

『よどふあるの友』は、淀協・ファルマHPH委員会と西淀川・淀川健康友の会が共に取り組むHPH活動について、様々な情報を発信したり、活動を報告するニュースです。名前は、淀協、ファルマプラン、健康友の会の名前と健康友の会の発行する『健康の友』にあやかりました。

「かんたんスマホ教室」開催 70歳以上の方が15人

HPH委員会と健康友の会が協力して、12月17日（土）午前10時～12時、淀協ビル2階会議室で初めてのスマホ教室を開催しました。70代が7人、80代が6人の15人。みんな頭をフル回転！！

参加者からは「一人暮らしなので聞く人がいない」「参加してよかった」「毎回出たい」など、わからないことが分かって笑顔がいっぱい！

スマホも機種が違くと操作方法が異なり、たいへんですが、講師の山本聖也さんは、ソフトバンクに3年勤務された経験があるので専門的なこともやさしく教えてくれて、ご高齢の方にはとてもわかりやすかったようです。

奥園PT、竹内（組織）、前田（事務長室）もフォローに入りました。



まだまだ、知りたいことがいっぱいあって、お話が終わっても多くの方が残って質問されていました。どれくらいの頻度だと参加しますかのアンケートには、約半分の6人の方が、2週間に1回と回答されていて、2人の方は1週間に1度参加したいとみんな意欲的です。

今後の取り組みは、どんな内容にするかも含めて、HPH委員会と健康友の会で検討して、今後も、続けていく予定です。

「何のための、誰のための、誰と一緒に、誰が参加する活動にするか！」

柏里小学校で喫煙防止教室を開催！！

1月27日に柏里小学校の6年生を対象に喫煙防止教室を開催しました。タバコの害について知ってもらい、吸い始めないようにすることを主目的に行われる「出張授業」です。



今回も多職種からなる喫煙防止チームが招集され、また嬉しいことに西淀川区の保健師さんも2名参加してくださいました。皆で小学校に赴き、講義の前半にはタバコの害について座学を行い、後半に「もしもタバコをすすめられたら」という設定で、喫煙をきっぱりと断るというロールプレイをしました。6年生ともなると、オヤジ狩りを試みるような凶悪な児童もいるのではと内心ビクビクしていましたが、とんでもない話で、皆さん素直な可愛い子どもたちでした。授業の合間に「僕のお父さんも吸ってんねん」とこっそり教えてくれる子どももあり、子どもたちが置かれた状況を肌で感じ取る貴重な機会となりました。

淀協の伝統にもなりつつあるこの活動を今後とも広めていきたいものです。

西淀病院 医師 鈴木 新

ノルディックウォーキング3/17開催！

13：00～13：30(毎月第3金曜日) **職員対象先着12人！！**

集合：西淀病院とのざと診療所の間 コース：主に病院周囲を周回予定
各職場からお気軽にご参加ください！！



毎月22日はスワンスワンの日

13：00～13：15

土日・祝日の場合は、次の平日に実施します。

※参加人数と拾った吸い殻の数を
ファックスにてお知らせください！

発行：〒555-0024
大阪市西淀川区野里3-5-22
淀協・ファルマHPH委員会
TEL (06)6471-0496(代表)



日本HPHネットワーク
Japan Network of Health Promoting
Hospitals & Health Services



HPH2月アンケート