



## 建設横浜みなと支部で民医連と健康教室開催

2024年10月23日(水)に建設横浜みなと支部で民医連の講師による「転ばぬ先の介護保険」というテーマの健康教室が開催されました。

感想:渡辺書記

「以前、建設横浜本部主婦の会で介護保険学習会を開催したことがあり、その時に参加できなかった方、もう一度聞きたい方、直面している方の希望により、学習会と健康教室になりました。聞きやすく楽しく学べると好評の講師、民医連の疋田勝さんを指名しての開催となりました。当日は血圧を測り、握力測定と棒反射測定をしました。棒反射は棒が取れなかったり、思わぬ結果にはしゃいでおりました。握力測定は全身の筋力を知ることができると思って、体力づくりのきっかけになったようです。」

\*建設国保では組合主催の健康教室に講師料の補助を行っています。ぜひご活用下さい。



「神建連国保」「健康チェック」  
のぼりを2種類作成しました

組合のイベントなどの際にも活用いただければと思います。  
必要な場合は、ぜひご連絡下さい。



## 新規の健診契約医療機関を紹介します

医療機関名	総合健診センターヘルチェック 渋谷アクシュ
住所	東京都渋谷区渋谷二丁目 17-1 渋谷アクシュ 4階
アクセス	JR線、東急東横線、田園都市線、東京メトロ、京王井の頭線「渋谷駅」至近
電話番号	0570-012-489
がん検診	子宮がん、乳がん(エコー・マンモグラフィ)、胃がん(X線、胃カメラ)、便潜血