

生協ホール 発熱外来利用について

生協ホールを使用して発熱外来を続けていますが、組合員さんには長期にわたる制限でご迷惑をおかけしております。第8波による感染者の増大もあり生協ホールを発熱外来として、引き続き使用させていただきますので、ご理解ご協力をお願いします。

毎年12月に行われる渋川学区社会福祉協議会主催の高齢者サロンに、今年も医療生協健康チエックコーナーとして参加させてもらいました。会場は「学区内の5カ所」その周辺にお住まいの高齢者の皆さんが、ハンドベルなどの楽しい催しに集まっております。

健康チエックはサロン開始時の30分間に会場内のコーナーで、血圧測定や体脂肪などを、看護師や健康づくり委員、草津東支部運営委員で行いました。参加された地域の皆さんからは、「頑張ってくれてはるんやね」と声をかけてもらったり、何年かの再開もあって「久しぶり!」とおしゃべりにも花が咲きました。

(池内)



【渋川学区社会福祉協議会 主催の高齢者サロン】 今年も医療生協が 健康チエックコーナ ーを担当

体脂肪の体年齢が2歳若く出るだけで「ホントに?嬉しい!」と大喜びされたり、検尿の塩分が8g以下と出た方に「薄味を心掛けておられるんですね」とお伝えすると「良かった!」とほっとされる参加者。健康推進委員として頑張っている組合員の姿もありました。地域の皆さんとの健康づくりでのつながりを、年に1度だけではなく、増やしていきたいと思いました。

男やもめのかんたん料理 NO.10

(金岡 英明)



さつまいもと
塩こぶの
炊き込みご飯

1合炊きもOK!(お水はいつもと同じ)

今回はさつまいもと塩こぶの炊き込みご飯。まずは、こぶし大のさつまいもをよく洗い皮付きのまま2cmくらいの厚さに輪切りにし半月形またはいちょう形に切ったあと、少しの時間水につけておきます。使う時はしっかりと水を切ってから使います。

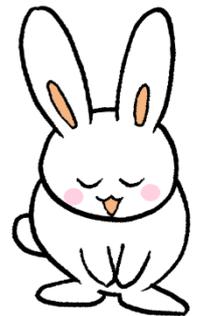
塩こぶが長ければ2~3cmくらいに切ってから、さつまいもと一緒に炊いていきます。炊き上がった後、さつまいもがくずれないようにしゃもじで軽く混ぜて味をなじませます。

炊き上がった後、塩こぶを振りかける方法もありますのでお試しあれ。

今年もみなさんと 一緒に頑張ります

2023年1月

- 栗東(くりこま)支部
- 草津東(東風)支部
- 草津北(波紋)支部
- 湖南・甲賀支部
- 草津南支部準備会
- 守山・野洲支部準備会



- 組織委員会、社保・平和委員会・まちづくり委員会、事業所利用委員会・事業所づくり委員会、健康づくり委員会、ボランティア委員会、機関紙編集委員会、文化レクレーション委員会

