



かんたんそうでおつかしい

認知症予防脳トレ体操講習会…南地区西支部



南地区西支部が1月30日(日)湊御殿会館にて認知症予防脳トレ講習会を開催しました。西支部エリアの「健康と暮らし」に案内チラシを入れ、西支部の各班に宣伝したところ42名の参加があり、うちチラシを見て初めての参加の方が3名ありました。今回の企画はまだ班などに組織されていず「健康と暮らし」が配られるだけの点在組合員の方と繋がっていくために計画しました。繋がった組合員の方を大切に今後様々な企画にお誘いしていきたい思います。

講師は生協病院リハビリ課の2名の作業療法士です。まず、認知症についての講義の後、自宅を手軽にできる脳を活性化させる体操の紹介があり、みんなやってみました。左右非対称の動きをリズムに合わせて行なうのですが、簡単そうで難しい。いつの間にか左右同じ動きになっていたりと楽しく体操しました。最後に「鉄板体操」です。朝の連続ドラマ「てっぺん」のテーマ曲に合わせ、お好み焼きを作る工程が体操になっています。皆で「鯉節ー、鯉節ー」と唄いながら体操しました。管理栄養士のアンチエイジングの話はどうですかと聞いたところ、講義を受けたいとのことなので、第2回目はアンチエイジングの講習会を計画する予定です。参加者に好評だったので、他支部でも取り組むよう働きかけたいと思います。

単そうで難しい。いつの間にか左右同じ動きになっていたりと楽しく体操しました。最後に「鉄板体操」です。朝の連続ドラマ「てっぺん」のテーマ曲に合わせ、お好み焼きを作る工程が体操になっています。皆で「鯉節ー、鯉節ー」と唄いながら体操しました。管理栄養士のアンチエイジングの話はどうですかと聞いたところ、講義を受けたいとのことなので、第2回目はアンチエイジングの講習会を計画する予定です。参加者に好評だったので、他支部でも取り組むよう働きかけたいと思います。

大腸がん検診といえば小倉支部、今年もやります…小倉支部が新年会

1/28(土)東地区最後となる小倉支部新年会が、支部ではお馴染みの夕月さんで19名が参加しました。森脇理事、藤沢事務長のあいさつの後は豪華な料理を頂きながら支部の交流となりました。インフルエンザの流行で参加が出来なくなった組合員さんも数人おられ、こじんまりした新年



会になりましたが、その分職員と組合員さんの深い意見交換が出来ました。後半は太極拳の実演や脳いきいき班会の紙芝居、ビンゴ大会、踊りなど盛りだくさんの内容で盛り上がり、最後は小倉支部の大きな取り組みである大腸ガン検診の普及を参加者で確認して終わりました。参加者全員が発言し、良い所ばかりでなく悪い点など率直な意見を出してくれる小倉支部組合員さんに、支部の結束と医療生協への愛情が感じられた新年会でした。

鬼は外、福は内。4階病棟で楽しく節分行事。

2月1日(水)、生協病院4階病棟デイルームで、恒例の季節行事が行われました。2月は「節分」がテーマです。豆まきや鬼にちなんだゲームを皆さんと一緒に楽しみました。鬼に扮した職員が箱を持って周り、患者さまは新聞紙で作ったボール大の豆を投げ入れます。チームに分かれて豆の数を競いました。もう一つのゲームは「鬼の顔の福笑い」。最初、鬼の顔のパーツ(目、眉、口、鼻、角)を団扇に載せて運びます。次に大きな段ボール紙にかかれた鬼の顔の上に、パーツを貼っていきます。パーツを貼る人(鬼の面を目隠しにしています)、貼り位置を教えてあげる人、応援する人で協力しあい、鬼の顔を完成させ



ました。作業療法士の都甲OT、石川OTが「今日のゲームでは、患者様の座位耐性を高めることができます。また、ゲームを楽しむことで笑顔と活気を取り戻し、入院生活では忘れがちな季節感を感じてもらえます。ベッドで寝ている時間を減らし、職員を患者さまが密になることも目的のひとつです」と語ってくれました。最後に楽器や手拍子でリズムをたたきながら、「桃太郎」をみんなで楽しく歌って終わりました。(本部事務局 松葉)

2011年度仲間ふやし状況

	東地区		中地区		南地区		河西地区		那賀地区		海南海草地区		その他		計									
	目標	到達	目標	到達	目標	到達	目標	到達	目標	到達	目標	到達	目標	到達	目標	到達								
4/1~7/31	85	665	2	78	23	127	18	82	6	144	12	68	4	186	150	1350								
8/1~12/31	750	313	352	80	14	64	150	41	86	100	57	25	150	41	103	80	55	13	190	14	172	1500	535	815
1/1~1/31		31	321		2	62		1	85		3	22		7	96		2	11		0	172		46	769
計		429		18		65		78		54		69		18							18		731	