

医療生協
さいたま

飯能・日高支部ニュース

2023年度初夏の 「コロナキャンペーン」の 取り組みのお知らせ

「コロナキャンペーン」は、医療生協さいたまの初夏の取り組みで年度初めの5月1日から6月30日の2カ月間です。

目的は、地域の多くの方に医療生協の（助け合いの活動）をお知らせして、加入していただく取り組みをしています。組合員の皆さんには年一回以上の増資の協力と口座振替の呼びかけを推進しております。期間中に二口以上の増資された方にはプレゼントを準備しております。また、お知り合いの方を医療生協に是非ご紹介していただき、医療生協の助け合いの輪を広げていきましょう。ご協力をよろしくお願いいたします。

今年は例年より暑さが早く厳しい年になりそうです。熱中症とコロナウイルス感染にお互いに十分気をつけましょう。 支部長 堺田 一直

医療懇談会に参加して

3月29日支部総会後、医療懇談会が開催されました。総会出席者ほとんどが残り、熱心に講師の言葉に耳を傾け、貴重な時間でした。

講師はケアセンターの職員で、主に家族が介護が必要になった時、どこにお願いをするか、申請、調査判定、利用の流れを詳しく話して下さい。要支援1→要介護5までのサービス内容も配られた資料を見ながら説明していただきました。

家族だけで介護する時代から、様々なサービスを利用できる良い時代になりました。

困った時は、

市役所、地域

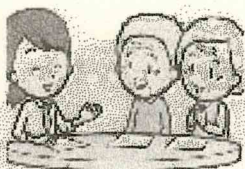
包括支援センター

医療生協の方に

も相談してください。

又、学ぶ機会があれば是非参加したいと思いました。

早川 崇子



2023年
5月号

第250号

飯能・日高
運営委員編集

連絡先
支部長 堺田
973-6288



くらしサポーター からの報告

4月の活動

* 家事支援

掃除、片付け 3回

* 外出支援

通院同行 1回

散歩（桜を見る） 1回

* 日常生活

庭の草刈り 1回

感染防止を徹底したうえで活動をしています。

医療生協さいたま くらしサポーター事務局

048-296-8692

コーディネーター 岩村

最近の依頼事例を ご紹介します。

- * 電球の交換・掃除機の組み立て : 川越市
- * リサイクルショップに荷物運び : 川越市
- * 銀行・郵便局へ : 川越市
- * の同行 : 川越市
- * 掃除・調理 : 富士見の市
- * マンション3階 : 1階花壇に運ぶ
- * 灯油の買い出し : 所沢市
- * 掃除・買い物代行 : 美芳町

困った時はお互いさ
まお気軽にご相談くだ
さい。

くらしサポーターは
喜らしの中での困りご
とを組合員同士で助
け合う制度です。

ケアセンターはんのう 居宅介護支援事業所 お困りのときはお気軽にご相談下さい。(1F相談室)
飯能市双柳150-23(2F) Tel 042-983-8622 FAX 042-983-8623

実施事業の紹介…〔居宅介護支援〕〔訪問介護〕〔訪問看護〕〔リハビリテーション〕

糖尿病を克服できた理由

現在の私

体重 54.3kg
血糖 A1C 6.2
平均値内におさまっています。

日常生活で気をつけていることは

・間食はしないこと
・食事は野菜・たんぱく質を重点におきマンネリ化しないように気をつける

思うこと

① 2か月たって退院し、インシュリンもなくなり嘘のような気になりました。
理由として
① 体重が10キロやせたこと
② 治療方針が変わり飲み薬を検討された事

健康診断で血液検査の結果

* 血糖値70から109

* A1C 4.6から6.2

この数字をこえた場合気を付けること



「新緑の名栗を歩いて」



以前、紅葉の時期に鳥居観音を訪ねました。が、今回は緑のグラデーションと青空に恵まれて、観音様がとてもきれいでした。

バスには乗車せずにノラ飯能まで歩いたの

で、10,800歩程

となりました。折角なので中を見学させてもらいました。

若者たちが数名利用客としていました。が、私

ちとしては、「高いね？」

という感想で、飯能市民

割引がどれくらいある

か？ですが、

利用できないなあ、

8名A参加M

健康体操(セラバンド)

日時：5月10日・24日(水)10時～

会場：富士見地区行政センター

持ち物：セラバンド タオル 飲み物

※ 運動不足の解消に効果的なセラバンドを一緒にやりましょう！！

初めての方もぜひご参加ください。

前回 4月12日 10名・26日 7名でした。

次回…6月7日・21日(水)



支部ウォーキング

日時：5月17日(水)

場所：稲荷山公園

集合場所：飯能駅改札10:00

持ち物：軽食・飲み物・敷物

初めての方も一緒に歩きましょう。

前回は 4/19 8名 10,700歩

次回…6月14日(水)



「えのきど広場」

日時 5月18日(木) 10:00～12:00

会場 菅間宅 973-4186

参加費 100円

コロナ禍中止になる場合もあります。



次回 6月15日(木)
どなたでもご参加できます。お待ちしております。

マスキングのお願い

