

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10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



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

酷暑の夏が過ぎ、ようやく秋らしい日が続くようになりましたが、油断は禁物、まだまだ暑さがぶり返す日がありそうです。体調管理につとめ、引き続き運動と食事と楽しい交わりを大切に(フレイル予防ですよ!)毎日を過ごしましょ

	月	火	水	木	金	土日
午前	10/6	7	8	9 あみもの	10 着物リメイク	休館
午後		休館	オカリナ	休館	越前和紙の アートフラワー	
午前	13 休館	14 ギター	15 休館	16 あみもの	17 短歌教室	休館
午後		パッチワーク	漢詩を歌って 中国語	だん・だんカフェ	ギター(上級)	
午前	20	21	22 笑いヨガ	23 あみもの	24 着物リメイク	25(土) くるくる ごはん
午後	健康麻雀	休館	オカリナ			
午前	27	28 ギター	29	30 あみもの	31	休館
午後	パソコン	パッチワーク		エンディング講座		
午前	11/3 休館	4	5	6 あみもの	7	8(土) くるくる ごはん
午後		休館	漢詩を歌って 中国語	会議使用		
午前	10	11 ギター	12	13 あみもの	14 着物リメイク	休館
午後	パソコン	パッチワーク	オカリナ			

10月です！医療生協の強化月間が始まります！

みなさん、お友だちやお知り合いに、ぜひ医療生協のことをお伝えください！



♥ 医療生協は、患者さんの立場に立った民主的な医療機関として、47年前に、多くの組合員さんの出資金で創立されました。

♥ 病気の治療だけでなく、病気にならないためのさまざまな取り組みをしています。また、「地域まるごと健康づくり」をめざして、地域での健康チェックや健康教室を開催しています。

♥ 組合員ルームでは様々な班活動で、組合員さんどうしのつながりを深め、毎日をいきいき送ることをめざしています。





9/27 けんこうまつり、ご協力ありがとうございました

- ★野外でのけんこうまつり、直前まで天気予報とにらめっこの毎日でしたが、おかげさまで、天候に恵まれ、ちょっと強めでしたが、さわやかな風の中、バザーやステージ企画、模擬店に多くのご参加をいただきました。
- ★組合員のみなさん、どうもありがとうございました！！

エンディング講座で「もしバナゲーム」に挑戦！

人生の最期をどんなふうに過ごしたいか、

ゲームを通して、

真剣に考え合いました

余命半年宣告を受けたら、あなたはどんなことを望みますか。最期の時を病院で迎えたいですか、それとも慣れ親しんだおうちで迎えたいですか。

とっても大切だけど、日ごろはなかなか口に出せないことをこの日は参加者どうし、考え合うことができました。

大切なのは、元気なうちに自分の意思を家族に伝えておくということ。延命治療はしてほしくない。いや、最期まであきらめずに治療したい。その人によって気持ちはさまざまです。自分の意思が伝えられなくなってから後悔することのないように、今できることをやっておきたい。そんなふうに思えた大切な時間になりました。

参加者のみなさんからはこんな気持ちが語られました。

- ♥ 家族に見守れたい
- ♥ 治療は点滴だけにしてほしい
- ♥ 苦痛は取り除いてほしい
- ♥ 信頼できる医療機関のお世話になりたい…

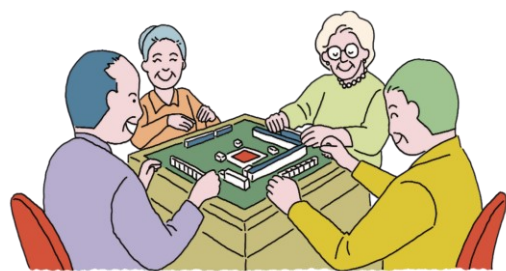
年を経るとまた気持ちが変わるかもしれません。定期的にエンディングノートを見直していくことも大切ですね。



健康麻雀スタートします！

初回は10月20日（月）

午後1：30～3：30



ご希望の方が4人集まりました。この日が初顔合わせです。自己紹介のあと、みなさんで麻雀を楽しみましょう。

健康麻雀は、脳の活性化、コミュニケーションの促進、健康増進を目的とした健全な麻雀です。高齢者のフレイル予防に役立つとのことで、現在、全国的に注目されています。

木曜日希望の方も聞いていますので、11月は木曜日開催も検討しています。

だん・だんカフェ 9/18 参加者 22 名といっぱい！



あなたもぜひお友だちをさそってぜひご参加ください。お茶・お菓子無料！ミニ健康講座、うたう会もありますよ！

パステルアート&筆文字体験会を開催！

講師の竹内沙織さんのやさしい指導で、まずはパステルを茶こしで粉にしていきます。その粉を指につけて、型紙をなぞっていくと、素敵な絵が完成。パステルは初体験のみなさんから、「楽しい！」の声が。絵心がなくても大丈夫。どんぐりやお月様に目や口を入れたら、筆ペンで文字を入れて完成！

次回は11月17日午後1:30から、クリスマス进行をテーマに開催します。ぜひご参加くださいね！

