

# わらび

発行 医療生協さいたま 蕨支部

責任者 高島悦子

第180号 2013年 12月

黄色や赤色に輝いているもみじやイチョウのうつくしさに晴れている暖かな日中の散歩の気持ち良いきせつとなりました。皆さん寒さも厳しくなり、風邪をひかれていますの方々を大勢見かけます。特に今年はインフルエンザが流行するとのこと。1月、2月がピークだそうですので、予防接種をお近くの蕨、戸田の指定医療機関にてお早めにうけましょう。65歳以上の高齢者は千円でうけられます。又非課税、生活保護世帯は千円の補助がでますので無料となります。

## 植木の里安行のもみじ狩り

行ってきました

蕨からも何名か参加しました秋のウォーキング。小林もみじ園の真っ赤に色づいた紅葉がみられ、万葉植物園では素晴らしい歌と出会いました。

●題名 あづさ弓

末の原野に鷹がりする君が弓弦の耐えむと思えや

弓弦を反対にすると弦弓は私の名字でしたのでメモをしてきました。お寺周りも良かった。本当に心が洗われ楽しい一日でした。



## 医療生協は、もっともっと大きくなって 組合員さんの大きな輪をつくり、老後が安心できる医療をつくりたい

孫子の代に平和を残したい。そのために皆さんのお力を貸してください。今増資運動に取り組んでいます。生協の仲間になってくれる人を紹介してください。生協は医療器具、施設等を良くし快適に安心して病気治療をモットーとしています。

皆さんの増資はこのように利用されています。又地域の健康づくりのために色々な病気にならないためのチェックや健康体操をする活動などにも活かされています。

医療生協の柱である出資金[増資]をして、利用して、活動する3つの柱です。活動は病気にならないため、自分で出来るよう勉強します。それが健康チェック活動です。増資に是非ご協力下さい。

レインボー体操  
ご一緒にしませんか？

月二回 第2・第4 火曜日

13:30～15:30

会費 1ヶ月200円

皆で体操をして、心も体も元気になりましょう！