

地域活動アラカルト

初めて班会に参加

“産婦人科を宣伝”

前橋協立病院2階病棟 助産師 水澤 伸江



私の職種は助産師です。今まで助産師不足のため病棟あげて班会に出させていたことができませんでした。

らっしゃると聞いて班会にぜひ参加させてくださいとお話させて欲しいとお願いし、産婦人科の宣伝というところで1月11日(水)木瀬支部はまなす班会に参加しました。

少子化のあおりを受けて当院でも分娩数が減っています。また、組合員の方でも産婦人科があることを知らない方がい

最初に出席に関して、当院の産婦人科スタッフはほとんどが助産師であり安心して出産していただけのこと、費用も組合員割引があることをお話ししました。産後も母乳育児に力を入れて母乳不足

に不安のあるお母さんたちを支えているので、お孫さんが生まれる世代の方、その家族の方にぜひ当院で出産していただければようおすすめしました。

また、子宮脱など婦人科系の病気に關してお話しご心配の方はぜひ当院産婦人科へご相談いただくようおすすめしました。

元氣・元氣

南橋の班会

南橋支部南橋元氣会

今回初めて班会に参加させていただいて、沢山のイキイキとした組合員さんとふれあうことができてとても楽しかったです。

「おはようございます。変わりないですか？」と血圧測定から始まる班会。高齢者が多いので、178/102などと高い値の人には「大丈夫ですか」「安静にして」などと声かけをしています。

「南橋元氣会」は毎週水曜日に南橋公民館で開催しています。月に1回は職員に来てもらっていますが、残りの3回は基

本的に「レインボー健康体操」のDVDを見ながら自主的に行っています。班の方から「手が頭の上にあがらなかつたのが、体操するようになったら上まであがるようになった」「1年に2・3回ぎっくり腰になっていたのが、まったく症状がでなくなつた」などの嬉しい感想を聞くと、無理をしないで体操を続けることの大切さを実感しま



楽しく和やかに健康づくり

みずき準備支部第4元氣クラブ

「はあくい、足であとだしじゃんけんねえ！」

ナーなどで習得した体操を取り入れて行っています。会場は常に笑いが絶えず毎週楽しくやっています。

元氣な掛け声にみなさんが足を動かします。うまくできない自分の動きに思わず笑みがこぼれ会場が和みます。

第4元氣クラブ

は日吉町総合福祉会館内を会場に毎週火曜日の午前中に開催している健康づくり班会です。班会の中心になつている古谷野さんが元氣ひろげ体操や市の高齢者セミ



(支部長 大沢計次)