

2025 年 4 月 松井支部 ニュース No. 380

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

松井支部総会&配布ご苦労様会

医療懇談会へのご参加お疲れさまでした

3/29「土」

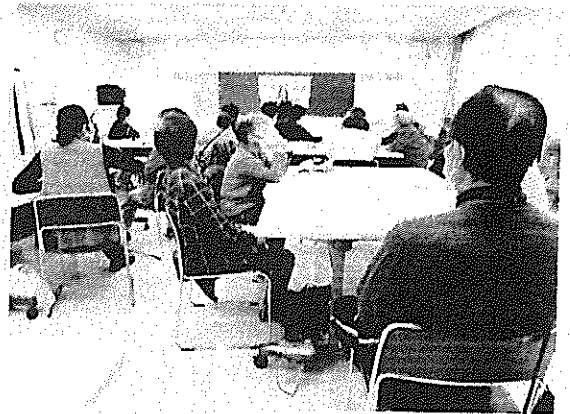
止むこともなく雨の降りしきる中でしたが、開会の時刻には会場もいっぱいになりました。

〈会場：コーププラザ、午前 21 名、午後 26 名〉 熱心な討議には、事業所や支部に対する期待が込められ、「私たちの医療生協」という思いを強く感じたことでした。

議事はすべて採択され、4 月からは 2025 年度がスタートします。「人と人とのふれあいを大切に」を支部テーマに掲げました。

被爆 80 年を迎えます。あらためて反核・平和・環境の活動を身近なところから始めましょう。

〈運営委員会〉



医療懇談会

「オーラルフレイル予防で健康寿命を延ばす!」講師：西協同病院の祖父江言語聴覚士と、「生協 10 の基本ケア」講師：老健さんとめ中川介護士による 2 つのテーマで学習し懇談をしました。

「口の機能の衰え」は「体の衰え」です。

① 硬い食べものの噛めますか ② むせる、食べこぼしは? ③ 口の渇き、においは気になりますか? ④ 活舌は悪くないか 等、オーラルフレイルの概念が話されました。

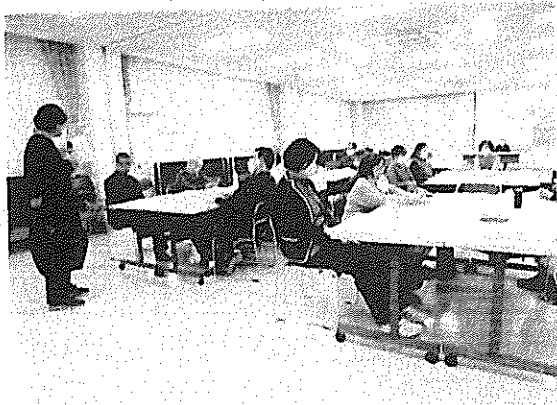
「口の健康は全身の健康につながる」「口のことは、つい後回しになりがちですが話題になる時代が来たのね」と参加者の声。ストローに輪ゴムをひっかけ隣の人に渡すりレーをするなど、楽しく講義が進みました。

「生協 10 の基本ケア」では、生協が大切にしている普段の暮らしそのままを基本としたケア について話されました

① 尊厳を守る ② 自立を支援 ③ 在宅を支援。

生きる力を支えること、生きる気持ち・生活する意欲を引き出すこと。残された機能で自立を支えること。

介護職が貫いている強い柱は、人の尊厳（人権）なのだと強く感じました。〈利用委員 金野〉

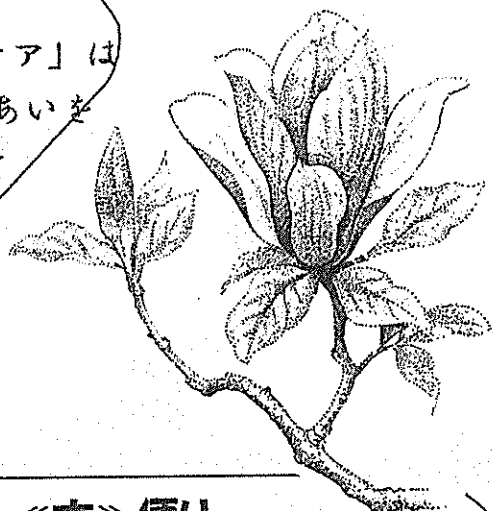


生協 10 の基本ケア

とはふだんの暮らしそのままに

- ① 換気をする
- ② 床に足をつけて座る
- ③ トイレに座る
- ④ あたたかい食事をする
- ⑤ 家庭浴に入る
- ⑥ 座って会話をする
- ⑦ 町内にお出かけをする
- ⑧ 夢中になれることをする
- ⑨ ケア会議をする
- ⑩ ターミナルケアをする

「生協 10 の基本ケア」は
全国の生協で学びあい
通して広がって
います



《杏》便り

◆健康マージャン 毎週月・木 13:00～

◆《杏》カフェ 毎月第4金曜 13:30～

◆DVDを見る会 毎月第3火曜日 13:30～

4/15<火>のDVDは 『山の郵便配達』

中国アカデミー賞で最優秀作品賞と主演男優賞に輝いた感動作。

1980年代初めの湖南省西部。長年、過酷な山道を歩いて郵便配達してきた男が、老いて引退を決意し、後継ぎとなる息子と共に3日間の最後の旅に出る。重い郵便袋を背に、愛犬とともにいくつもの村を訪ねながら、父は息子に仕事の誇りや責任の重さを伝えていくが・・・。

監督：フォ・ジェンチイ

出演：トン・ルーチュン 他

ご案内

● 4月の100才体操

4/2・9・16・23「水」

こぶし自治会館 10:00～

4/26「水」コープ・プラザ

10:00～

運営委員メンバーです

どうぞよろしく!

支部長	八木 多美代	2998-6809	こぶし町 15-03
健康づくり委員長	河村 フクエ	2998-4165	こぶし町 6-2
社保まちづくり委員長	藤田 良子	2992-9524	若松町 1115-14
会計	河村 奈美	2998-4165	こぶし町 6-2
事務局	久保 ミナ子	2998-4071	こぶし町 9-13
組織・機関紙	飯塚 克己	2998-6406	こぶし町 19-23
事業所利用委員	金野 正知	2998-5284	こぶし町 29-3
「杏」会計	三橋 美代子	2998-7076	こぶし町 11-22
運営委員	黒田 シツエ	2998-5819	こぶし町 28-15
運営委員	吉橋 幸江	2998-7826	こぶし町 17-6
会計監査	山中 八枝	2995-0476	こぶし町 27-3