

あかるいまち 21

No.1553 2022年11月11日
組合員活動推進課 082-532-1264

	11月	2022年度
組合員ふやし	52人	826人
出資金ふやし	325万円	8,251万円
純増	△182万円	347万円

広島市との共催企画 「健康づくり講座」

10月27日、広島市との共催企画である「健康づくり講座」が行われました。講師は地域支えあい課の高木望 保健師さんで、血管についてのお話をして頂きました。今回の講座で行った「血管年齢の測定」に興味を持ってきてくださった方が多かったようで、実際に測定した結果を見ながら、保健師さんに「この値はなんでこうなるんですか？」と皆さん沢山質問されていました。



食物の塩分濃度についてのクイズや、「+10」の合言葉（毎日10分余分に体を動かす）など、わかりやすく血管について説明して頂きました。



血管年齢を若く、健康に保つには、1にも2にも、食事と運動だそうです。頂いた感想シートの中では、分かりやすかった、また聞きたいという言葉が多く頂きました。これからも広島市の方とも協力しながら、皆さんに有益な情報をお届けしていきます。

地域の組合員さんと顔つなぎがしたい ～牛田支部～

10月11日（火）、組合員2名、職員1名で組合員訪問を行いました。昨年、東区南支部より独立した牛田支部としては初めての訪問行動です。まずは地域の組合員さんと顔つなぎをしたいということで支部長が手配りしている地域をまわり、生協に加入したきっかけや近況を伺い、支部の活動紹介をしました。地域の組合員さんの状況を把握することはとても大事だと再確認しました。そして10月27日（木）にも手配りさん



に同行していただき、第2回目の訪問。広範囲を手配りしてくださっていて部数も多いということで、新たに手配りに協力してくださる方を探しに……。同じマンション内と近所であればウォーキングがてら配りますよと快く引き受けてくださいました。町内でおしゃべり会ができればという要望も聞くことができ、支部で検討することになりました。

