

わいわい ニュース



医療生協さいたま 安松柳瀬支部
連絡先 荻野 2944-5783 深澤 2995-4332 岡嶋 2907-8984

2026 年 7 月発行

1 年の半分以上が過ぎ、暑さきびしい 7 月に入りました！

組合員みなさんいかがお過ごしでしょうか。
適度の休憩、水分摂取に心がけ、熱中症にならないよう気をつけて夏を乗り切りましょう。

「けんこうと平和」の 仕分け場所が 変わり ご近所の方が お手伝いに～♪

5 月から、「東所沢 2 丁目自治会館」に、
場所が変わりました。

 東所沢小学校の側ですー

お手伝いさん募集中！

*場所・・東所沢 2 丁目自治会館

*月初めの、月曜日 1 回のみ

*時間・・午後 1 時半～

先月は医療生協の職員さん 4 人
会員さん 4 人で、800 人近いニュー
スの仕分け。40 分で終了しました。

☆ 8 月の「けんこうと平和」の発行は お休みになります。

酷暑が予想されますので、配布者の方々の体調面等を考慮し、8 月はお休みとなります。
次回は 9 月です。仕分け作業は、9 月 7 日(月)。ご理解を宜しくお願いいたします。

☆所沢市特定健診が 始まっています。

健診は自分の体力を知り、元気に過ごして行く為のバロメーター



＊ ＊ 「健康と平和」6 月号が届いていると思います。 ＊ ＊

◎チラシ→「2026 年度 健康診断」 ◎組合員限定 割引キャンペーン
ご覧になりましたか～。かなりお得です！

裏面の「内臓脂肪 CT」・・・「アッ、検査した～い」の声が・・・

◎チラシ→「つながる」の <がん検診 受けていますか？>

早期発見・早期治療で、癌は怖くない病気になっています。

☆ 「オーラルフレイル」とは 何？

口の周りの“ささいな衰え”と呼ばれる、「食べこぼしやむせなど」が見られる状態を言います。

この状態がオーラルフレイル(口の虚弱)です。

健康の秘訣は、「栄養と睡眠と運動」といわれます。

健康な口でなんでも食べ、「オーラルフレイル」にならないよう気をつけて行く事です。口の体操、歯磨き、歯の検診に心がけましょう。



サマー増資にご協力をお願いします。

みなさんの増資は、病院・施設などの医療機器や様々な備品
などに使われ、組合員さんのお役に立たせていただいております。
運営委員までご連絡いただければ、お伺いいたします。