

発行 ふくおか健康友の会
たたら香椎支部 事務局 092 (691) 5615
たたらリハビリテーション病院 社保共同組織委員会

支部では友の会新聞の封筒詰めや手配りをお手伝いしていただける方をさがしております。ご自宅周りでもかまいません。協力していただける方がいらっしゃいましたら事務局までご連絡ください。

<お勧め雑誌紹介> あなたと民医連をつなぐ月刊誌「いつでも元気」定価 380 円。医療、生活等ためになる内容が充実した情報誌です。

❀❀❀ 班会を開催しました！



5月10日（金）14時半より、若宮地区の市営住宅集会所にて、班会を開催しました。今回は天候も悪く参加人数も少なく、地域6名、スタッフ9名の計15名の参加となりました。

学習では、リハスタッフの中山さん、小野さんを講師に迎え、腰痛体操を行いました。現在の自分の腰痛の程度をチェックしたり、腰痛予防の体操を教えて頂きました。

今回も恒例の健康チェックも行い、骨密度測定・体脂肪測定・血圧測定・血管年齢測定に加え、ストレス測定も実施しました。人数は少なかったですが、まさかの測定結果に歓声と悲鳴がこだまし、大変盛り上がる班会となりました。

今後も定期的に班会を開催し、皆さまが気軽に多くの健康チェックや健康についての学習ができるよう、スタッフ一同頑張っていきたいと思っております。



参加者の方から、
「病院ではできない健診が、気楽にできるのでとてもいいです。」
という意見を頂きました。

まだ参加したことない方、ぜひとも一度足を運んでみてください！

心よりお待ちしております