

あかるいまち 21

No.1602 2023年7月15日
組合員活動推進課 082-532-1264

| | | |
|--------|-------|---------|
| | 7月 | 2023年度 |
| 組合員ふやし | 54人 | 364人 |
| 出資金ふやし | 225万円 | 3,543万円 |
| 純増 | △58万円 | △487万円 |

野菜をたくさん食べて健康に！！けんこうチャレンジ2023はじまるよ！交流会

6月27日（火）、「けんこうチャレンジ2023はじまるよ！交流会」が行われました。県内4つの生協から42名の参加者が集まりました。今回の目玉は「ベジチェック」。

手のひらから野菜の推定摂取量を測定することが出来る機械です。これを目当てに来られた方も多く、測定結果を見ながら一喜一憂されていました。

前半は広島県健康福祉局 健康づくり推進課島谷道子主査より、「食と栄養について」のご講演いただきました。「日々の中で、つい食生活への意識がおろそかになってしまっている。もっと意識したい。」といった感想がありました。

後半の動画発表では、各生協それぞれの取組について知ることが出来ました。当生協からは「一緒に楽しく体操して健康に！」という題で日常に取り入れられる体操動画を発表しました。是非これからの班活動等にご利用下さい。

今回学習したことを生かし、「けんこうチャレンジ」を昨年度よりもっと広げて行きます！



楽しく歯磨き！ コーポのびのびクラブ「子どもの歯について」

生協歯科ひろしまの歯科衛生士さんが参加し、歯磨きの大切さや、楽しく出来るコツなどを伝授してもらいました。

歯磨きは「不愉快」「怖い」というイヤイヤ期のお子さんへの対処方法で大切なのは
“まずはスキンシップ”

「無理やり歯ブラシを口に入れるのではなく、遊び感覚で少しずつ歯ブラシに慣れてもらうことが大事です。」と資料、スクリーンを使いながら、丁寧に説明して頂きました。お母さん方も、子どもたちを遊ばせながら、熱心に聞いておられ、質問が飛び交いました。

歯が生えたあとの、フッ化物の濃度、使用量、方法など、普段教えてもらえない事についての指導があり、「とても勉強になりました。」との感想がありました。これからも、組合員さんの子育てのお役に立てる講座を開催していきます。

