



今年もよろしくお祈いします

しが健康医療生活協同組合
理 事 会

支部・準備会

専門委員会

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
機関紙委員会
健康づくり委員会
文化レクレーション委員会



事業所及び職員一同

こびらい生協診療所
訪問看護ステーションなないろ
ヘルパーステーションなないろ
通所リハビリステーションひまわり
デイサービスセンターにじの家くさつ
こびらい生協診療所居宅介護支援事業所
医療生協こうせい駅前診療所
ひばり居宅介護支援事業所
病児保育かがる〜

ヒートショックに注意してください！

ヒートショックとは温度変化により急激に血圧が上下することで、心臓や脳の血管にダメージを与え、心筋梗塞や脳梗塞などの発作を起こすことを言います。



ヒートショックの予防策

- ① 入浴前に浴室や脱衣所を温める。
- ② 長湯(10分目安)・熱湯(41度以下)を控える。足先からかけ湯して入浴する。
- ③ 食後や飲酒後の入浴は控える。血圧が下がりすぎる恐れあり！

生協ホール大掃除 12月14日(土)

ホールを利用するみなさんで、隅々まできれいに掃除しました。



今年は石臼が登場！

出来たてのきな粉の美味しさにビックリ！！

今年も10代～90代の皆さんが40名ほど集まり、もちつき大会開催！
昨年同様、杵と臼は栗東市組合員の杉田さんにお借りして、昔ながらにぺ



たん！ぺたん！と子どもたちが交代しながら、杵をふりおろし、ふわふわの柔らかいお餅が完成！お腹いっぱいいただきました

今年は、職員の提案で石臼が登場！大豆を挽いてきな粉を作りました！石臼を見るのも初めての方が多い中、出来たてのきな粉の香



ばしい美味しさに感動でした！海苔やチーズを追加して、おもちを存分に味わいました。もちつきはどの世代も楽しめるなど実感しました。(池内)