



多彩な班を展開し、多くの
人が参加できる活動を！

2023年11月8日
福島県生協大会

浜通り医療生協 四倉支部
担当理事 渡辺義郎

四倉支部の概要

組合員数	411人
班会の数	14班
運営委員	14人
ニュースの手配りさん	18人

人口は14,000人
生協本体から
遠い 20km.

組合員数に対して
班の数がずば抜けて多い

小名浜生協病院



組合員数	14,200人
支部	11支部
班	80班
手配りさん	400人

浜通り医療生協
全体では



班活動の紹介① 健康チェックの班会

医療生協の健康チェックは
血圧、体組成、
尿チェック、尿中塩分
健康習慣の自己チェック



四倉サクラ班



ひまわり班

健康チェックを
自分たちでできるように



あすなる班

ただいまみんなで
尿チェック中

班活動の紹介② 体操班会

大変人気の高い体操班会



スマイル班

シルバーリハビリの指導員に
来てもらってます



セラバンド班

集会所に入りきらなくなって
新たに班を分けた程



班活動の紹介③ 毎日のラジオ体操も班会に

新町ラジオ体操班



日の出岡班

忠魂碑のある、小高い日の出岡公園
まで毎日上がってラジオ体操



班活動の紹介④ ウォーキング班

浜っ子ウォーキング班



1, 3, 5週は四倉ウォーキング班
2, 4週は浜っ子ウォーキング班 =つまり毎週

美術館までテクテク、
教会で展示会があればテクテク

面白そうなスポットがあれば、
どこまでもテクテク

青空班



班活動の紹介⑤ トーク&ソング班

唱歌、童謡、フォークソング、
歌謡曲などを熱唱
体操は難しくても、歌ならという人も
嚙下体操としても有効



四倉以外の地域からも、
お友達に誘われて

いま一番人気！
集会所に収まりきれない～

バス旅行や芋煮会も

芋煮会



バス旅行

10月27日 猪苗代方面へ



野口英世記念館

医療生協のマイクロバスでは
足りず、大型バスに

自宅がサロンに

なかよし四倉班



みんなで昼食会

終わりに

「あの地区には班会がない」
と分かれば出かけて行き、
「○曜日ならこの班があるよ」
と誘う

班活動が活発な四倉支部は、活動に参加する組合員の割合が他支部よりも圧倒的に高く、組合員同士のつながりが密

支部長の思い

「たくさんの班をつくり、そこに組合員を誘って、活動に参加しない組合員をなくしたい」

「取り残された人をつくらない、独りぼっちな組合員をつくらない」

