

## 班会 Q&A

**Q** どうやったら班会に参加できるの？

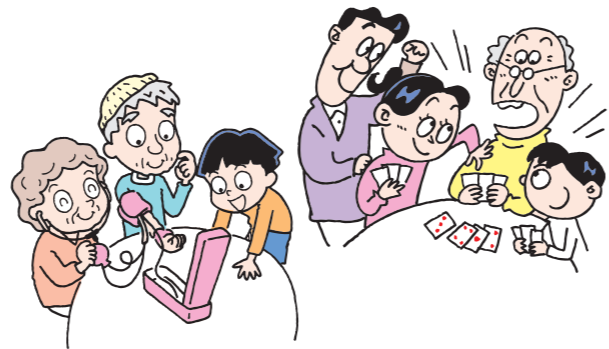
**A** まずは!気軽に、ご近所・仲良し組合員3人から「おためし班会」を開いてみよう。既存の班へ見学もできます(お近くの班をご紹介します)

**Q** どこで開くの？

**A** 会場は、組合員の自宅・医療生協の施設(組合員ならどなたでも使用可能で無料)・最寄りの集会所等で開きます。

**Q** 班会ではどのようなことをするの？

**A** 組合員の希望を生かしながら、健康チェックや病気と予防の学習、新年会・忘年会、レクレーション・運動など楽しい取り組みを企画しましょう。



## 楽しんでいます! 班活動

～組合員の感想～

健康に対する意識が高まった

医療生協の職員と仲良くなれたよ

困っていることを相談できるし、専門家に聞けるので心強い

医療生協への要望・苦情を班で話し合い、まとめて出せる

一人暮らしだけど、仲間が近くにいるから安心です



## いっぱいあります 班会メニュー

「認知症学習」  
「楽しく役に立つ落語班会」

「介護保険制度の学習」  
「メタボリックシンドローム」  
「おいしくワイワイ調理実習」  
「ごきぶりだんごづくり」  
「被爆体験を聴いて平和を考える」

「転倒予防体操」  
「絵手紙づくり」  
「看護師による救急蘇生法」  
「近隣のマップづくり」 などなど

希望のテーマが決まったら下記へ

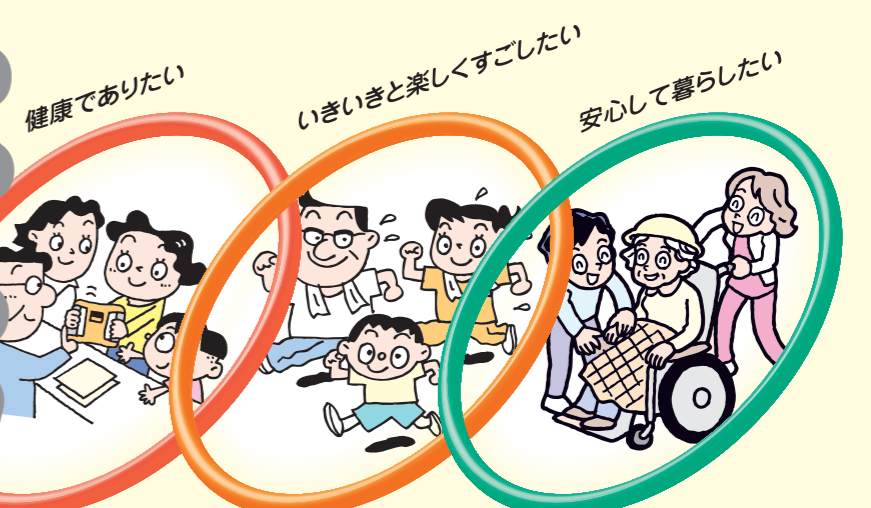
講師・健康チェック・会場など、班会に関するご相談は、

**広島中央保健生協へ**

TEL (082) 532-1264 (組織部) FAX (082) 532-1267

医療生協の  
“班”に入って

# 健康 3つの輪!



メタボリック症候群を改善しよう!



自宅でも腹囲チェックしてみよう



お口の健康



お手玉

一緒に手作りしてみませんか!



原爆碑めぐり

## 班の魅力② 気になるテーマから 知識のわ を広げよう

私たちの事業所(医療・介護・福祉)に勤める専門家を招き学習班会

**健診ツアー**

広島中央保健生協の各事業所で健診を受けましょう。

みんなで誘いあって行こう



子育て班会



お友達にも教えてあげよう



クッキング



手作り



セラバンド体操



## 班の魅力③ 健康、くらし、生協の 催し物に関する情報提供 コミュニケーションのわ が広がる



給食サービス

バスハイク

