

2024年8月 松井支部 ニュース No. 372

発行：医療生協さいたま・松井支部運営委員会

連絡：八木 2998-6809、久保 2998-4071

医療生協の ぐらしの学校



医療生協のぐらしの学校は地域の皆さんが、安心して暮らしていくうえで役に立つ情報を得ていただくことを目的としています。学生になったつもりで楽しく学びませんか？

第1回講座は、家族が介護状態になったときの対処について学びました。

第2回講座は下記のとおりです。

第2回 8月10日(土) 13:30~15:30

会場<<杏>>こぶし町 21-29

『認知症は怖くない!』~人生100年時代と認知症~

講師: さんとめホーム 石井里美所長



※講座は第4回で終了です、お申し込みは、支部運営委員まで。

杏便り

◆健康マージャン 毎週月・木曜日 13:00~

◆DVDを見る会 毎月第3火曜日 13:30~

◆<<杏>>カフェ 毎月第4金曜日 13:30~ ミニバザー、おしゃべり会



8月のDVD・・「引っ越し大名」

何度も国替えを命じられる実在した藩を題材に、現代社会の様々な苦勞や問題に通じるエピソードを手際よく盛り込んだ。リストラの悲哀もあれば、BL要素も。士農工商の身分制度と男尊女卑が当たり前前の時代、そんな価値観に縛られない人達がいてもいいよね、というエピソードの数々。

星野源 高橋一生 高畑充希 及川光博 他

募集しています

老健さんとめ

調理師・調理助手・介護職・看護師

理容ボランティア・クラブ活動補助ボランティア

さんとめホーム

ケアマネージャー





このひととまれ 第113回



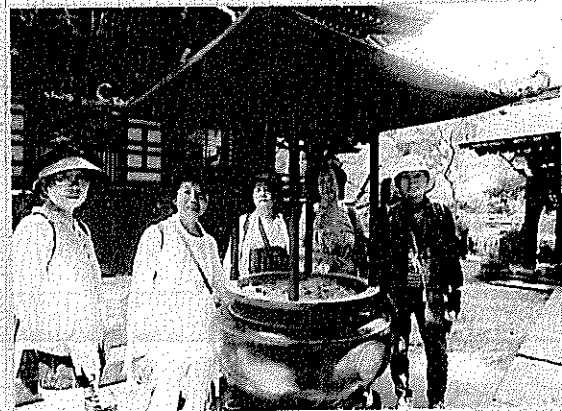
7月23日(火)

三鷹市山本有三記念館と井の頭文化園へ

暑い中でしたが新劇にも紹介された、洋食館の有三記念館に行って見たいと思い6人で訪れました。ボランティアガイドの案内で書斎などを見て生涯と作品にふれる。憲法への思い語る肉声入り口前には「路傍の石」がありまして代表作「路傍の石」の本を購入しました。文字が小さいので、時間かけて読むと思います。



山本有三記念館前



井の頭弁財天

トコロん元気百歳体操

- 8月予定 10:00~11:30
- 8月7日(水) こぶし国地自治会館
- 8月14日(水) " "
- 8月21日(水) " "
- 8月28日(水) コーポプラザ所沢

水分をご持参ください

7/24 体力測定を行いました

- バランス (片足立ち) 右・左 () 秒
基準値 65才以上: 11~16秒
- 筋力 (立ち上がり) () 回
基準値 65才以上: 16~20回
- 移動能力 (TUG) () 秒
基準値 75~79才: 9.7~8.4秒
80~84才: 11~9.6秒

足、腰痛い時は無理をしないように、体力に合わせて行いましょう。