



桜並木

東京土建大田支部
西馬込分会
教育宣伝部



秋の拡大も組合員の皆様のご協力もあり無事に達成することができました。今年もコロナの影響で中々集まる事ができず、思うように拡大も出来ませんでしたが、10月17日に行つた日曜行動には群長

さんはじめ、多くの組合員の参加がありました。組合員の皆様、ご協力本当にありがとうございます。

また、3月には分会総会を行う事を予定しています。六役も任期で他の人と変わらないといけない役もあるので、輪番で以前から決めている担当の群は必ず選出をお願いします。各群内

でも群長、群会計なども群会議の中で話会い、しつかりと決めてもらいたい郡長、群会計を出

また、12月にも引き続き拡大

大は一年を通して行なつていきます。組合員、一人一人の協力が必要ですので、春の拡大に向

けてもご協力をお願ひします。

書記長
高橋豪太

東京土建の健康診断を受けましょ！

東京土建では一年に一回、健康診断を無料で受けることができます。健康診断は目に見えない身体の変化を知ることができ、疾病を未然に防ぐことにも繋げることができます。支部では集団検診を実施していたり、医療機関によつては日曜日の受診も可能です。まだ健康診断を受けている方は、事前申し込みの上、ぜひ受診してください。



3月の総会に向け 引き続きのご協力のお願い

仲間の声

私の健康維持法

12群 長谷川 直幸



私の健康維持はずばり鍼灸。針治療です。十五年くらい前に体調がすぐれないときがあり、その日以来近所の治療院に通っています。現在治療院は全国に七万店舗とコンビニよりも多く、年々急増しています。針は約0.2㍉で、注射針の0.8㍉よりも細いです。

ツボと針のメカニズムは解明されていませんが、ツボは2018年現在、WHO（世界保健機関）で361のツボを認定しています。解剖学的には神経や血管が集まる場所、または分岐している場所という説があります。その硬くなつた筋肉に針を打つと、その刺激によって筋肉内に化学物質が出て、血流がうながされたり、痛みを緩和すると考えられています。

最後に、私が通っている治療院は大田区大森西にあり、整体も行っているだいご治療院です。専用の駐車場は無いため、電車やバスなどの公共交通機関をご利用してください。京急梅屋敷駅からだと徒歩で約10分、JR蒲田駅からだと約15分です。バスだと東宝医大通りのバス停から約5分です。施術時間は平日は10時～13時～受付は12時半まで～、午後は15時～19時～受付は18時半まで～です。土日は10時～18時です。特に初回は保険証を持参してください。プロレスラーやモデルさんも来院して、各個人に合った治療を施しています。皆さんも健康には十分に注意してください。

当面の日程

12月

- 13日（月）執行委員会 文化の森 （第3・第4）
- 20日（月）集約会議 文化の森 （第1集会室）

1月

- 14日（金）執行委員会 文化の森 （第3・第4）
- 20日（木）集約会議 文化の森 （第1集会室）

2月

- 14日（月）執行委員会 文化の森 （第3・第4）
- 19日（土）集約会議 文化の森 （第1集会室）

今月の花

菊



撮影日時 令和3年11月17日
撮影場所 わが家の花壇
撮影者 9群 久保田 迪伸