

9月14日(土) 生協ホール
保健委員養成講座



いま開催している保健委員養成講座。

地域のふれあいまつりなどで活躍できる保健委員さんを増やしたいと、各支部からも活躍して欲しい方に受講してもらっています。第3回目の今回は「血圧測定」について。看護師さんから血圧の上下の意味など丁寧にわかりやすく教わりました。講義の後は健康チェックの実習です。聴診器での音はなかなか聞き取りづらいのですが、何度も何互いに測りあいをして挑戦されていました。

検尿の見方など検査技師さんが説明を始めると皆さん食い入るように真剣！！虹の腕章をつけた保健委員さんが地域の中で活躍してもらえる日は近そうです！！

【シリーズ】

見えやすくする工夫①

なぜ絶食が必要なの？

腹部エコーでは、肝臓、胆嚢、脾臓、腎臓、脾臓や下腹部にある膀胱、前立腺、子宮、卵巣などの臓器を見ることが出来ます。

ご飯を食べると体の中でご飯を消化しようと働きます。胆嚢という臓器は胆汁という液が充滿しています。ご飯を食べると、

胆嚢から胆汁が分泌され、胆嚢が小さくなってしまいます。そのため、胆嚢の異常を見つける事が出来なくなってしまうのです。また、腸の動きも活発になりガスが多くなってしまう。超音波は腸管ガスのような気体は伝わりにくく、他の臓器を見づらくなってしまいます。

検査前日の夜9時以降は食べないようお願いいたします。



歌ごえ喫茶「山びこ」

9月21日(土)のお誕生日会

9月のお誕生日会は、少し離れた守山の「逸京」に18人で行ってきました。



ほほえみ歌壇(俳句)

龍の玉すぐに弾ける少女たち
天高し三々五々のランドセル
秋の蝶長決行の電車内
十五夜やピザの出前の走り去る
秋雨や白髪きれいな古希祝う

長尾 向季
小倉 淑子
小寺佐代子
久米田徳子
稲森 善稔

困った時は、ぜひご相談を

何でも相談会

10月3日(木)

場所 こびらい生協診療所ホール

毎月第1木曜日(開催 10時~12時)に変更。

=しが健康医療生協、草津生健会 共催=

