

## 石山総支部・保健委員会合同 日帰り親睦旅行に行ってきました！

穏やかな秋の陽気に恵まれた10月21日に、石山総支部と保健委員会による合同日帰り親睦旅行に行ってきました♪

まずは、清々しい空気が漂う参道を抜けて、弥彦神社へ参拝。その後、目的地の「弥彦 桜郷温泉 さくらの湯」へ到着。到着後は、温泉にゆったり浸かる方、足湯でほっこりされる方、館内でくつろがれる方と、それぞれ思い思いの過ごし方で親睦の時間を楽しみました。さらに、さくらの湯でのお料理は大変おいしく、皆さま大満足でした。

弥彦神社では凜とした空気の中で心が洗われるような感覚を。さくらの湯では広々とした温泉と足湯と昼のお料理で、ほのぼのとした雰囲気の中でのフレッシュしていただけたと思います。

今後も石山総支部と保健委員会では、皆さまに楽しんでいただけるイベントを企画してまいりますので、ぜひご参加ください。



## 【予告】 まちかど健康チェック実施！

### ～シルバーピア石山文化祭～

石山保健委員会では、11月9日（日）今年も「シルバーピア石山 文化祭」に参加します。当日は、フレイル健康チェックと題して「足指力測定」「血圧測定」「握力測定」「豆つかみ」を実施します。フレイル健康チェックで、いつまでも元気に歩ける体づくりを一緒に目指しましょう！！



# 健康まついを開催します♪

**11月15日(土)**に木戸病院を会場に「健康まつり」を開催いたします！

医療生協ならではの医師による「健康講演会」をはじめ、組合員さんや職員による「健康チェック」や「縁日」などを企画しています。

また、石山保健委員会では、木戸大形保健委員会と健康づくり委員会と合同でフレイル健康チェックを実施します。

ぜひ遊びに来てくださいね♪



## 新潟まるごと健康チャレンジ！



毎年恒例の「新潟まるごと健康チャレンジ」の結果報告締切は、11月20日までです。

せっかくチャレンジが終了したのに、結果報告を忘れていたら参加賞がもらえなくなります…

チャレンジ終了後は、報告ハガキをポストへ投函するか、地域活動部へ提出をお忘れなく！！



## 石山総支部 組織強化月間に入りました！

10月11日(土) 9:00～

組合員さん3名と職員2名で26軒

10月20日(月) 9:00～

組合員さん1名と職員1名で9軒

のお宅へ訪問してきました。新潟医療生協のPRと脳ドックの勧めや、健康まつりとなじも感謝祭の開催など、1軒1軒丁寧に時間をかけてお話をしてきました。

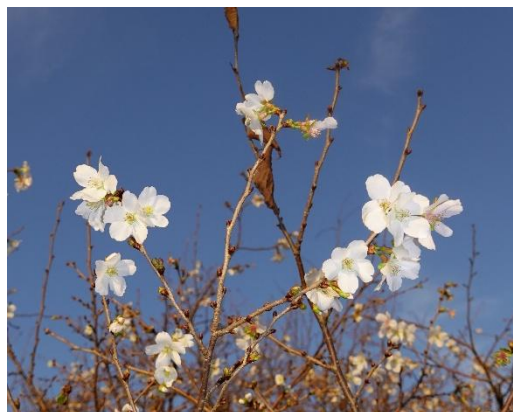
11月は東明・江南地区にポストインに伺います。



## 季節の花だより

フユザクラ(冬桜)はバラ科サクラ属の落葉小高木で、秋から冬にかけて花を咲かせる二季咲きの桜です。

一重咲きで中輪、白色～淡紅色の5弁花で、開花は10月～12月頃と、春(4月上旬)にも再び咲く「二季咲き」が最大の特徴です。



## 編集後記

10月11月と組織強化月間で活動しています。

医療の現状を維持する為にも、皆様の協力を頂きながら活動を進めて行きたいと思います。

(久)