

# あかるいまち 21

No.1608 2023年8月4日  
組合員活動推進課 082-532-1264

	8月	2023年度
組合員ふやし	14人	424人
出資金ふやし	74万円	3,821万円
純増	△20万円	△902万円

## 泣き虫おじさんの「闘病記」から「闘わない記（氣）」

### ～西区西支部まなび班～



7月21日（金）、草津東集会所で開催し、参加者は18名でした。今回は広島中央保健生協の大野常務理事を講師にお招きし、昨年脳卒中を発症された際の闘病期間から仕事復帰にかけての体験談や、現在生活の中で取り組まれているリハビリ内容（新聞記事の提供、空手、家事など）などを伺いました。2024年5月に五日市に開設する看多機の紹介もあり大変盛りだくさんでした！

病院だけではなく、自宅でのリハビリ、また人とのつながり（社会参加）がいかに大切であるかを学びました。

参加者の方々にいただいた感想を一部ご紹介します♪  
○与えられた命を一生懸命歩んでおられる姿を拝見し自分も頑張らないと、と力を頂きました。夢を持ち続け前進あるのみの意欲には感服いたします。体調にはくれぐれも気を付けられいつまでも希望の星として前を歩んで下さい。



○大野さんのお話は面白く時間がすぐにたちました。看多機についてほぼ初めてちゃんと知れました。10の基本ケアもとてもよいと思いました。○在宅リハビリ内容が充実していて、感動しました。草津学区にも看多機をぜひ運動して行きたいと思います。



### 新班ができました♪ ～福島支部～

7月中旬、班を作りたいとご連絡をいただき、組合員さんのご自宅に伺いました。集まってくださった方いろいろとお話をする中で、みなさん体を動かしたいという要望が多く、体操を中心に楽しいことをやろうということに！話がどんどん進み、早速、第1回目の班会を7月26日（水）、参加者7名で県営住宅の集会所で開催しました。



コロナ感染者が増えていることもあり、ご自身の平熱を知ることや体温計の使い方など、また食中毒が流行る時期なので症状が出た場合の対応の仕方を学びました。その後は運動パートへ！棒を使った体操や上から棒を落として握めるかどうか瞬発力を試したり、口腔機能を高めるため、あいうべ体操をしたりと、楽しく体を動かしました。最後に班名をキラキラ班と決定🌸

参加者のご要望を聞きながら、楽しい班にしていきたいと思えます。

