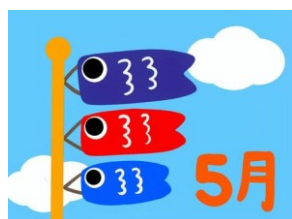


みんなでつくる医療生協・支部・組合員活動《福井市内版》 2025年5月～6月

福井県医療生協 福井市・病院ブロック 組合員ルーム「だん・だん」 ☎ 090-9760-3900



＜5月～6月のスケジュール＞ 午前 10:00～12:00 午後 1:30～3:30

寒暖差の大きい春。体調をくずしている人が多いように思います。新緑の美しい季節になり、気候も安定してきました。新年度の活動が始まっています。あなたも医療生協の活動に参加して、「健康づくり」の仲間になって楽しんでみませんか。

	月	火	水	木	金	土日
午前	5/12	13 ギター	14	15 あみもの	16 短歌教室	休館
午後	パソコン	パッチワーク	オカリナ	だん・だんカフェ	ギター(上級)	
午前	19 休館	20	21 休館	22 あみもの	23 着物リメイク	休館
午後		休館	漢詩を歌って 中国語		越前和紙で アートフラワー	
午前	26	27 ギター	28	29 あみもの	30	休館
午後	パソコン	パッチワーク	オカリナ			
午前	6/2	3 笑いヨガ	4	5 あみもの	6	休館
午後		休館	漢詩を歌って 中国語	会議使用	ギター(上級)	
午前	9	10 ギター	11	12 あみもの	13 着物リメイク	休館
午後	パソコン	パッチワーク	オカリナ		越前和紙で アートフラワー	



3月29日食料無料支援に89名の来場者、20名にお届けしました！

お米が値上がりして高止まりする中、生活が苦しいと感じる方が増えています。食料支援を求める列はこんなに長くなりました。食料品、日用品など、組合員さんからのあたたかな支援、ほんとうにありがとうございます。

ただ、組合員さんや福井市フードドライブ事業などからの支援だけでは足りず、毎回食料を購入しています。地域の困っている方に手を差しのべる活動に、これからもご協力をよろしくお願いいたします。

東安居準備支部でポッチャ体験会！ 盛り上がりました！

東安居準備支部は、地域の組合員さんで楽しく身体も動かして交流しようと4月23日「ポッチャ交流会」を開催しました。光陽クリニックの会議室に5名が集合。光陽生協病院のリハビリ職員の説明とデモンストレーションを受け、チーム分けをしてプレイ開始。的となる白いジャックボール目がけてボールを転がすと、転がり過ぎてしまい加減がなかなか…。何とか自分のボールを近づけるため、相手のボールを弾き飛ばすなど結構頭も使い、チーム内の協力も必要です。ワーワー、キャーキャーと盛り上がり汗もかいて、すっかり魅力に取りつかれたみなさん。「続けていきたいね」と次を望む声が聞かれました。



ポッチャは、ジャックボールと呼ばれる白いボールに、赤と青のボールを6球ずつ投げて、いかに近づけるかを競うスポーツです。障がいがあっても楽しめる人気の「ユニバーサルスポーツ」です。

まだ未体験の方、ぜひ一度体験してみませんか？

共に医療生協を支える仲間に！

福井市・病院ブロック役員と医療生協職員が協力し合い、光陽生協クリニックの待合室で、「あなたも組合員さんになって、共に医療生協を支えていただけませんか」とお伝えする「菜の花活動」を行いました。出資金増資や組合員活動のことも併せてお伝えしました。「健康」をキーワードに、地域で支え合う組合員活動に、ひろがれ！賛同の輪♡



福井市東部地区で新たな班活動スタート！



月1回、組合員さんのお宅に集まって、ピアノやオカリナを演奏するとともに、なつかしい歌を歌う会。声を出すことは健康にもつながりますね！

だん・だんカフェで ミニミニ健康講座スタート



毎月第3木曜日にオープンしているだん・だんカフェ。4月から、元看護師 奥出なみ子さんのミニミニ健康講座が開校しました。初回の4月17日は、「気をつけよう！砂糖のとり方」。

みなさん何となく、白砂糖はよくないことは知っていましたが、あらためて砂糖のとりすぎが健康に及ぼす影響を具体的に知ることができました。煮物に砂糖を使用するのも、徐々にその量を減らしていくことで、砂糖を使用しなくても美味しく食べることができることを知りました。

実践していきたいですね！



次回は、5月15日(木)
13:00～15:30です！