

2018年4月27日現在
 組合員 4,079人
 出資金 1億6,356万円
 3~4月の動き
 組合員 新規加入14人
 退会 2人



西濃医療生活協同組合

医療生活

げんき

第104号

2018年4月27日発行
 (奇数月発行)

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

TEL 0584-92-3268

ホームページ seinou.coop

編集 ニュース編集委員会

第17回通常総代会開催と 総代選挙・役員選挙のご案内(2面)



「住み慣れた地域で最後まで自分らしく生きる」ことをめざして、保健・医療・福祉事業と組合員による健康づくり、たすけあいを進めています。健康づくりでは、「元気で長生き」の願いから、さまざまな班会やサロンが企画されてきました。スクエアステップや健康サロン、笑いヨガ、高齢者ヨガ、健康講座などが地域支部で定期的・継続的に開催され、参加も広がっています。

この3月に健康委員会は、ノルディックウォーキングを基礎から学び、これからの健康づくりに取り組んでいこうと企画しました。(本紙6面をご覧ください)

「元気で長生き」みんなの願い

大人も子どもも 地域まるごと健康づくり

支部・班で多彩な健康づくりを展開

せ い り ゆ う

世の中の「濁流」が溢れんばかりです。「森友・加計」に代表されるように、「隠ぺい」「ねつ造」「改ざん」が次々に発覚しています。南スーダン、イラク派遣自衛隊の日報隠ぺい・改ざん、過労死、裁量労働制に関するデータ「ねつ造」「隠ぺい」も起きています。財務省事務次官のセクハラ疑惑に対する「居直り」も起きています。これら全てが政権の中枢、担当官庁の中枢によって引き起こされていることは深刻です。さらに、全てが安倍政権の目玉政策である「教育再生・道徳教科化」「国家戦略特区」「安保法制」「働き方改革」「国民(女性)総活躍」などの「欺瞞」を取り繕うために起きています。加えて、事態の究明にあたる責任を負う当事者たちが、部下に責任を転嫁するなど、「尊大」「無責任」「不誠実」な人格を露わにしています。深刻さの度が極まったと言つべきです。▼こんな姿を見て、現政権が国民の信頼を失い、長くは続かないと感じるのは筆者だけではないでしょう。しかし、長きに渡って溢れた「濁流」はあらゆるこ

ろに浸透し、容易には洗い流せないままになっています。「普天間の危険性の除去」「北朝鮮の脅威」「国民生活の安定」といった欺瞞的な口実によって、今もなお、米軍と自衛隊の強化・一体化や原発再稼働が推進されています。▼「濁流」をせき止めたり、溢れ出ない堤防を作るにとどまらず、「濁流」に代わる大きな「清流」を創り出すことが必要です。とはいえ、そんな清流を本当に創り出せるでしょうか。▼他でもない医療生協の運動の発展こそが大きな「清流」を創り出すことになります。「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」という医療福祉生協の理念を改めて想起しましょう。「隠ぺい」「ねつ造」「改ざん」「居直り」「尊大」「無責任」「不誠実」などが一体となった「濁流」に代えて、「信頼・誠実・連帯、自主、協同、健康、平和」という価値を創造し定着させる運動が求められます。医療生協は、そうした運動の一翼を担い、「清流」を「本流」にすることには貢献できるはずです。医療生協の歴史的使命という言葉響き、あながち大げさではないように感じられます。

(T・K)

役員選挙の公告

定款第19条および役員選挙規約にもとづき、下記のとおり役員選挙を実施します。

2018年5月1日

役員選挙管理委員会
委員長 宇津 時雄

(1) 補充役員定数

○理事 23人
全区6人 地方区17人

○監事 2人

(2) 立候補受付期間

5月1日～5月31日

(3) 受付方法

被選挙権を有する組合員は、所定の役員候補者届け出用紙に必要事項を記入し、立候補・推薦受付期間中に選挙管理委員会に提出するものとします。

※役員選挙は総代会において実施されます。

総代選挙の公告

定款第44条・45条および総代選挙規約にもとづき、下記のとおり2018年度総代選挙を実施します。

2018年5月1日

総代選挙管理委員会
委員長 繁澤 多美

(1) 選挙区および定数

○大垣西選挙区 41人

○大垣東選挙区 32人

○西・南選挙区 14人

○北・東選挙区 13人

(2) 候補者の受付期間

5月1日～5月31日

(3) 候補者の受付方法

組合事務所に候補者届出用紙を提出してください

(4) 候補者氏名・投票日・場所・方法

6月1日に組合事務所に掲示

(5) 当選者の発表

6月10日組合事務所に掲示。

第17回通常総代会公示

定款第50条・52条・53条にもとづき、下記の通り第13回通常総代会を開催します。

2018年5月1日

西濃医療生活協同組合
理事長 木村 隆之

(1) 日程

2018年6月24日(日)

午後1時～午後4時

(2) 会場

大垣市情報工房5階

大垣市小野4-35-10

電話0584-75-7000

(3) 議題

○2017年度活動のまとめと決算

○2018年度活動方針と予算

○第2次中長期計画案

○役員選挙

○他

大垣西支部

と き 5月27日(日) 10時から支部総会
ところ 介護センターしずさと

健康講座 (11時～)

「薬のはなし」

しずさと診療所 長谷川哲雄薬剤師

大垣中央支部

と き 6月2日(土) 9時30分から

ところ 介護センターしずさと

「マジックショー」大垣市出前講座 河村さん

※10時45分～ 支部総会

大垣北支部

と き 5月27日(日) 10時から支部総会

ところ 中川地区センター

健康講座 (10時30分～)

「転倒はなぜ怖い」

鍼灸師・理学療法士 長谷川賢治さん

赤坂支部

と き 5月27日(日) 9時45分から支部総会

ところ 青墓地区センター

健康講座 (10時45分～)

「転倒予防」

しずさと診療所 脇田謙次郎理学療法士

宇留生支部

と き 5月27日(日) 9時45分から支部総会

ところ 青墓地区センター

健康講座 (10時45分～)

「転倒予防」

しずさと診療所 脇田謙次郎理学療法士

大垣東支部

と き 5月13日(日) 10時から支部総会

ところ 三城地区センター

健康講座 (10時45分～)

「転倒予防」

しずさと診療所 浅野莉絵理学療法士

大垣南支部

と き 5月28日(月) 10時から支部総会

ところ 江東地区センター

健康講座 (10時30分～)

「エンディングノートも書き方講座」

ぎふコラボ西濃法律事務所 綴喜秀光弁護士

神戸支部

と き 5月27日(日) 13時30分から支部総会

ところ 神戸町ふれあいセンター

健康講座 (14時～)

「眼のはなし」

眼科クリニック・看護師 山田元美さん

揖斐支部

と き 5月26日(土) 9時から支部総会

ところ 池田町中央公民館

健康講座 (10時～)

「最期まで自宅で過ごしたい～訪問看護から」

しずさと訪問看護ステーション

新井有子看護師・正岡真弓看護師

不破支部

と き 5月13日(日) 9時から支部総会

ところ 垂井町文化会館小ホール

健康講座 (10時～)

「エンディングノートを書こう&成年後見制度」

山本妙弁護士・長屋祐一税理士

西濃南部支部

と き 6月3日(日) 13時から支部総会

ところ 養老中央公民館

「落語」 (14時～)

三友亭とんぼ さん

第3回支部代表者会議

4月22日(日)、介護センターしずさにて、第3回支部代表者会議を開催しました。全11支部からの代表者と組織委員あわせて25人が出席しました。

今回も恒例の1分間スピーチで脳いきいきの訓練を兼ねた自己紹介の後で、松岡専務より、この間の活動報告と次年度方針の提案があり、支部活動の交流を行いました。最初に2支部より特別報告をして頂きました。

西濃南部支部の野津さんからは、上石



津での脳いきいき班会から発展した「だんらん・たんぼぼ」の様子、今年から本格的にスタートした笑いヨガについて、毎月第3日曜日に継続して行っていることや夜の笑いヨガを始めたこと(まだ宣伝が足りないので参加者が少ない)、介護センターやデイサービスひのきでもボランティアで笑いヨガを始めたこと、海津では、新しい班活動を5月から始めることにし、第1回目は診療所の長谷川医師に来ていただき健康座談会を企画したことなどの報告を受けました。

大垣西支部の齋藤さんからは、年をとってもさみしくないようにたまり場を作りたいという思いから「楽らく広場」という班会を始めたことについて報告がありました。支部の組合員さん3人で去年の9月から始め、足湯をし、簡単な体操、クッキーなどのお菓子を食べながらおしゃべりの交流をしています。お声をかけてくださればどこにでもお手伝いに伺います。と話されました。

その後、各支部から、今までの活動の様子やこれから予定している支部総会の企画や工夫について報告がありました。北支部では自治会に働きかけて支部総会企画「健康づくり講座」のチラシを回覧板で回していただき、大々的に宣伝していることが印象的でした。

「しずさとすけあい」については松岡理事より、各支部でのコーディネーター配置を含む担い手づくりを進めてほしいこと、6月4日に交流会を開催するとの報告がありました。

6月開催の第17回通常総代会にむけ、活動方針案とともに、医療生協の中期計画案を審議しており、安心・健康のま

松岡専務からの活動報告と次年度方針案についての報告要旨を掲載します。

支部代表者会議への報告

1. 2017年度の活動報告

○組合員・出資金ふやし

組合員は、146人の加入に対し81人の脱退で純増65人。4067人組合員に。前年度の純増124人に対し52%にとどまりました。出資金は、975万円増加に対し778万円の減資があり純増197万円、1億6484万円に。前年度はマイナス19万円でした。

○健康・平和・いのち輝くまわづくり
健康づくりの取り組みが支部・班、委員会でも多彩に行われました。昨年から始まった「しずさとすけあい」が1年経過し、利用者アンケートから「すくく助かった」と喜びの声が届いています。

○事業活動と経営

6億8900万円の事業収入に対し6億7100万円の事業費用で、1800万円の経常利益、増収減益となる見込みです。

○中長期計画案の討議

理事会での継続した討議にあわせ、

ちづくりを活動の柱にする方針の具体化について検討を呼びかけました。

(組織委員会 長屋由利子)

11月開催の討論集会、1月には事業管理者と常務理事会合同検討会、支部や職場ごとの検討会など開催してきます。

2. 2018年度活動方針案

のポイント

①まちづくり

「居場所・たまり場」づくり、班やサークル・サロンなどを基礎組織に、フレイル(加齢による虚弱)予防、認知症予防など健康づくり、「しずさとすけあい」の普及、憲法を守る、核兵器廃絶など平和をつくる活動

②医療・介護事業

中長期計画案の目標である「診療所リニューアル」の事業計画づくり。医師の確保を重点に。医療・介護では、医療福祉生協の「いのちの章典」の実践と「健康の社会的決定要因」の視点をもった人権をまもる医療・介護活動

③組織強化

全国4課題(仲間ふやし・出資金増やし・班づくり・担い手ふやし)と組合員訪問活動、仲間ふやしでは4500人組合員をめざす。地域組合員・職員組合員が「ともに学び・育ち合う」人づくりを進めます。

神戸支部

今年で12回目のお花見会

好天にめぐまれ、満開の桜を満喫

3月29日(木)、今年で12回目になるお花見会は子どもさん2名を含む35名の参加で行いました。

お天気も良く、満開の桜を満喫。心もウキウキ昔の若さに返ることができました。桜並木の散策のあとはふれあいセンターでのお食事とアトラクションでにぎやかな時間でした。新婦人のハンドベルの演奏や恒例になっている上新町班からのゲームと歌、番号で誰と一緒にいるかと心もウキウキ、ドキドキ、歌い終わったら景品をもらってあっという間に時間が過ぎてしまいました。スクエアステップの体験もあり、心身ともにリフレッシュしました。

(運営委員 小林道枝)



不破支部

関ヶ原町で簡単お菓子教室

親子連れで30人が参加

4月14日、簡単お菓子作り教室が関ヶ原中央公民館で開催されました。親子連れを含め、30名が参加。調理室は活気にあふれました。

今回は、米粉を使つてのシフォンケーキとバームクーヘン。シフォンケーキは、紙コップに流してオーブンへ。バームクーヘンはフライパンを使い生地を少しずつ流しながら、新聞紙を棒状にしアルミ箔で覆った芯に巻いていきました。健康にも良い米粉で、小麦粉よりしっとり仕上がりました。甘い香りの中、焼きたてのスイーツを食べられる幸せ…。孫が遊びに来たら一緒に作ってみたいと思います。(馬場千春)



西濃南部支部

「快食・快眠・快便」で座談会

笑いヨガで「ワハハ、ワハハ」

3月25日(日)養老中央公民館の和室で「健康の集い」が開催されました。

今回は座談会形式で「日頃の健康について話しあおう」ということで、講師に新垣美代子さんをお招きしました。「快食・快眠・快便」について全員が発言し、普段はあまり言葉にしない話もしました。

今、マスコミなどでも「腸の働き」や「睡眠」についての新しい情報、TVコマーシャルが氾濫している中で皆さんの率直な声が出て、面白い座談会となりました。

昼食は料理屋さんからの美味しい弁当で「快食」。昼からは健康チェックと笑いヨガ。動作が面白いので、笑えてくる



から「笑いヨガ」と思っていたら、「笑うためにこういう動作をするヨガなのです」という長屋由利子さん(インストラクター)の言葉に少し戸惑った方もいらっしゃるかもしれませんが、和室の会場いっぱい「ワハハ、ワハハ…」が響きました。

西濃南部支部は南濃町でのミカン狩り、上石津町での芋煮会、養老町での健康の集いなどを毎年行ってきましたが、今後多くの組合員さん、家族、友達が参加したいと思える楽しい企画がなされることを期待しています。

できることなら、もう少し広い会場で参加者100人〜200人規模の西濃南部健康まつりみたいなものが開かれて、組合員さん以外の地域の人も参加してもらえようになればと思います。(野村 卓)

しずさとたすけあい
第2回担い手交流会

「しずさとたすけあい」の活動がスタートして早1年が過ぎました。この間の体験談など情報交換の場と

して、交流会を開催します。関心をお持ちの方々の参加も歓迎します。ぜひご参加ください。

とき 6月4日(月)

10時〜12時

ところ 大垣市青年の家1階研修室

赤坂支部

アコーディオンの演奏バックに

懐かしい歌みんなで歌い楽しむ

2か月に1回の定例のサロン。4月19日にアコーディオンの演奏で「歌声サロン」を開きました。神戸支部の川井栄松さんにきていただき、みんなでなつかしい歌をそれぞれリクエストして、大声で歌って楽しみました。独特のアコーディオンの響きに昔の歌声喫茶をなつかしみ、話に花が咲き、アコーディオンはいくらするのなんて質問も。リクエストでクラシック音楽をひいてもらいました。今回は初めての参加者3人を含め、20人の参加がありました。

(宇津時雄)



赤坂支部

恒例のお花見会

曽根城跡公園で

支部恒例の花見を3月31日、曽根城跡公園に集まり、大島堤で行いました。初めての人も含め13人の参加でした。

早々の行事計画で少し早い日程で心配でしたが、今年は例年になく早く咲き、満開の花見となりました。

好天にも恵まれ、大島堤の桜並木を小一時間歩いて満開の桜の花を満喫しました。

その後は公園南のお寺の境内をお借りしてそれぞれ持参のお弁当を広げてビールを飲んで花よりダンゴの時間を楽しみました。

(宇津時雄)



患者でつくる「なごみ班」

皆の顔みて笑顔に

2015年3月にある人の後押しがあり、最初は4人でパーキンソン病の班会を立ち上げました。早いもので丸3年が経過し、現



在10人になりました。今回は特別企画として、理学療法士の堀井聡至先生にきていただき、「自分でできるリハビリテーション」と題してお話をしていただき、その後それぞれが抱えている心配ごとや悩みごとについての回答をいただき食事しながらなごやかに皆さんいろいろ話し合いました。

本月はいつにも増して有意義なひとときでした。3か月に一度の集まりで、待ち遠しくて皆さん笑顔で集まってこられます。1人では皆の顔を見て笑顔で別れます。診療所関係者の方々のご配慮また送迎を快くしてくださる方々にはいつも感謝をしております。

班会の開催は、3月・6月・9月・12月の年4回です

(なごみ班 林正子)

憲法9条改憲にNo!

診療所玄関で署名行動



診察を終わっての患者さんが、玄関での署名コーナーに立ち寄って、戦争体験などを聞かせていただきました。

小学低学年の頃、登下校での空襲が怖かったこと、家に防空壕があったこと、養老の山の上から大垣市が真っ赤に燃えていたのを見たこと、戦災にあった親戚が自宅に疎開して一緒に生活したことなど、話しながら署名をしてくださいました。皆さん一様に「戦争だけはいいかん」と言っておられたことが印象的でした。

(正岡)



**「元氣ハツラツ市」で健康チェック
組員・職員35人が参加**

3月4日(日)、大垣駅前通りで開催された「元氣ハツラツ市」に、健康チェックと健康・くらし相談で参加しました。朝10時から午後3時まで、組員23人と看護師など職員10人が、午前と午後

を分担して、歩行者天国を行き来する方々に声をかけ、約200人の健康チェックを行いました。「加入したいんですが」と声をかけて下さる方もいて、この日は2人の加入がありました。



歩行の進化形「ノルディックウォーク」を始めませんか

3月25日、しずさ介護センターにて、ノルディックウォークの講座が開催され、40名の方が参加されました。

講師の柳先生から、ノルディックウォークの説明後に、駐車場へ移動してウォーキングの実技指導がありました。両手に「ポール」というスキーのストックのような杖を持ち、いざ歩行開始。初めて持つポールに気持ちがいり、緊張をして同じ側の手と足が動いてしまい、ロボットのようないきこたない歩き方。お互いの歩き方を見て、その滑稽さに思わず笑いが沸き、講習は和やかに進みました。歩き方が分かったら、「レッツゴー、ノルディックウォーク!」のどかな田園から杭瀬川の堤防へと意気揚々と歩きました。ぐるっと一回りした皆さんの顔は、とっても輝いて、まだ歩き足りない様子でした。

ノルディックウォークは、杖を「ポール」と呼ぶのは、転ばぬ先の杖ではなく、身体機能アップの運動器具だからです。全身運動のため、ただ歩くよりも1.3倍もの運動効果があり、それゆえに期待以上の満足感があつたようです。

(西支部 長谷川)

健康委員会 健康チャレンジ報告 その2

健康チャレンジの結果をお知らせします。カードを提出していただいた方は152名になりました。ご協力ありがとうございました。皆さんからのご意見の一部を紹介します。

- ・毎日行うための工夫をして日常に確実に組み込むことができた。意識的にやることの大切さを実感しました。
- ・毎日30分は歩くようになりました。
- ・歯がピカピカになりました。毎日口の中がきれいでき持ちいいです。
- ・体調良くなり食欲増した。あいうべ体操も風呂上りが一番良いと感じました。
- ・出勤時歩くようにした。会社でのラジオ体操を毎日。体力に自信が持てるようになった。
- ・酒の量が少しずつ減少していているので、チャレンジして良かったです。
- ・塩分を気を付けるようになった。
- ・朝食事前に血圧と体重を毎日記録していることにより体重が増えた時には、食事、運動などに気をつけて健康に心がけることができるようになった。
- ・3か月やりとげたことが少し自分への自信につながった気がします。

- ・1.5キロの減量ができた。毎日、ちょっと気をつけて食事の量や簡単な運動をすることで違うなと思いました。
- ・塩分控えめに舌が慣れてきた。

医療福祉生協の健康習慣 「8つの生活習慣と2つの健康指標」 で健康づくりをすすめましょう!

8つの生活習慣

- 生活リズムを整え快適な睡眠をとる
- 心身の過労を避け、十分な休養をとる
- 禁煙にとりくむ
- 不適切な飲酒をしない
- 適度の運動を定期的につづける
- 低塩分、低脂肪のバランスのよい食事をとる
- 間食せず、朝食をとる規則正しい食生活
- 1日1回以上よこれ落としきる歯みがきをする

2つの健康指標

- 適正体重、適正腹囲を維持する
- 適正な血圧をめざす



てまいりま
す。どうぞ
よろしくお
願いいたし
ます。

今年の4月にしずさと診療所に入職いたしました。まだまだ知識も経験も不足していますが、今後も努力を重ねながら1日でも早く組合員・地域の皆さまに貢献できるように頑張ります。

しずさと診療所
理学療法士 古田 菜穂

新入職員紹介

しずさと診療所では、毎年高校生の1日医療体験（医師・薬剤師・看護師）を、夏休みと春休みを利用して行っています。

この春は、医師体験1人、看護師体験18人が参加しました。1日だけですが、患者さんの協力を得て、外来や訪問診療の同行を体験するとともに、血圧の計り方など体験してもらいました。

「患者に寄り添って治療をする先生の思いに感銘を受けました。看護師、薬剤師、リハビリの皆さんの患者への思いを学ぶことができました」などの感想が寄せられました。

今年も「春休み高校生医療1日体験 医師・看護体験に19人の高校生

本紙3月号でお知らせし、診療所待合室での投函箱を設置し、ご協力を呼びかけました。集まりました「ハガキ」を日本国際ボランティアセンターに送りましたところ、お礼の手紙が届きましたので、紹介します。

この度は、日本国際ボランティアセンター（JVC）の各国現地での活動を支えるために書き損じハガキをお送りいただき、誠にありがとうございました。439枚を確かに受領いたしました。お送りいただいたハガキは、JVCが責任をもって管理・換金いたします。今後とも、JVCへのご支援をいただけますよう、何卒、宜しくお願い申し上げます。

日本国際ボランティアセンター（JVC）
スタッフ一同

書き損じハガキ120枚で、内戦の中で暮らす南スーダン1家族の最低限の生活用品（調理器具、寝具など）を支援できます。また、12枚でパレスチナ・ガザ地区で栄養失調の子ども2人が病院で診察を受けることができます。



ウォーキングの会

日 時 5月21日（月）※雨天の場合は28日（月）

健脚度 初級

大垣市上石津町延坂峠(630m)から猿登(703m)へのなだらかな林道歩き。正面には鈴鹿の山並みを、背後には霊仙を望みながら初夏の1日を楽しみましょう。

集合場所 教育会館 8時40分
しずさと診療所 8時50分
上石津みどりの森公園 9時20分

会費 100円+交通費300円

持ち物 弁当・水筒・雨具
登山靴または運動靴で

問合せ先 馬淵秀人 0584-91-5687 090-6580-8156

6月のウォーキングは6月16日（土）です。核兵器の廃絶をめざした国民平和大行進（東京→広島）の大垣→関ヶ原間に参加します。

山楽会

日 時 5月14日（月）※雨天時16日（水）

場 所 横蔵山・シャクナゲ(562m)

歩行時間 (2.5+2) 時間

健脚度 中級の中

見どころ 寺院本堂跡・シャクナゲ群生地
熊谷直実の墓

集合場所 教育会館 7時40分
しずさと診療所 7時40分
池田中央公民館 8時00分
谷汲町役場 8時30分
上神原駐車場 9時00分
横蔵寺・いこいの森 9時20分
シャクナゲ群生地 12時頃

登山口 横蔵寺・いこいの森

昼食 シャクナゲ群生地

下山時刻 15時頃

大垣帰着 17時頃

持ち物 弁当・お茶(500m×2本)・帽子・タオル

杖・雨具必携

会 費 100円+交通費300円

問合せ先 奥田進 0584-89-2604 090-7687-0031

診療所・介護事業所の草取りボラ に皆さまのご協力お願いします

- 日時 5月27日(日) 7時～
(雨天の場合6月10日に)
■集合場所 しずさと診療所
■問合せ先
正岡礼子 0584-27-5957



グラウンドゴルフで楽しく健康づくり

実施日

5月16日(水) 25日(金) 30日(水)
6月7日(木) 13日(水) 22日(金) 27日(水)
7月5日(木)

※時間はいずれも

午後1時～

場所 三城公園

ソフトボール場

問合せ・申込先

河村秀一 090-5450-3227



無料 くらし何でも相談会

多重債務(破産・再生・任意整理)、離婚・
親権、遺産相続、交通事故、労働災害、医
療事故、消費者被害、損害賠償など。提携
弁護士がご相談をお聞きします。

日時: 5月17日(木) 午後1～3時
6月14日(木) 午後1～3時

場所: しずさと診療所内

○相談料: 無料

○相談時間: 30分

○事前申込みが必要です。

本部電話 0584-92-3268

しずさと診療所 診療案内

内科・外科・整形外科・リハビリテーション

- 水曜夜の柄澤医師の診察は予約のみです。
- 金曜午前は長谷川医師が診察を担当、柄澤医師は胃カメラ・エコーを担当します。

※ 土曜日の診察

- 第1・3に岡野医師が担当します。
- 第2・3は柄澤医師が担当します。
- 第4は長谷川医師が担当します。

西支部

健康班会 楽しく広場

- 日時 5月23日(水) 9時半～11時半
■テーマ 肩、首、手のしびれ

- 日時 6月19日(火) 9時半～11時半
■テーマ 皆様のご希望で決めます。

場所 南徳光公民館

参加費 100円

問合せ先 齊藤 090-4860-4505

西支部以外の方もお気軽にお越しください。

西濃南部支部

笑いヨガ班へのお誘い

～笑いヨガで心も体も健康に～
(夜の部も始めました)

- 日時 5月20日(日) 午前10時～11時
5月21日(月) 午後7時30分～8時30分
6月17日(日) 午前10時～11時
6月18日(月) 午後7時30分～8時30分

場所 養老町広幡公民館 和室(養老町口ヶ島19-1)

持ち物 飲み物 タオル(笑うので喉が渇きます)

参加費 無料

どなたでもお気軽にお越しください。

夜の部では「朝までぐっすり寝られた」「目覚めがとても良い」と好評です。

問合せ先 長屋由利子 080-1612-4387

西濃南部支部・けんこうカフェ

健康座談会

しずさと診療所・長谷川医師を囲んで

- 日時 5月13日(日) 午後1時～3時
■場所 海津市平田町ふるさと会館 会議室

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	柄澤		柄澤	柄澤
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	長谷川	※
	第二診察室	長谷川	長谷川	長谷川	<往診> 長谷川	<検査> 柄澤	
14～17時	訪問診療	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤	柄澤 長谷川	
17～19時	第一診察室	柄澤		泉		長谷川	
	第二診察室			柄澤			

<医療・介護のお問い合わせは>

▼しずさと診療所

電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

▼デイサービスひのき

電話 0584-93-0310 FAX 0584-93-0311

〒503-0981 大垣市松町706

▼介護センターしずさと

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151

〒503-0981 大垣市松町1452

- ・介護支援センター 0584-93-1171
- ・デイサービスセンター 0584-93-1172
- ・訪問看護ステーション 0584-93-1173
- ・ショートステイ 0584-93-1175