

中新井・並木支部ニュース

◇中新井支部（中新井1・2・3・4・5丁目・中新井）
◇並木支部（並木2・3・7・8丁目）
2023年2月 No93 運営委員会編集

医療生協さいたま

・中新井地域連絡先：伊藤
FAX 2942-0851
・並木地域連絡先：桜井
FAX 2995-1903

中新井・並木支部の総会に参加を

支部総会第一部では、「介護保険の歴史と現在のシステム・今後の改悪について」を学び、懇談会をします。

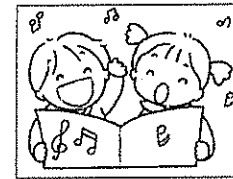
第二部では、総会を開催し、引き続き中新井地域と並木地域の分割に向け、活動を通し、体制を整えていくことにします。医療生協組合員の声を活かしたいので参加をお願いします。

◎ 日 程 2023年3月13日（月） 10時～13時 昼食弁当を用意します。

◎ 場 所 埼玉西協同病院・新館・3階会議室

◎ 内 容

- 第1部・介護保険の歴史と現在のシステム・今後の改悪について 10時～11時30分
- 第2部・中新井・並木支部の総会 11時30分・昼食～13時



埼玉西協同病院内・ゆるっと市

埼玉西協同病院内・地域コミュニティルームゆるっとでは、地元野菜手作り作品等の販売をしています。気軽にお立ち寄りください。

- 日 時 2月8日（水）11時～13時 毎月第2水曜日開催
- 場 所 埼玉西協同病院内・地域コミュニティルームゆるっと
- 持ち物 エコバッグをお持ちください。
- お問い合わせ 埼玉西協同病院 担当 原田 電話 070-2154-7354



さんともキララ・多世代参加型子ども食堂

多世代参加型子ども食堂は、どなたでも参加できます。11日祝日のため18日に

- 場 所 テラスさんとも（老人保健施設さんとも北側）
- 参加費 ・大人300円 ・子ども（小・中学生100円）小学生未満は無料
- 日 程 2月18日（土） 毎月第2土曜日 12時～13時 毎月1日から事前受付
- 申込先 埼玉西協同病院 原田 電話 070-2154-7354

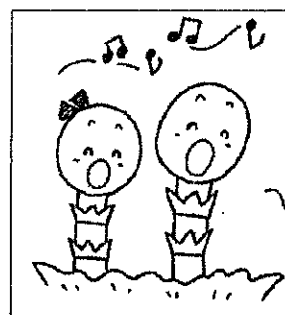
農地と日比田の調節池へ

1月ウォーキングは、所沢市内の神社めぐりをし、昼食「ちとせ」がお休みで一緒にできず。2月ウォーキングは、農地が広がる日比田と調節池へ、春の訪れを歩いてきます。筋肉を減らさないため、毎月地元のウォーキングで所沢の町歩きを楽しんでいます。どなたでも参加でき、申込は要りません。お友だちを誘って気軽にご参加ください。

◎ い つ 2023年2月15日(水) 雨天・強風中止

◎ 集合場所 航空公園駅・改札入口前

◎ 集合時間 午前 10 時



◎ コース ・歩行距離約7 km ・歩行時間約3時間(休憩をとりながら歩きます。)

○ 航空公園駅……加チャパーク……サイクルふれあい館……日比田調節池……東川……航空公園駅

◎ 主な持ち物 ・昼弁当 ・水筒 ・雨具類 ・歩きやすい服装 ・交通費 ・健康保険証

◎ お問い合わせは 桜井さんへ ☎ 2995-1903 (当日携帯 090-6957-5087)

○ 3月ウォーキングは、15日(定例・第三水曜日)花が咲く場所を計画します。

スマホ教室・毎月第2火曜日開催

埼玉西協同病院さんとめの職員が、スマホの便利な使い方を個別に教えます。2月1日から受付

○ い つ 2月14日(火) 14時~16時 毎月第2火曜日開催 今月「Twitter講座」

○ どこで 埼玉西協同病院内・地域コミュニティルームゆるっと

○ 定員 12人 事前予約制 参加条件なし ○ 参加費 無料

○ 申込先 埼玉西協同病院 担当 原田 電話 070-2154-7354

冬場も水分を取りましょう

夏場の暑いときは、のどが渇くので水分を取ります。しかし、冬場の時期は、乾燥しているのに、こまめに水分を取らないです。そのため、脳梗塞・心筋梗塞になりやすいです。こまめに水分を取ることが大切です。支部長会議のときに、高野医師がお話をしてくれました。

配付者募集中 中新井1丁目・並木2丁目1番地

「けんこうと平和」の配付では、高齢化に伴い配付出来ない地域があります。配付者には、配付援助金が少額ですけれど支給されます。ご協力をお願いします。