

# あかるいまち21

2018年9月25日 No.1169 組合員活動推進課 TEL082-532-1264

	9月累計	2018年度
組合員ふやし	67人	473人
出資金ふやし	378万円	4551万円
純増	▲184万円	460万円

## 体力測定会&セラバンド体操体験会

9月14日(金)、生協けんこうプラザにて「体力測定会&セラバンド体操体験会」が開催され、36名の参加がありました。体力測定会は毎年開催のため、年1回の測定を楽しみにしている組合員さんもいらっしゃいます。

測定項目は文部科学省の「新体力テスト」項目に沿って、①握力 ②上体起こし ③開眼片足立ち ④10m障害物歩行 ⑤6分間歩行 ⑦長座体前屈の6項目を測定します。

測定後は、各項目の測定意義をリハ科より学びました。

後半には「セラバンド体操体験会」を行いました。パソコン機器による突然のトラブルに見舞われドタバタとしてしまいましたが、理学療法士さんより正しい体操のコツやどこの筋肉に効いているかを学ぶことができました。



参加者の感想  
【体力測定について】  
・もっと体力があると思っていたが頑張らないといけないと痛感・・・  
・楽しかったです。自分の体力を知り、弱い部分が分かったので今後力をつけたい。  
・初めて測定する項目があり、体験できてよかったです  
【セラバンド体操体験会】  
・ゆっくりとした動きがとても体に気持ち良かったです  
・班会で実行していきたい  
・運動効果が高く、簡単にできそうでした

## 生協強化月間キックオフ集会 パート1

9/19(水) 13:30から、2018年度生協強化月間キックオフ集会が開催されました。

冒頭、藤原秀文理事長はあいさつの中で、月間だから増やさなくてはいけないと気負わず、地域の中で対話を広げるきっかけとして取り組んでほしい。また、今年度前半大きく前進した班づくりに触れられ、新しくできた班活動でのつながりをいかし、まちづくりにつながる対話を進めていこう！その中で組合員増やしが進んでいくような月間であってほしいと述べられました。

今回の講演は日本医療福祉生協連より松本弘道常務理事をお迎えし、「みんながつながって協同のまちづくりを」のテーマでお話しいただきました。

お話のさわりではご自身の幼少期の生き立ち・経験を通して見る「地域」を語られ、参加者の心をギュッと掴まれるところはさすがで、そのあと60枚以上にも上るスライドを用いての講演でしたが、なぜ組合員を増やし、医療生協を広げるのか、組合員を増やしてどんないいことがあるのかなど、分かりやすく丁寧にお話しいただきました。

