

組合員みなさまへ

～医療生協らしく、誰一人とい残されないといくみを！～ こんな時だからこそつながろう！すすめようフレイル予防！

新型コロナウイルスの影響により世界中がかつてない状況に陥っています。終息に向かっているように思える地域でも第2波の懸念がされており、当面の間、人との接触を8割減らす行動は必要になります。

しかし、こんな時だからこそ、組合員同士、互いを思いやり、電話やメール、お手紙など、いろいろな形で「お元気ですか？」の声かけが大切です。特に、独居の方、高齢の方、子育て世代の方などが孤立することがないようにし、今まで以上につながっていきましょう。また、体力維持、健康づくりなども大切です。医療生協として、以下の取り組みを提案し、すすめていきます。一緒に、つながりづくり、健康づくりをすすめましょう！

《組合員みなさまが活用できること》

◆『フレイルチェック&予防DVD』の貸し出し

『フレイルチェック&予防DVD』を貸し出します。希望する方は事務局までご連絡ください。遠方の方には郵送をします。（返送は実費ご負担ください。）

※北医療生協ホームページの「きたきたチャンネル」からも『フレイルチェック&予防』が視聴できるよう準備中です。

◆『お元気ですかコール』はがき

『お元気ですかコール』はがき（右記参照）に一言添えて、お友達にお便りを出してみませんか？ はがき（切手付き）はこちらでご準備します。希望される方には、はがきをお渡しします。また、遠方の方には郵送をします。

支部として取り組む場合は、支部運営費の通信費で支出も可能です。

お元気ですかコール
はがき

◆地域の困りごと相談

「すまいるネット」（組合員対象の無償の助け合い）のとりくみとして、可能な範囲になりますが、お困りごとの対応をします。ご本人、また地域の組合員の困りごとをキャッチしたら事務局までご連絡ください。

《組合員みなさまへの提案》

◆お友達、班員、サークル仲間、サロン参加者への電話かけ

外出が制限される中で孤立を深めている方もいらっしゃるかもしれません。お友達、班員、独居の方など、お知り合いの方、気になる方へのお声かけをしてみませんか。

◆健康づくり

屋内にいたことが多いと、知らず知らずのうちに体力が低下してしまいます。体操や散歩はフレイル予防、気分転換にもなります。ぜひ、日課に取り入れてみてください。

《北医療生協のとりくみ》

◆80歳以上の方への電話かけ

80歳以上の組合員の方に『お元気ですか』電話かけをします。必要に応じて、社会資源などの情報提供も行います。

◆北医療生協のホームページで情報発信

北医療生協のホームページに「健康づくり」「活用できる制度」「組合員の声」などの情報発信をしています。

【お問い合わせ・連絡先⇒北医療生協 組織担当課 052-914-4554】