

あかるいまち 21

No.1733 2025 年 6 月 18 日
組合員活動推進課 082-532-1264

	6 月	2025 年度
組合員ふやし	65 人	281 人
出資金ふやし	1,710 万円	3,554 万円
純 増	115 万円	△427 万円

元気の暮らしの第一歩は、自分の身体を知ることから！

～共催学習会「人生 100 年時代も元気じゃけん！～元気で長生きするために～

5 月 29 日（木）生協けんこうプラザにて、広島中央保健生協・広島医療生協・広島市の共催学習会「人生 100 年時代も元気じゃけん！～元気で長生きするために～」を開催しました。参加者は職員含め 32 名でした。



越岡理事からのご挨拶の後、講師の広島市健康福祉局の岡桃子さんの講演が始まります。広島市民の運動習慣、飲酒状況や医療費などの現状にしっかり触れながら、早期対策の大切さや健診を受けることの重要性を分かりやすく簡潔に解説してくださりました。途中、講演内で触れた「30 分に一度立ち上がり身体を動かす」を実践するように、簡単なストレッチの時間が設けられており、少しリフレッシュ♪ ちょっとした気分転換を挟み身体がほぐれたことで、集中を保ったまま話を聞くことができました。



参加された方々からは、「自分の生活を見直す機会になった」「健診を受けようと思いました」「いつまでも健康で長生きしたいです」と、前向きな感想が多く届きました。

広島中央保健生協では健診センターや各事業所などで健診を受けることが可能です。オプション健診には組合員価格も適用され、オトクにさまざまな種類の健診を受診できます。ぜひ健診を受けて自分の身体の状態を把握し、元気な生活を続けていきましょう！

みんなで楽しく長生きを目指して～南区支部総会～

2025 年 5 月 24 日、南区東支部総会を開催いたしました。

参加者は職員含め 16 名でした。最初に、支部長の杉本さんから呼びかけられ、昨年度亡くなられた運営委員さんに黙とうを捧げました。

その後戸田理事より生協の方針説明、小田副支部長より支部のまとめと方針についての説明がありました。特に生協の方針の中の福島生協病院についてや、経営状況についての質問を多く頂きました。

2 部では介護事業部の浴長佐枝子さんを講師に「認知症についての学習会」を開催しました。いざ、周りの人が認知症になったときなどにどうすべきかを、浴長さんの訪問介護の際のお話等を例に出していただきながら、大変分かりやすくお話頂きました。

最後は、「みなさん元気で長生きを目指しましょう！」と参加者の皆さんで言いあって和やかに終了しました。これからも支部の皆さんと一緒に、楽しく活動していきたいです！

