

あかるいまち 21

No.1524 2022年7月 21日
組合員活動推進課 082-532-1264

	7月	2022年度
組合員ふやし	58人	396人
出資金ふやし	702万円	3509万円
純 増	△125万円	△405万円

新しい取り組みを始めました！

～ピラティスで若い世代との繋がりを！～

無印良品アルパーク店の会場を借りて班活動が行えることをきっかけに、その場所で何か新しい取り組みができないか？と思いを巡らせたのち、子育て世代のお母さんを対象にピラティスをやってみよう！と計画が始まりました。

ピラティスとは、身体のストレッチ・筋力強化・バランス強化のためにデザインされたエクササイズと身体の動作法で、インナーマッスルを働かせながら腕や足を動かすことで、姿勢改善やダイエット、ストレス軽減などの効果があります。

7月8日の開催に向けて、のびのび・ぴよぴよクラブや生協小児科で1か月半、広報を行いました。当日なんと参加者は0名！（無印良品の店員さんには参加してもらえましたが）😞😞😞

企画チームでは、今回の取り組みで改善する所はどこなのかを把握するべく、まずはのびのび・ぴよぴよクラブの参加者にピラティスを体験してもらい、色々と意見をいただこうと思います。そして、次回の開催に向けて準備を進めていきます🌈

皆さんもやってみたいことや新しいアイデアがありましたらお声かけください！



己斐上支部介護学習班

「受援力」について考えました

7月15日（金）己斐上集会所にて社会福祉士の飯星さんを講師に介護学習班の班会を開催しました。「受援力」をテーマに、SOSを発する声の大切さと、その声を地域で高めあうことについて事例を紹介しながら学習しました。自助努力が蔓延する社会で、認知症がどんなに進行した方でも「自分の子どもに心配をかけるわけにいかない」と、相談を躊躇する方も少なくないそうです。

飯星さんは、「相談することは事態を動かすちょっとしたきっかけになり得るので、どうか相談に一步踏み出してほしい、隣近所や友人に異変を感じたときはSOSを発信してほしい、地域の中で受援力を高めあってほしい」と訴えられました。

学習のあとは生協利用委員の組合員さんから、「かんおん24」と「くさつ24」についてご紹介いただきました。また、ご自身がヘルパーを導入している方から利用状況と経緯をお話いただきました。

最後に、介護する家族のケアも必要だという視点からも、制度の利用や社会とのつながりを大切にしたいと締めくくりました。

ちょっとした変化を感じ、「お困りごとはないですか？」と声を掛け合いたいですね。

