



西濃医療生活協同組合

第20回 健康まつり

“復活”4年ぶり開催で“地域まるごと健康づくり”

健康講座・健康班会など
医療生協の健康づくりを体験してみませんか

しずさと診療所 柄澤所長

「診療所20年とこれから」

しずさと診療所を組合員みんなで作って20年。
その先頭にたって頑張ってくられた柄澤所長から、
これまでを振り返りこれからの医療生協の
医療介護活動について語っていただきます。

班会体験コーナー

医療生協の班は「スクエアステップ」「脳いきいき」「健康サロン」「高齢者にやさしいヨガ」「歴史散策ウォーキング」など。現在37の班が毎月行い200人以上が参加。いろんな班の健康づくりを体験しませんか。



スクエアステップ体験会の様子

参加協力券 300円

班会体験・健康講座・健康チェック・健脚度測定・
なんでも相談、すべての企画が無料です。

※体験ラリーでスタンプが一つでもあれば景品と
交換。従来の閉会式での抽選会はありません。

2023年
10月22日 日
13:00 ~ 16:00

会場 大垣市西部研修センター
(大垣市大垣市松町357)

健康チェックコーナー

血圧・体脂肪、骨密度・血管年齢など



健脚度チェックコーナー

足（下半身）の健康度＝健脚度を測定

健康・医療・介護相談コーナー

西濃医療生協の医師・看護師やケアマネージャー、
ケースワーカーなどが、健康のこと、医療・
介護でお困りのこと また、暮らし全般のお
困りごとも お気軽にご相談ください。

医療生協設立から毎年開催してきた恒例の「健康まつり」の“復活”です

ただ、新型コロナの感染は続いています。
基本的な感染対策とともに

- ①開催時間は短縮し13時から16時まで
- ②出店・模擬店での食事提供は実施しないことにしました

2020年から始まった新型コロナ感染拡大は、さまざまな人とのつながりを断ち切ってきました。人と人がつながること、おしゃべりしたり、一緒に体を動かしたり、楽しい時間を過ごすことが、健康にとっては大切なことなんだと実感されたのではないのでしょうか。

医療生協の健康づくりを体験し、みんなで一緒に楽しい時間をすごしませんか。

プログラム

		研修室1	和室1	和室2	研修室2
13:00	オープニング				
13:30	柄澤所長講演				子どもコーナー
14:15	班会体験 ・スクエアステップ ・健脚度チェック 他	健康チェック なんでも相談 介護用品展示	班会体験 ・脳いきいき ・転倒予防 他	班会体験 ・ヨガ ・笑いヨガ 他	
15:30	スタンプカード 景品交換				

※班会体験の内容が変わる場合があります。

【参加の際のお願い】

- ★上履きをご持参ください。
- ★健脚度・スクエアステップ参加希望の方は上履きシューズをご用意ください

医療生協の健康づくり



リハビリ職員を講師に健康講座



お花見ウォーキング



いつでもどこでも
まちかど健康チェック

主催：西濃医療生活協同組合

健康まつり実行委員会

(連絡先) 大垣市久徳町153-1

電話0584(92)3268

<医療生協の事業所>

■しずさと診療所

内科・外科・整形外科・リハビリテーション科
訪問診療 訪問リハビリ 通所リハビリ
特定健診 人間ドック
インフルエンザ・新型コロナワクチン予防注射
肺炎球菌ワクチン

■介護センターしずさと

しずさとショートステイ
しずさとデイサービスセンター
しずさと訪問看護ステーション
しずさと介護支援センター

■デイサービスひのき

■しずさと介護支援センター不破事業所