

組合員活動ニュース No.3

宝塚医療生協本部事務局 0797-69-6121



お知らせ

4/8 非常事態宣言発令後、制度健診をお受けすることが出来ませんでしたが、5/7 よりがん検診(肺・大腸・乳がん・前立腺・肝炎ウイルス)に限られますが行うことが出来るようになりました。
肺がん検診は、4~6月・9~11月の期間の実施となります。

*
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) に負けない!
*



医療福祉生協連より「おうちえ」リーフレットが、届きましたのでご活用ください。詳しい内容は、裏面にあります。

ご協力ください

医療・介護の現場は緊張感の中、頑張っています
必要な備品が足りません！困っています！

- ・使い捨てビニール手袋 ・雨合羽
 - ・スプレーボトル ・布マスク生地
- (高松支部ニュースより引用)

国民健康保険料(税)の減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響や昨年度と比べて収入が減少した場合は、国民健康保険料(税)の減免対象になります。厚労省から新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、直接市役所の窓口に行くことなく、必要に応じて電話等での対応する通達が各市役所の国民保健課に下りていますので、まずはお電話での問い合わせを行って下さい。

総代選出状況(5/13 現在)

総代数 205 名に対して 77 名です。
総代選挙締切は 5/22 です。
大至急選出をお願い致します。

四課題到達(5/13 現在)

目標：20,000 千円
到達：1,460 千円(到達比 7.3%)
支部では、継続増資が定着して、
総代依頼・「だから配布」・運営委員会・組合員さんからの連絡など、支部役員の皆さんの奮闘の成果です。

今年も行います大腸がん検診受診運動

昨年度も取り組みました「大腸がん検診受診運動」を、5/7 からのがん検診再開を受け取り組みます。「大腸がん検診受診運動」は、組合員の皆さんの検診受診のきっかけ、をつくり、また組合員の皆さんを早期発見、早期治療につなげる大切な取り組みです。

新型コロナウイルス緊急事態を、組合員・職員の皆さんの英知を結集して乗りきり、2020 年度四課題目標を何とかして達成させましょう！

おうちえ

とは

シニアの方に役立つ情報を集めた知恵袋です。「からだ」「くらし」「きずな」「こころ」について、いまからチャレンジしてみたいことや誰かに教えたり話したりしたくなる楽しい工夫・アイデアをご紹介します。

お いしく
食べて健康に



からだ1～

今までの健康を保つための食と運動の工夫

動かない時間が長いと、食欲・筋肉・認知機能の低下が心配です。今できる健康管理のポイントを紹介します。

- ・気を付けたい「生活不活発病」
- ・食事で筋肉アップ、免疫力アップ
- ・滑舌と噛む力を鍛えよう
- ・自分にあった運動



う ちですぐ
時間を豊かに



くらし1～

おうち暮らしを再点検

外出自粛によって増えたおうち時間・家族の時間を、より快適に暮らして・働いて・楽しめるちょっとした知恵や工夫を紹介します。

- ・せつかくのおうち時間を楽しむアイデア
- ・家族との時間を快適にする工夫



ち いきで
近くで支え合い

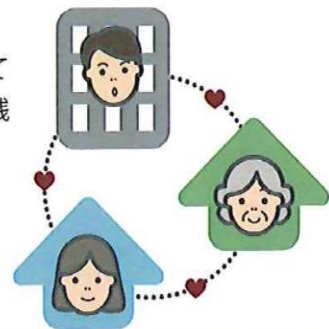


きずな1～

離れていてもできること

普段と同じような交流ができない状況で、離れていても友人や仲間と交流し、ご近所や地域で実践できる工夫を紹介します。

- ・ご近所や地域で支え合い
- ・地域の魅力再発見／地域の事例紹介



え がおで
ゆとりの心持ち



こころ1～

前を向いて小さな幸せや楽しみを探そう

長引く慣れない自粛生活で、つつい笑顔を忘れていませんか？身体だけでなく心の健康を保つために気を付けたいことや、自粛期間の終了後にも役立つ新しい挑戦を後押しする情報を紹介します。

- ・不安を和らげ、ストレス解消
- ・この機会に挑戦：自粛後も役立つ技

