

すこやかスマイル

2021

8

219号



切り絵

■組合員数 10,574名 ■出資金 3億8,605万円 2021年6月末現在

【発行】ながおか医療生活協同組合本部 〒940-0042 長岡市前田 1-6-7
TEL 0258-38-0813 FAX 0258-30-1160

ながおか医療生活協同組合 検索

小規模多機能型居宅介護は、ご利用者や家族の状態に合わせて、ひとつの事業所で「通い」を中心とした「泊まり」や「訪問」といったサービスを柔軟に組み合わせ受ける介護サービスで、ながおか医療生活協の小規模多機能型居宅介護には

- プラット新町 (☎38-8877)
- プラット笹崎 (☎37-0706)
- プラット高町 (☎39-3019)

3つの事業所があります。同じ場所で顔なじみのスタッフがサービスを提供するので、認知症の方にも不安や混乱を与えず安心してご利用いただける点が大きな特徴です。サービスを通じて、入浴・食事・排泄等の介護、その他日常生活をサポートします。泊まりについては定員内であれば急な利用希望にも対応します。ご利用料金は1ヶ月単位の定額制(食費・宿泊費は自己負担)、ご利用対象者は要支援1・2、要介護1〜5の方で幅広くご利用いただけます。

ながおか医療生協の 小規模多機能型 居宅介護

プラット新町 / プラット笹崎 / プラット高町

● 通いの時間に制限はなく、滞在時間は自由に選べます。ご家族送迎で、朝早くから夜遅くまでの通いも可能です。● 宿泊時の時間は目安です。ご本人の生活スタイルに寄り添いながら安心して泊りいただける環境を提供します。



プラット新町 (主任) 渡辺裕太



食事は調理スタッフの手作りです。

プラット新町の一日

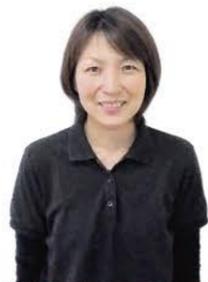
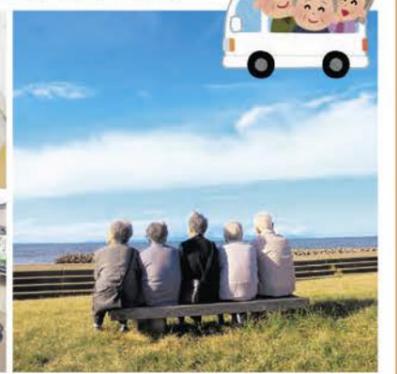
8:30	ご自宅にお迎え
9:00	バイタルチェック 入浴 個別リハビリ 余暇活動
10:00	お茶のみ 体操・集団リハビリ 口腔ケア体操
12:00	昼食・午睡
14:00	レク活動
15:00	おやつ
15:45	ご自宅までお送り
17:30	夕食
21:00	就寝
2時間おきに巡回	
23:00	1:00 3:00 5:00
6:00頃	起床 バイタルチェック
7:30頃	朝食



週2回かんた診療所より、リハビリ専門職の支援があります。個別のリハビリメニュー作成も可能で、身体機能維持に努めています。ご利用者の楽しみや趣味の活動等幅広い内容を提供します。



集団活動・ドライブや脳トレ・季節の活動・行事等を行いながら生活の活性化を図ります



プラット新町 (副主任) 大塚幸恵

【訪問】安否確認・オムツ交換・買い物・ゴミ出し等使用の方は様々。自宅において必要な時に必要な時間利用が可能です。通うことに抵抗を感じる方の関係づくりにも活用できます。ご利用者ご家族のお困り事に随時対応致します。

2階には認知症対応型共同生活介護グループホーム「さざき」が



プラット笹崎 (副主任) 南波幸子

プラット笹崎 (副主任) 鷺頭美樹

笹崎事業部長 田中太一

プラット笹崎

プラット笹崎は「その人らしい家庭生活をともに」という理念を掲げ、ご利用者が住み慣れた地域・家族とともに安心して生活が送れるように、願いを尊重したサービス提供を心掛けています。そのために回想法や音楽療法、リハビリ等を日々

併設されている他、介護付有料老人ホーム「アシスト笹崎」が隣接されており、互いに協力・連携してご利用者の状態に応じた暮らしを支えています。



プラット高町

プラット高町の強みは、初めてサービスを利用する方にゆとりとお付き合ひさせて頂き、心配なことはいつでも相談頂けることです。6月から最新式の浴槽を導入し、お元氣な方やお体の不自由な方からもよりゆとり入りって頂ける浴槽になりました。これを機にプ

ように、いつまでも応援していただきます。」を理念としてお一人ずつの生活を支えていきます。どこに相談すればいいのか迷った時はお気軽にお声かけ下さい。



プラット高町 (副主任) 塚本麻矢

プラット高町 (ケアマネ) 堀井直美



最新式浴槽

「切り絵」楽しいです

村田隆蔵さん（前田リハビリご利用）



昨年4月号から本誌表紙（タイトル横）に掲載している切り絵は、組合員村田隆蔵さんの作品です。

次号以降の作品をお願いするタイミングで「新作ができた」と聞き取材に伺いました。

高町は良い所です

生まれは糸魚川ですが仕事の関係で転勤が多く長岡には30年くらい前に来ました。車いすでの生活になり、高町に家を建てて22年。高町は良い所です。自宅の庭に花を植えてきれいにされているお宅が多くて、あと所々道端にもね。今朝も早い時間にぐるーっと廻ってきたけどきれいでした。夏になると公園にもきれいな花が咲きますよ。



切り絵を始めて8年

地域の切り絵サークルの案内を見て参加したのがきっかけで始めて、もう8年くらい。最初のころの作品と比べると仕上がりが全然違いますね。一つの作品は、ゆっくりで2日、大判になると1週間くらいで完成します。作品は、前田リハビリに何点か展示しています。6月には高齢者センターみやうちで作品展示がありました。

ここの1年、コロナ禍で家にいる時間が長かったので、作品もだいぶ増えました。細かいところを切り抜いたり、髪の毛一本くらいの線を残したり、難しいところもあるけど、完成するとやっぱり達成感があります。これからも切り絵は続けていきたいですね。



お気に入りの作品

「令和」新元号発表の時の文字に、パソコンで打った「レイワ」を背景にして作成。



前田リハビリを利用して頂いています。職員さんは細かいところまでよくみてくれるし、ケアマネさんもうろいろ話をきいてくれます。通い始めた頃と今では、体の感覚が全然違いますよ。



拡大



新作「掛け軸」

今月のすこやかコラム



夏がくれば思い出す。50年前、小学生の夏休みの朝は早い。日の出とともに小学校のグラウンドへ、遊びまくってラジオ体操が始まるころには一汗かいている。悠久山ブール、蟬取り、石地の海水浴、川西屋のアイスクャンデー、かき氷、なつかしい。長岡

今回は「羽賀先生」です

まつりの鼓笛隊、三尺玉花火、お盆墓参りがおわると楽しかった夏休みは終わる。いい思い出を与えてくれた当時の大人に感謝。すでに半分くらいは逝去されたが、あのころの感謝をこめて、お世話になった方々の暮らしの支援を在宅で施設で精いっぱい努めたい。

フレイル運動コーナー

今月は【ながら運動】

おうち時間を有効に！「ながら運動」で運動不足解消をしましょう！

☆椅子に座りながらボールつぶし！

- ①椅子に座り、ボールを両膝の間に挟みます。
- ②ふーっと息を吐きながら、10秒間両膝でボールをつぶしていきます。これを10回×2～3セットが目安。

※背中が丸まったり、腰が反ったりしないよう、胸を張って、いい姿勢で行いましょう。

★ボールがない場合

タオルやクッションでも代用できます。



☆横になりながら足上げ！

- ①横になり、片足を写真の様に天井に向かって上げていきます。※つま先は真っすぐ前に向けます。
- ②足を上げた際に身体がグラグラしないよう、手で支えます。※足の上げ下げは「早く」でも「ゆっくり」でも、どちらでもOK！10回×2～3セットが目安です。



YouTube で家トレ発信しています！

なごか医療生協では様々な運動教室を運営しています。最近、LINE、Facebook、YouTube などSNSでの情報発信にも力を入れており、中でもYouTubeでは家庭でできるトレーニング、健康に過ごすための情報やトレーナー同士のゆるいトークもあり大変好評です。まだ視聴されていない方はぜひ覗いてみて下さい！運動教室についての下記までお問い合わせください。



YouTube

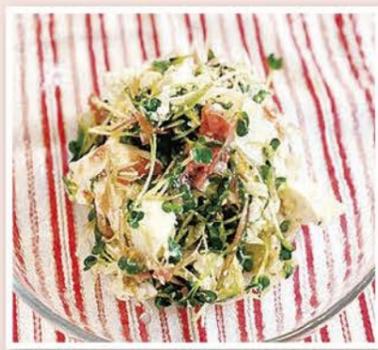
なごか医療生活協同組合かんだりリハビリパレット
☎ 0258-32-3888

今月は栄養士のレシピを紹介します 薬味たっぷりくずしやっこサラダ

暑いときの定番『豆腐』には良質なたんぱく質やビタミンB1が含まれ、特にビタミンB1は疲労回復にも効果があります。消化がいいので、胃腸が弱った時でも負担をかけずに栄養が摂れます。

材料 (2人前)

- 木綿豆腐 200g
 - 長ネギ 10cm
 - かいわれ大根 30g
 - 大葉 5枚
 - みょうが 2個
 - 梅干し 2個
- (A) ごま油 大さじ1
鶏ガラスープの素 小さじ1
白いりごま 小さじ2
すりおろし生姜 小さじ1
酢 小さじ1
ラー油 小さじ1/2



もめん豆腐はあらかじめ水切りを！
①キッチンペーパーを2枚重ねにして、豆腐を包む。
②キッチンペーパーの端が重なっている方を下にし、耐熱皿にのせる。ラップをせず、電子レンジ(500W)で3分加熱する。

手順

- ①長ネギ、梅干しはみじん切りにする。かいわれ大根は半分に切る。みょうが、大葉は千切りにする。
- ②ボウルに(A)、①を入れ全体に味がなじむように和える。
- ③水切りをした木綿豆腐を入れ、スプーンで大きめにくずしながら全体に味がなじむように和える。
- ④器に盛りつけて出来上がり。

ポイント

- ★辛みが苦手な方は、ラー油の量を調整してください。
- ★お好みで、絹ごし豆腐に変えてもお作りいただけます。

栄養価 (1人分)

エネルギー 163kcal タンパク質 7.5g 食塩分 0.7g

8月診療案内

都合により診療体制が変更になることがあります
詳細は各診療所、クリニックへお問い合わせください

■ながおか生協診療所 長岡市前田1-6-7 ☎39-7001

時間	月	火	水	木	金	土	お知らせ
8:30 ~12:00	羽賀 片山 本田	羽賀 勝山 本田	羽賀 勝山 本田	羽賀 片山	岡田 勝山 本田	★羽賀 ★勝山 ★片山 ★本田	★火曜日午後の診療 羽賀…第1・2・3・5週 星野…第4週 勝山…第1・3・5週 片山…第2・4週 本田…第1・3・5週
訪問診療							
15:00 ~17:30 (火曜、水曜、 木曜17:00 まで)	羽賀 片山 本田	★羽賀 ★星野 ★勝山 ★片山 ★本田	勝山 本田 ★関	羽賀 片山 本田	羽賀 勝山 本田	休診	★水曜日午後の診療 関…第2・4週 ★土曜日の診療 勝山…第2・4週 片山…第1・3・5週 本田…第3・5週 羽賀…第1・2・3・4週
休診 8/3(火)午後、8/14(土)							

■生協かんだ診療所 長岡市西新町2-3-22 ☎32-2887

時間	月	火	水	木	金	土	お知らせ
8:30 ~12:00	星野 勝山	星野 片山	星野 片山	岡田 勝山 本田	星野 羽賀 片山	9:00~ 星野 ★岡島	★火曜日午後の診療 星野…第1・2・3・5週 羽賀…第4週 青木…第2週
訪問診療							
15:00 ~17:30 (火曜、水曜、 木曜17:00 まで)	星野 勝山	★星野 ★羽賀 ★青木	羽賀 片山	星野 勝山	星野 片山	休診	★岡島医師 8月の診療は ありません。
休診 8/3(火)午後、8/14(土)							

■生協子どもクリニック 長岡市沢田1-1-20 ☎33-7131

時間	月	火	水	木	金	土	お知らせ
8:45 ~12:00	井埜 田中	井埜	井埜	井埜	井埜	井埜	●一般診療、予防接種、乳 児健診はweb予約もで きます。
13:45 ~15:45	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種	休診	乳児健診 予防接種	休診	★内山医師の診療 電話にてお問い合わせ ください。
16:00 ~17:30	井埜	井埜	井埜	井埜	井埜	井埜	
休診 8/13(金)、8/14(土)							

■あたご子どもクリニック 長岡市琴平1-2-1 ☎36-5810

時間	月	火	水	木	金	土	お知らせ
8:30 ~11:00	一般外来(急性) ※土曜日は 8:30 ~ 10:30						
11:00 ~12:00	慢性外来・予防接種(1歳以上) ※土曜日は 10:30 ~						
13:45 ~15:00	1歳未満の予防接種・健診			休診	1歳未満の予防接種・健診		
15:00 ~16:00	慢性外来・1歳以上予防接種			休診	慢性外来・1歳以上予防接種		休診
16:00 ~17:30	一般外来(急性)			一般外来(急性)			
お知らせ	●診察医 *吉川(月~土) *本間(金) 8/27(午前) web予約できます 一般診療、予防接種、乳児健診 発達外来、アレルギー外来は web問診できます 一般診療 予約制(電話のみ)						
休診 8/13(金)午後、8/14(土)、8/18(水)							

■生協ながおかデンタルクリニック 長岡市沢田1-2-1 ☎37-8810(予約制)

時間	月	火	水	木	金	土	お知らせ
9:00 ~12:00	源川 ★菊地	源川 ★市川	休診 ※注	源川 菊地	源川 ★四日	8:30 源川 ★四日 ★赤柴	※水曜日は休診。 8/11(水)診療します。 ●訪問診療に出ている 場合があります。 ★市川医師の診療日 8/3・24(火) ★菊池医師の診療日 毎週木曜、 及び 8/2・23(月) ★四日医師の診療日 8/20・27(金) 8/7・21・28(土) ★赤柴医師の診療日 8/7(土)
13:30 ~18:00	源川 ★菊地	源川 ★市川	休診 ※注	源川 菊地	源川 ★四日	13:00 源川 ★四日 ★赤柴 17:00	

④新型コロナウイルス感染拡大防止のため診療体制が変更となる場合があります

休診 8/13(金)午後、8/14(土)

日本脳炎 特例対象接種は お済みですか?



あたご子どもクリニック 看護師 佐藤 恵子

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスにより発生する病気で、人から人への感染はなく、ブタなどの動物の中で増えたウイルスが蚊を介して感染します。突然の高熱、頭痛、嘔吐などで発症し、意識障害や麻痺等の神経系の障害を起こす病気で、後遺症をのこすことや死に至ることもあり得ます。予防接種により、日本脳炎罹患リスクを75〜95%へらすことができますと報告されています。しかし、日本脳炎の予防接種後に重い副反応をおこした事例があったことをきっかけに、平成17年度から21年度まで、日本脳炎の予防接種は中止されました。その後、新たに安全なワクチンが開発され、現在は日本脳炎の予防接種が再開されています。このため、平成7〜18年度に生ま



れた方は、平成17〜21年度に日本脳炎の定期接種を受ける機会を逃していること(日本脳炎特例対象)がありますので、母子健康手帳を確認していただき接種回数不足している場合は接種を受けていただくようお願いいたします。

①平成7年4月2日から平成19年4月1生まれで、20歳未満の方
日本脳炎予防接種の第1期(3回)・第2期(1回)の合計4回の接種を完了していない場合は、20歳の誕生日の前日まで、不足回数を無料で接種することができます。

②平成19年4月2日から平成21年10月1生まれで、日本脳炎第1期(3回)が終了していない方で、9歳以上13歳未満の方

※日本脳炎ワクチンの供給量が減少しています。現在、日本脳炎ワクチンの供給量が減少しているため、厚生労働省より接種優先順位が設けられています。お手数ですが、日本脳炎特例接種をご希望の方は必ず事前に生協子どもクリニック、あたご子どもクリニックまでお電話でお問い合わせください。

生協子どもクリニック
TEL 0258-337131
あたご子どもクリニック
TEL 0258-365810

組合員のみなさまへ コロナ禍における支部班会活動について

組合員の皆様におかれましては、いつもながおか医療生協の活動にご協力いただき誠にありがとうございます。

収束が見通せないコロナ禍が続く、支部・班活動の制約が1年以上続いておりご不自由をおかけしていますが、ワクチン接種がすすみ収束の兆しが見えるまでは、これまでと同様に「正しいマスク着用」「手洗い・手指消毒の励行」「3密回避」が必要と言われております。

感染力の強い変異株のウイルス感染者も増えてきており、特に飲食や合唱・合奏などは感染リスクが高まります。生協の強みである「人と人が楽しく集うこと」自体が感染につながる恐れもあるため、組合員の皆様にコロナウイルスからできるだけ守りたいとの気持ちから、今しばらく班会・支部活動の制約にご理解・ご協力をお願いいたします。

ながおか医療生活協同組合

ある日の風景

「言い間違い」



◆各種企画・支部班会等、組合員活動に参加にあたっては、新しい生活様式(検温、手洗い励行、マスク着用、3密を避ける)の実践をお願いします。飲食は禁止、水分補給用の飲み物は各自ご持参ください。

下記企画等のお問い合わせ、参加申し込みは くらいいきき支援室 (☎30-1161) まで

オレンジカフェ 新町わいが家

8月28日(土) 9:30~要申込
(毎月第4土)

地域の茶の間 ながおかわになーれ (毎月第1月曜日)

8月まで中止。再開については、スマイル紙面にてお知らせします。

四郎丸支部主催

映写会
8月お休み

読者の声・組合員の作品

※敬称略

●丁寧親切デントルクリニク
今、生協デントルクリニクに通っていますが、接遇がすごく良いです。私自身介護施設で働いていますが、同じように丁寧な対応ができるよう参考にさせていただきます。受付の方、歯科衛生士の方、どの先生も本当に丁寧な対応、ありがたうございます。歯科で通うのが嫌にならないのは初めてです。

●子どもの歯磨きの記事 (はるママ)
もうすぐ3歳になる息子がいるので、子どもの歯磨きについて(年齢は違いますが)ポイントをおさえていってわかりやすく興味深く読みました。仕上げ磨きでは、じつと動かさず上を向いて口を開けるのがなかなかできないので、動画を見せながら歯磨きに奮闘しています。子どもが大きくと口を開けてくれるコツがあれば知りたいです。

●わいが家企画に参加しました!
「切り絵を作る」初めて参加させていただきありがとうございました。大変苦勞した中で、こんなに素晴らしいものができるのは!!そして参加者のほとんどが女性。また女性パワーを知らされました。「世の男性軍、積極的に参加しましょう!!」(ヨシさん) 7月号の「くらしの知恵袋」



●高熱が続いて不安に...
先日2歳半の娘が高熱をだしました。40度近い熱が3日間続き、本人はいたって元気でしたが、結果的に突発性発疹だつたのですが、今の時世、熱が出る不安な気持ちになりました。早くみんなが安心して過ごせる日々に戻ってほしいです。ちなみに、突発性発疹は解熱後のほうが機嫌が悪くなるようで、娘も一週間ほどかたてない不機嫌でした。(泣) (うめこ)



●うちのカツオ君
暑くなってきたので息子の髪の手をバリカンで刈りました。カツオ君のようになった息子は、色々な人から頭をなでられるのが嬉しいようです。「カツオハゲマル!!」とご満悦です。(むしぱん)

●あいうべ体操
誤嚥性肺炎で縁者が長患いしました。老化に伴う病と思つていましたが、本田先生に説明いただいた「あいうべ体操」を実践し、一日も長く楽しい食事を楽しみたいを思います。(山ちゃん)

●コロナの感染よくなりますよう
64歳以下のコロナウイルスワクチン接種が始まりました。オリンピック開会までに感染状況が少しでもよくなることを願います。医療関係者のみなさん、もう少しがんばってください!! (五十嵐秀則)

●梅雨入り
梅雨に入り朝、晩涼しく日中蒸し暑い日々です。なかなか先が見えない。(コナンボ)

●四十雀
四十雀が時折、庭にやってきます。可愛い巣箱を作りました。毎日様子を見ていますが、さつぱり見向きもされません。でも、ポーチにまいた向日葵の種につがいや来て来て、ついでについでくれるので心なみです。(まぐらつ子)

●自然災害...
この時期はいろんな場所で水害が起こり、熱海での悲惨な出来事に心が痛みます。自然災害の勢いには勝てません。又、コロナも7月で2回接種も済み、ほっとしています。(内藤初子)

●ハザードマップ要確認!
毎年この梅雨時、何処かで災害が起こっています。他人ごとではなくハザードマップを調べ、いざという時に役に立つように心掛けていきたいと思つています。(R・T)

●今日のレシピ
豚こまと大葉のトンカツ風
大葉が大好きで、ペランダの植木鉢に母に分けてもらい毎年育てています。作ってみます!(わかば)

川柳 (投稿)
・(若造)鏡の前娘の服を借りて着る 高橋弘子
・孫栗立ち今は他人の子が可愛い ヨシさん
・川柳は読めば読むほど夢がわく ハイ爺
・お金より正しい知恵が身の守り エイイチ
・聖火行くその先々にコロナ有り

スマイル短歌 (班会)
・曲がりたるアスパラならぶ道の駅 首藤隆司選
・滴の垂るる切り口見せて 田所典子
・七夫植えし畑のぐみの赤くうれ 加藤シズ
・初生りの実を仏壇に供う 加藤シズ
・若きはポイント欲しと大店へ 大原歌子
・小さな店の消ゆるを知るや

氏名の記載を忘れずに! ペンネームのみでの応募は無効となります。
先月の作品
山には山の愁いあり
心の花園に咲きし
我が想い
内藤初子さん 作

●先月投稿の和奏さんにメッセージ
突然の告知、手術、治療と本当に大変でしたね。お子様もまだ小さい様で胸がふさがることばかりかもしれないが、エールを送っている者がここにもいます。何の手助けも出来ませんが、一日も早く当たり前の生活に戻られる事を心から祈っています。 文ちゃん

クイズの応募
ハガキに必要事項をご記入の上、下記宛先までお送りください。
メ切8月11日(水) 必着

ハガキ
①〒/住所
②氏名(ペンネーム)
③電話番号
④意見、要望、感想
身近な出来事など
コメントも忘れずにご記入下さい

答え

先月号の答え
(応募45通、正解者44名)
答え「ハザードマップ」

ア	ロ	ポ	ズ	カ	ブ
ラ	バ	キ	カ	ン	シ
イ	ド	カ	ザ	ン	バ
ツ	マ	ン	ガ	イ	チ
カ	コ	ハ	ツ	ガ	イ
ホ	ツ	カ	イ	ド	ウ
ウ	マ	ド	ス	ダ	チ

正解者の中から抽選で5名の方に図書カードをプレゼントします。

宛先
〒940-0043 長岡市土合4-1-14
ながおか医療生協
くらいいきき支援室 まで
〈ご注意〉クイズに応募できるのは、ながおか医療生協の組合員限定とさせていただきます。

QRコードでクイズの応募がカンタンに!
コードを読み取り、フォームに沿って入力するだけで簡単に応募ができます。

ハガキで応募される方...63円分の切手を貼付して下さい。(料金不足で到着した場合、お取扱できません。)

すこやかスマイル不要の連絡は...
本誌は当法人のホームページからも閲覧いただけます。ご自宅への配布、郵送が不要な方はご連絡下さい。右のQRコードからも手続き頂けます。

■ワケのカギ
1 さだまさしの代表曲。兄の氣遣いに泣けます。Aーとは人工...のこと
2 映画「ビルマの罫紙」で歌われる「墳墓の...」
3 祖父のきょうだいの孫。今日は氣温が30度以上です。新型コロナワクチン接種...スルー式もあります。「初めまして」
4 何回も生まれ変わる幼虫から成虫になる途中。おとぎ話で、物々交換を経て大金持ちになった人が最初に手にしたのは? 苦難が待ち構える...の道古くてつまらないこと

■ワケのカギ
1 カンボジアが名前の由来といわれる野菜。時代劇に羽織...は必須。過ぎると熱さを忘れる所。柔道の罰則の一つ。ネットカフェは...が主流。
2 ...知識...交遊
3 古都アユタヤがある国。埼玉県深谷市と東京都北区にゆかりがある偉人。平城京がありました。映画や演劇のワンシーン。気温急上昇、魚、平賀源内といえは?
4 プロ野球選手が陥って苦

ザ・クロスワード
出題・モロズミ勝

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25

《解き方》
イラストをヒントにして、二重ワケの5文字をうまく並べてできる言葉は?

2021
8月

わいが家通信

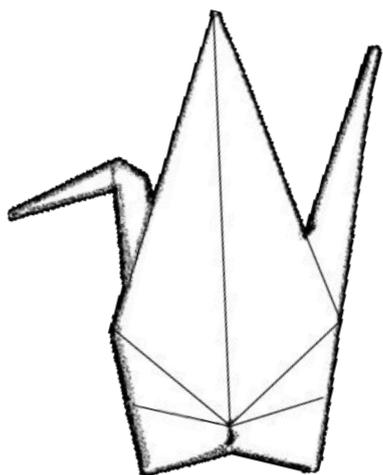
わいが家企画・組合員活動について

検温・手洗い励行・マスク着用・3密を避ける等“新しい生活様式”を実践するなかでの開催となります。なお、感染拡大状況によっては中止となることもあります。

平和の取り組み

広島に千羽鶴を届けよう

～平和の祈りを込めて～



ご自宅で眠っている折り紙（15cm×15cm）で鶴を折ってお持ち下さい。

皆さんから届いた折り鶴をひとつひとつつなぎ、千羽鶴にして広島平和記念公園内にある「原爆の子の像」に捧げます。

鶴は広げずに左記の状態でお持ち下さい。

10羽でも50羽でも大丈夫です。

※四郎丸わいが家にお越しいただければ折り紙をお渡しします。

8月31日（火）までに

四郎丸わいが家・新町わいが家

または生協の各事業所にお持ちください。

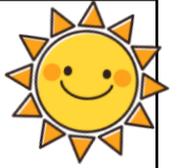
8/31を過ぎても受けつけます

※今後は年に数回取りまとめて広島に送ります。

お問い合わせ くらしいきいき支援室 ☎ 30-1161

8月の

晴れたらいっしょに歩こ〜て!



●四郎丸わいが家出発 (毎月第1水) 8月4日(水) 9:30~

●新 町わいが家出発 (毎月第2水) 8月11日(水) 9:30~

※雨天中止。晴れていても気温が高い場合は中止とすることがあります。

念のため、事前に支援室までお問い合わせください。

- ・水分、汗ふきタオルをご持参ください。
- ・集合後、準備体操をして出発。時間は体操を含め、概ね1時間。
- ・ご自身の体調、体力に合わせ途中Uターン可。
- ・要申し込み。(当日参加もOKです)



お問い合わせ くらいいき支援室 ☎30-1161

8月の銀河食堂

★8月6日(金) *前日(8/5)までにお申し込みください。

★お渡しは四郎丸わいが家(土合4-1-14)

午後4時~6時の間にお越し下さい。*配達は行いません。

★料金 1食 200円 限定50食 *アレルギーの対応は行っていません。

【申込み】ながおか医療生協 くらいいき支援室 ☎30-1161



生協ながおかデンタルクリニック

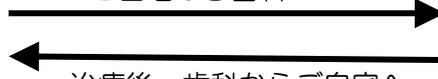
受診送迎のお知らせ

受診送迎は
歯科のみとなります。

※生協診療所・かんだ診療所では受診送迎は行っておりません。



ご自宅から歯科へ



治療後、歯科からご自宅へ



ご利用について

予約できる 日程・時間帯	毎週木曜午後 14:30/15:00/15:30
対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・ながおか医療生協の組合員(本人) ・デンタルクリニックから車で概ね20分くらいの所にお住まいで、車の運転ができない等通院が困難な方。 <p>※乗降時、身体介助はできかねます。 ※その他利用条件がございます。詳しくはお問い合わせください。</p>
受診の流れ	<ol style="list-style-type: none"> ① ☎37-8810(デンタルクリニック)へお電話の上、「受診送迎希望」とお伝えください。必要事項を確認後、ご予約をお取りいたします。 ② 予約当日は、予約時間の20~30分前にお迎えに伺います。(交通事情等により、時間が若干前後することがあります。あらかじめご了承下さい。) ③ 受診終了後、ご自宅までお送ります。 <p>*お買い物等、他所への立ち寄りには出来ませんのでご了承下さい。</p>



お問い合わせ

生協ながおかデンタルクリニック ☎37-8810