

24時間蓄尿塩分調査（5年に1回）を実施！ コロナ禍の中、各支部でスタート集会を開催！



蓄尿塩分調査の方法を説明する、故山洋子理事

医療生協の**2015年** 24時間蓄尿塩分調査報告では、**平均8.94g**です。医療生協の健康習慣の実践で、**国民平均より2g少ない結果**が出ています。今年の塩分調査の目標は8.5g,2025年には8gを目指します。福山医療生協では、すこしお生活をすすめ、食生活の改善、健康づくりを進めて行きます。(実施35名 沼隈2、城北8、東3、西2、城東2、向陽久松台3、南2、本庄2、中央3、加茂1、御幸1、職員・家族6)

日本医療福祉生協連合会が、5年ごとに取り組む、第8回24時間蓄尿塩分調査に福山医療生協も参加しました。厚生省が2020年(2018年分)公表した国民の平均塩分摂取量(男性**11g**、女性**9.3g**)「健康日本21」の1日目標は、8g。2020年版「食事摂取基準」では、18歳以上男性は7.5g未満・同女性は6.5g未満を目指しています。



御幸支部スタート集会で、説明する松浦重仁支部長

御幸支部スタート集会を11月18日(水)岩成公園にて開催しました。朝9時から支部のグラウンドゴルフ大会を行いました。30名の参加がありました。

その後、スタート集会に移り、検温・手指消毒の後、離れて座り、スタート集会を開催しました。

松浦支部長から、「新型コロナウイルス感染流行の中、支部総会も役員のみで開催し、支部行事もすべて中止しました。生協本部の行事もすべて中止になり、組合員さんから楽しい行事をしてほしいと要望が出されました。支部の運営委員会で協議し、三密を避けて出来ることはないか、外での間隔を開けてするのはどうか?ということで、今日の集いを計画しました。強化月間中であり、大腸がん健診推進月間が始まります。仲間増やして大腸がん健診も広げてください。」と訴えました。その後、ジャギー班の指導で、「365歩のマーチ」の曲や折りたたみ椅子を使った体操をしました。休憩時間には、「安心安全のいのちの署名19筆」「国保改善署名20筆」をしていただきました。休憩の後、則末幸江運営委員による、ゲームに盛り上がりました。参加者から「久しぶりに楽しい時間を過ごすことができました。」と感想が出されました。