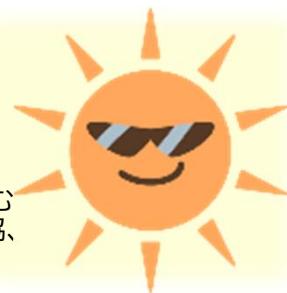


淀協・ファルマHPH委員会ニュース

# 2020年7月号 よどふあるの友



『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。



## 運動教室再開しました！～のぞと診療所～



“STAY HOME”から解放された6月、久しぶりの『運動健康教室』がのぞと診療所3階で開催されました。

感染予防対策として、出かける前にはご自宅で検温し、37.5℃以上ある場合や、風邪症状がある方は参加を控えて頂くようにしました。また、教室入室時にも手指消毒と再度検温。運動中もマスク着用です。コロナ禍以前は、隣の方に手が届く距離で最大12枚まで敷いていたマットも、“ソーシャルディスタンス”のためマット2枚分ほど離し、何とか8枚敷くことができました。

再開初日は9名の方が参加されました。（1名椅子利用）久しぶりの運動なので、ゆっくり、じっくりストレッチからスタート。決して息の上がるような運動ではないのですが、マスク着用下では「いつも以上に疲れた」という感想もありました。しかし、何よりも「みんなで気持ちよく運動できた」という喜びの声の方が多かったです。

（西淀病院 リハビリテーション科 三島）

**禁☆クイックポイ！**

今月までのポイ捨てカウンター



???本

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)



# GO! GO! スワンスワン

## 世界禁煙デーのポスター見ましたか？



①

みなさんは、世界禁煙デーのポスターをご覧になりましたか？能楽師の野村萬斎さんの顔が目印です。大阪ファルマプランの薬局では、お薬を買いに来られた方の目に留まるよう、色々な場所にポスターを貼っています。禁煙チャレンジは孤独じゃない！そんなメッセージになればいいですね。



⑦



②

☺一つだけ薬局ではないところが紛れています。何番でしょうか？どこかわかりますか？  
☺どこの薬局かわかりますか？（答えは右下に）



③



④



⑤



⑥



Best PHOTO

6月のスワンスワン

ファミリークリニックなごみの皆さんおそろいのビブス、いいですねえ。この日の吸殻は148ポイ回収。ポイ撲滅に向けて頑張ってください！

③のイシ診療所の待合です！  
薬局は、①ここま薬局 ②あおぞら薬局 ④  
淡路支店 ⑤そよかせ薬局 ⑥なつめ薬局  
⑦すずらん薬局です。

よどふあるの友 7月号