 大村 888-2091
南組合員センター 888-7172