

石山保健委員会より！5/24(土)石山保健委員会総会を開催します！

石山保健委員会では、5/24(土)10:00～「シルバーピア石山」第一ホールにて保健委員会 総会を開催いたします！

当日は 24 年度の活動報告・25 年度活動計画などについて報告を行います。

また、新潟医療生協職員の手塚さんから「ずぼらヨガ」についての講習・実践と中井介護福祉部長さんから「ちょっとディープな介護の話」をしていただきます。

気持ちも体も軽くなる（〇）／ 楽しい講習です。

忙しい日々を少しだけ忘れて、心地よい時間を過ごしましょう！

どなたでもご参加いただけますので、皆さまのお越しをお待ちしております。

※お申し込み締め切りは 5 月 16 日(金)となっております。

お問い合わせ先：地域活動部 025-274-7139

地域担当 豊島 080-7047-7706



※昨年の保健委員会総会の様子

石山保健委員会 総会



健康づくり委員会より

4 月 5 日(土) 鳥屋野スポーツ公園にて「お花見ウォーキング」を開催いたしました。

全体での参加者は 50 名程で、石山総支部では 8 名の参加でした。

桜はまだピンク色の蕾でしたが、イベント終了時には 2～3 輪ほころび始めていました。鳥屋野スポーツ公園には親子連れで遊んでいる方々や、スポーツで汗を流している方々もいて、笑顔や楽しそうな声があふれていました。春の心地よい風と、あたたかい太陽の日をあびながら楽しくお散歩してきました♪

ウォーキングの後には「すこしおウルトラクイズ」で、楽しく減塩についても学びました。

最後は、毎回恒例の完歩賞のストラップを参加された方にお渡しして記念撮影もして、春の訪れをみんなで喜ぶ楽しいイベントでした。次回は皆さまからのご参加をお待ちしています♪



石山総支部 2024 年度活動報告

石山総支部では、地域の皆さまからたくさんのご協力をいただき
24 年度目標でした訪問軒数 **1,100 軒を達成**することができました。

今年度も引き続き、地域組合員の皆さまと協力して取り組んでいきたいと考えております。
健康セミナー、映画鑑賞など、皆さまと楽しめる活動を開催できるよう検討を進めます。

今年度も石山総支部は、皆さまと明るく楽しい地域づくりを目指します！ご協力をお願いします。



23 年度実績			24 年度実績 (3/31 現在)			24 年度目標		
新規	増資	訪問	新規	増資	訪問	新規	増資	訪問
74	132	822	54	536	1123	85	1050	1100

今年も綺麗にチューリップが花開きました♪

今年も木戸病院と石山診療所の花壇に、色とりどりのチューリップが咲きました。

チューリップはその美しさや色の多様性で、多くの人に愛されています。自然やお花を見て楽しむことで心が和む瞬間はとても大切ですね。チューリップやほかの花々を見ていると、季節の移ろいを感じることができて癒されますね。木戸病院と石山診療所のお近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください♪



石山総支部地域担当が変わりました！

2025 年 4 月より、石山総支部の地域担当が
佐藤勝之から豊島由美子へ変更となりました！

今後、地域についてのご連絡の際には **080-7047-7706 豊島** までお願い致します。



季節の花だより



ヤマシャクヤク（山芍薬）は、ボタン科に属する多年草です。

日本の山地に自生しています。

特徴としては、茎の高さが 30～40 センチメートルで、葉は 3～4 枚が互生し、小葉は楕円形から倒卵形です。4 月から 6 月にかけて、直径 4～5 センチメートルの白い花を咲かせます。花弁は 5～7 枚あり、花が開いているのは 3～4 日程度です。秋には実が熟し、赤色と黒色の種子ができます。

編集後記

桜の季節が急ぎ足で通りすぎて、若葉が目染める季節を迎えました。

これから皆様のご意見をお聞きしながら、今年の活動計画を立ててゆきますので、ご協力をお願い申し上げます。

(久)