



健康づくりチャレンジ09サポート講座 河西公園でウォーキング大会

10月3日(土)健康づくりチャレンジのサポート講座の一環として「ウォーキング大会」を開催しました。9時30分から健康づくり委員長の小西附属診療所長による、準備体操(ストレッチ体操)を行い、河西公園を往復約4kmをウォーキングしました。「やっぱり歩くことはいいな」と雑談しながら、約1時間かけて歩き、さわやかな汗を流しました。今回の参加者は、19人で今後、健康チャレンジを実践してい



く上で貴重な講座になりました。

講座後、和歌山紀伊水道にて水揚げされ、新鮮なうちに釜揚げされた「しらす」を公園近くの有名な魚屋さんで買い求め、解散しました。



宮北小学校運動会で健康チェック

…東地区宮北支部



10/4 宮北小学校運動会で健康チェックが宮北支部の組合員さんら7人で行ないました。快晴の中、来校される地域の方々、62人の方に血圧測定、体脂肪測定を受けていただきました。すっかり定着した運動会での健康チェックはみなさんから喜ばれています。また、「核兵器のない世界へ」の国際署名、後期高齢者医療制度廃止などを求める緊急4項目署名も35筆、ご協力いただけました。



雨でお月見できず残念でした

お月見とご苦労さん会開く…宮北支部

10/2(金)宮北支部は、宮北支所の2階で観月会を行ないました。これは、「健康と暮らし」の配付協力していただいている組合員さんのご苦労さん会を兼ねて毎年開いています。せっかくのお月見も雨で残念無念。25人の組合員さん

が出席し、日頃の労をねぎらいました。用意されたちらし寿司と月見団子を食べた後、「笑って死ぬる病院」のDVDを鑑賞し、医療現場の現状を学びました。また、第2次和歌山生協病院・附属診療所リニューアル運動について報告され、医療生協強化月間、増資運動への協力を訴えました。



健康チェックを受けれてよかった

コープ岩出中央店で健康チェック…岩出支部

10/3(土)毎年強化月間に合わせて行っている青空健康チェックは、今年は特に市民生協の創業祭に合わせておこないました。空いていたテントやいす机なども貸していただき、血圧・体脂肪・骨密度の測定や生活習慣やBMIなどのチェックをしました。

土曜日に行うのは初めてで、来店されるお客さんも多くいました。健康チェックは看護師・元看護師の組合員さんをお願いして、合わせて組合員9名と職員3名でおこないました。医療相談があったり、骨密度の順番を待っている間に、署名の協力をお願いしました。「今日の健康チェックに来てほんまによく勉強になり、来てよかった」という感想が寄せられました。医療生協やおみや診療所の宣伝にもなり、最後にみんなで記念撮影しました。健康チェックは41名が受け、署名は81筆集まりました。



2009年医療生協強化月間仲間ふやし状況(7/31時点の残が8割到達までの月間目標)

	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	400	97	303	80	8	72	80	28	52	80	27	53	80	13	67	56	5	51	24	2	22	800	180	620
8月仲間ふやし		22	281		0	72		9	43		3	50		1	66		1	50		2	20		38	582
9月仲間ふやし		55	226		0	72		19	24		9	41		0	66		26	24		0	20		109	473
10/1~10/5		18	208		1	71		4	20		4	37		1	65		2	22		1	19		31	442