

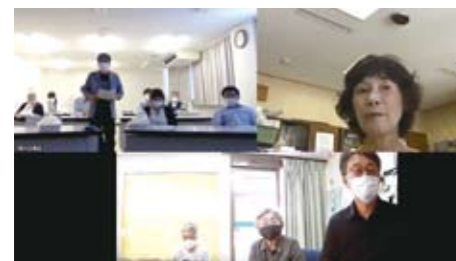
第41回友の会総会を開催しました

～21ヶ所から48名の参加～

6月18日(土)に第41回くまもと健康友の会総会が開催されました。今年も昨年に引き続いてオンライン併用の総会となりました。参加は、10班から24名、職員、事務局を併せて48名でした。今回は、通常の議案に加えて友の会会則変更が提案されました。

今回の会則変更の特長は、今年度中に全県の7つの友の会名簿が統一されることから、個人情報取扱規則を明確にしたことです。参加者からの発言では、くまもと健康まつりの取り組み、京町班文化祭、ハイキングサークル、絵手紙サークルからの報告がありました。議案採択はオン

ライン併用ではありましたが、運動の総括と方針、会計、新年度役員、拍手で採択されました。新たに役員に就任した方は3名、役職交替が2名、退任1名で合計25名の運営委員会体制となりました。



オンラインの様子



～今年度の活動方針～

- ① 安心して住み続けられるまちづくり運動に取り組みます
- ② 班会の強化と健康づくり運動をすすめます
- ③ 文化・レク活動をすすめます
- ④ 強化月間(10～11月)に取り組みます
- ⑤ 全国の運動と共同しながら活動します
- ⑥ 友の会だよりを年3回発行します
- ⑦ 熊本県下の7つの友の会名簿を一本化します
- ⑧ 運営委員会や専門部などを強化してみんなでつくる友の会にします

2022年度役員

[会長] 上野美恵子
 [副会長] 田中慶昌 本高勝久
 [事務局長] 井上晋(新)
 [事務局次長] 大楠学 田辺菜穂子
 [運営委員] 今村真理恵(新)
 藤本麻美(新) 安達純子
 荒木佐由美 市花真
 緒方真也 小田和子
 神田美智子 工藤陽子
 後藤ひろみ 重元和子
 高崎清治 立野義和
 長谷川博 服部節子
 前田夕佳 山下久美
 山本由美子 吉田京子

新役員抱負



新役員
井上 晋

事務局長の大役を仰せつかり、うれしい反面、身の引き締まる思いです。友の会、民医連に関わる多くの皆さんと手をつなぎ、楽しく役に立つ活動に取り組みたいと思います。どうぞよろしくお祈りいたします。



新役員
今村 真理恵

初めまして、この度運営委員になりました今村真理恵です。退職を機に民医連職員から地域住民へとその立ち位置は変わりましたが、友の会を確かな足掛かりにこの長引くコロナ禍においても健康を維持・推進する取り組みを通して、安心して住み続けるまちづくりに微力ながらも貢献できればと思っています。



新役員
藤本 麻美

くわみず病院事務の藤本麻美と申します。12年前に芳和会に入職し、総務課や医事課の職種を経て、現在はくわみず病院検診センターに所属しております。これまでの経験を活かして、少しでも皆さんのお役に立てればと思っています。また、コロナの影響で心配事が続いていますが、可能な限り皆さんと一緒に楽しく活動していきたいです。宜しくお願いいたします。

健康体操 DVD が完成 三編シリーズ

新型コロナ禍の中で特に高齢者は自宅に引きこもりがちになっています。今回、くわみず病院リハビリ室の全面協力のもと、コロナに負けんばいと称して3本の体操ビデオを制作しました。この体操は、①転倒

予防編 ②認知機能低下予防編 ③嚥下体操編の3本からなっておりいずれも10分前後です。パソコンやスマホがあれば簡単に視聴できます。毎日体操を行って健康を維持しましょう。

くまもと健康友の会ホームページで視聴できます <http://tomonokai.sub.jp/kumatomoHP/rehastudy/>



転倒予防編



認知機能低下予防編



嚥下体操編

視聴の仕方

パソコンから見る場合

くまもと健康友の会のホームページを検索して開きます。上に「動画で学習コーナ」をクリックします。すると3本の体操が出てきます。必要な体操をクリックします。

スマホで見る場合

くまもと健康友の会のホームページを検索して開きます。上にあるメニューマークの[≡]を押します。次に「動画で学習コーナ」をクリックします。



「人形づくり」 モンテッソーリ教育

20数年前の事、同居していた母が認知症になり、ある日突然「赤ちゃんがいなくなった」とベッド周りを探し回る出来事が発生しました。そのことを友の会京町班の高濱さんに話したら「それは女性の認知症によくある症状で、そんなときはお人形を抱かせてあげるといいのよ。さっそくみんなで人形を作りましょう」と、すぐにS先生を連れてきてくださり、友の会京町班の4人で作るようになりました。

その人形は、スウェーデン生まれの素材で作るウォルドルフ人形といい、本来は幼児教育の一つ、「モンテッソーリ教育」に使用され、衣装の着せ替え、ヘアースタイルを変えたり、お風呂に入れることも可能な人形です。

子育ては女性の本能ですから、子どもだけでなく女性老人の認知症の治療にも役に立つことは間違いないと思っています。

kuroneko
(京町班)