

伝言板

第6回 もしもプロジェクト 開催のお知らせ

日時 10月29日(日)
臨時総代会終了後16時頃～30分程度

場所 生協けんこうプラザ5階

「元気になる企画」を予定しています。ぜひご参加ください!

けんこう

広島中央保健生活協同組合
編集部連絡先
〒733-0031 広島市西区観音町16-19
電話(082)532-1264(代)・FAX(082)532-1267

ホームページ
アドレス <http://www.hch.coop/>
Facebook⇒「広島中央保健生活協同組合」

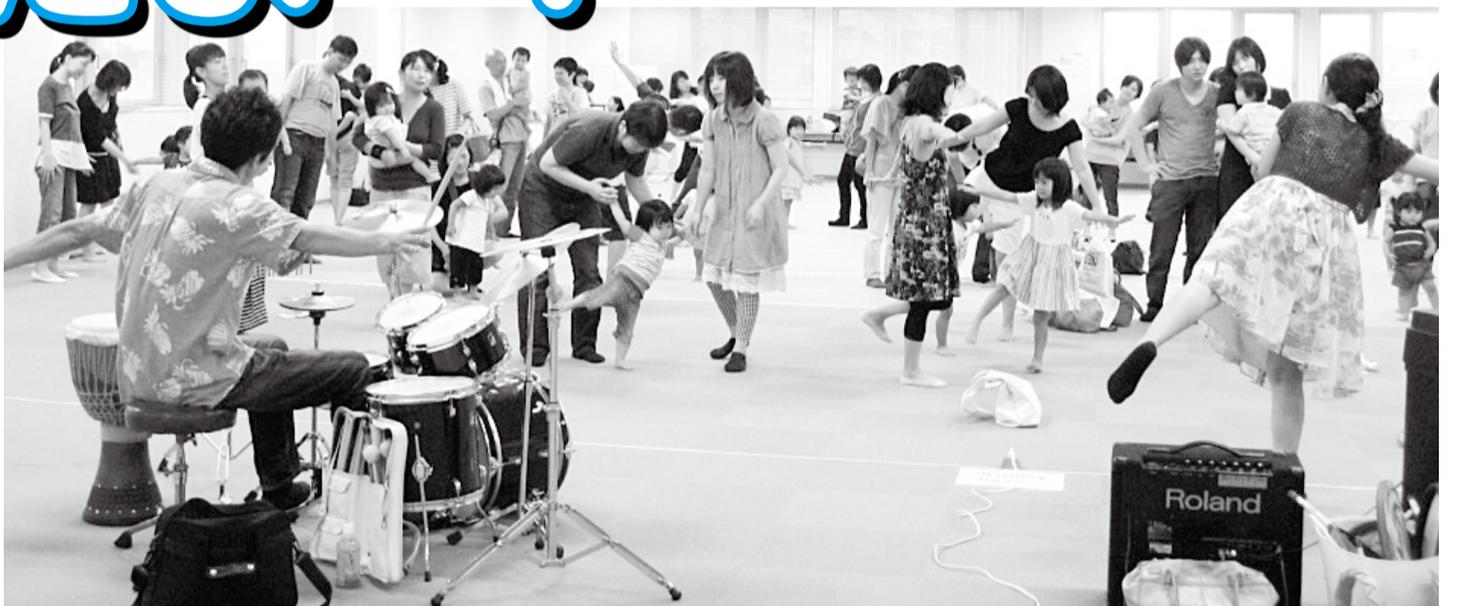
No.490
2013年10月号
2013年8月31日現在
組合員数 38,437人
出資金 1,077,461,331円
発行責任者 生協広報委員会

「けんこう」は古紙を配合した紙を使用しています。

「リトリート」で 元気いっぱい 遊んだよ〜!



▲ブルーシートの海に潜ったよ



▲リズムに合わせて踊ろう

紙面のご案内

2面：1万人訪問の取り組みと訪問予定／出資金動
向勢いは本物！8月純増1027万円！／け
んこうまつり延期のお知らせ

3面：2013年度大腸がん検診月間／わがまち散
歩(山城跡 その2)／夏休み子ども企画 夏休
みの思い出がふえたよ！／特定健康診査・が
ん健診が行えます

8月31日(土)10時～11時
に第6回子育て応援企画
(主催：子育て応援プロ
ジェクト)を開催し、親
子36組・94名の参加があ
りました。今回開催した
親子のための、あそびの
ひろば「リトリート」は、
音楽に合わせて体を動か
すリトミックの手法を取
り入れた、参加型のコン
サートです。
ピアノとドラムの生演
奏にあわせて、簡単な楽
器を使ったリズム遊びを
したり、スライドを観た
り：ネズミやカエルなど
ぬいぐるみの動物たちも
遊びに来てくれました。
また親子で一緒に体を動
かすメニューでは、たく
さん運動して、みなさん
良い汗をかいている様子
でした。最後はビニール
シートの青い海で跳んだ
り潜ったりして、会場は
こどもたちの歓声でいっ
ぱい！楽しい時間は本当
にあつという間でした。

(2面へ続く)

心の窓

私の座右の銘は「前進」です。何事にもよくよく向いて歩いていく。

このように考えるようになったのは、15年ぐらい前に読んだ「職場の教養」に長生きの秘訣として以下ことが書かれていたからです。

「クリニックの心理学者トシヒロ・マルタ氏の研究チームが、839人の周辺住民を対象に、1962年から1965年にかけて、各人の性格や「人生の出来事をどうみるか」など調査した。そして各人の楽観度と悲観度を測定し、30数年度その人たちがどうなったかを調べたところ、「楽観主義者は悲観主義者よりも196パーセント長生きする」という研究報告が、研究や学術論文を掲載した刊行物に掲載された。」
人生のすべてについて楽観しすぎるのは問題ですが、それでも物事を悲観的に捉え暗い心で暮らすよりは、身に降りかかる出来事から逃げずに前向きに取り組むことで、明るい心は養われます。私は70歳過ぎですが、仲良しの友達と楽しい班会をして健康な毎日を送っています。

「ぶどう班」は、もっとこの広場を利用したいとの思いから、今では毎週火曜、木曜、土曜に活動されています。班のメンバーは随時募集しています。まずは気軽に見に来てください。

また、このコープのびのびクラブから生協の「班」が生まれました。生協の組合員が3人以上集まれば班を作ることができ、それぞれ思い思いの活動がされています。この度誕生した「ぶどう班」は、もっとこの広場を利用したいとの思いから、今では毎週火曜、木曜、土曜に活動されています。班のメンバーは随時募集しています。まずは気軽に見に来てください。

当日はあいにくの雨模様でしたが、参加した方からは「とても楽しく遊べたので、1時間があつという間だった」「生の楽器の音に接する機会をもて良かった」「またやってほしい」などの感想が寄せられました。広島中央保健生協では今回の応援企画の他にも、「ひとりじやないよ！みんなで一緒に子育てしよう♪」を合言葉に様々な取り組みを行っています。今年4月からは地域の親子が気軽に利用できる子育て広場として「コープのびのびクラブ」(毎週水曜10時～12時)をスタートさせました。この広場は広島市西区母親連絡会、新婦人広島市西支部、社団法人ふくしま文庫と共同運営しています。共同団体や生協の専門家による楽しいプログラムと広い遊び場が人気で、多い時には30人以上が利用されます。

2013年10月～11月 コープのびのびクラブ予定表

※初回は無料、2回目以降1回につき300円の利用料を頂きます。ただし当生協の組合員に加入すると2回目以降も無料となります。詳しくは生協組織部へお問い合わせください。

| 月 | 週 | 日 | 内容 | 担当 |
|-----|-----|----|---------------|-----------------|
| 10月 | 第1週 | 2 | わくわく絵本の世界♪ | 担当：ふくしま文庫 |
| | 第2週 | 9 | 小児緊急蘇生法 | 担当：小児科徐先生 |
| | 第3週 | 16 | リズム遊び | 担当：新婦人西支部 |
| | 第4週 | 23 | 秋の素材を使ってあそぼう | 担当：保育士 |
| | 第5週 | 30 | お休み | 第5週のため |
| 11月 | 第1週 | 6 | わくわく絵本の世界♪ | 担当：ふくしま文庫 |
| | 第2週 | 13 | ブラッシング指導 | 担当：歯科医もしくは歯科衛生士 |
| | 第3週 | 20 | リズム遊び | 担当：新婦人西支部 |
| | 第4週 | 27 | クリスマスリースをつくろう | 担当：保育士 |



▲お母さんも勉強がんばるよ(子育て広場)

出資金動向 勢いは本物！ 8月純増 1,027万円！ 生協強化月間がんばるぞお

今年の夏はホント暑かったですねえ。生協の組合員活動も負けじと熱かったです。出資金ふやしは1,635万円(目標1,732万円)、純増額は1,027万円(目標1,046万円)でした。新病院への期待からくるこの勢いに確信を持って、過去最高の取り組みを現実のものにしていこう！

支部の出資金目標達成率は8月末時点で98%となっています。既に12支部で自主目標を超過達成していますが、なかでも西区西支部の達成率251%!! 生協強化月間を前に“気合十分”といったところでしょうか。

| | 4～8月目標 | 到達(8月末) | 達成度 | 生協強化月間目標 |
|-----|---------|---------|-------|-----------|
| 組合員 | 1,188人 | 719人 | 60.5% | 2,560人 |
| 出資金 | 9,384万円 | 7,606万円 | 81.1% | 1億7,600万円 |
| 純増額 | 6,234万円 | 4,629万円 | 74.3% | 1億2,000万円 |

9月の目標は
組合員ふやし216人
出資金ふやし1,443万円
純増額940万円

生協強化月間で総代会目標の8割達成を目指そう！



1万人訪問の取り組みと訪問予定

支部独自の訪問は、己斐支部、己斐上支部、東区北支部、安芸府中支部で実施され、その他の支部でも計画されつつあります。

現在の到達

| | 訪問軒数 | 対話件数 |
|-----------|-------|------|
| 統一訪問行動の合計 | 1,196 | 524 |
| 支部独自訪問の合計 | 104 | 37 |
| 合計 | 1,300 | 561 |

8月28日(水)、残暑厳しい中、新病院を建設する福島町2丁目を23名(組合員16名・職員7名)で全戸訪問しました。1時間という短い時間でしたが、訪問軒数174対話件数80増資件数17という成果でした。参加してみると楽しい訪問行動、みなさんもお参加いかがですか？

【申込み先】 広島中央保健生活協同組合 組織部
TEL : 082-532-1264 / FAX : 082-532-1267

けんこうまつり延期のお知らせ

～新病院建設着工記念～

けんこうまつり

広島中央保健生協

けんこうまつり実行委員会事務局 組織部 TEL : 082-532-1264 / FAX : 082-532-1267

<<日時、場所の変更についてのお知らせ>>

- 日 時 : 2014年3月21日(金曜日) 10:00～14:00 ↑雨天決行
- 場 所 : 次号にてお知らせいたします

諸般の事情により日時、場所とも変更となりましたのでお知らせいたします。引き続き、ご協力よろしくお願いたします。

●山城跡 その2
 平原城跡は中世の山城跡で、己斐にある4城あとの一つであり、地元では平原城跡、一般には己斐城跡、己斐新城跡、茶臼山城跡の名で知られている。
 構築の歴史は鎌倉時代中期までさかのぼれると推定され、厳島合戦(弘治元年・1555)当時まで要衝として争奪の渦中にまきこまれたが以後は廃城となった。
 その間、永正12年(1515)武田元繁に包囲された時、「武田数ヶ月攻むるといへども銘城(めいじょう)なるが故にいに落ちず(房顕覚書)」と記されており、その頃堅城を誇っていたのである。当時の城主は己斐豊後守師道入道宗端(こいぶんご

☆次回へ続く
 己斐城跡(平原城跡)
 所在地 茶臼山(200m)
 現在通称 小茶臼山
 西区己斐上4丁目茶臼185

わがまち散歩 18

のかみもろみちにゆうどうそ
 うたん)である。
 「残る名にかえなば何か惜しむべき風の木葉の軽き命を」
 (陰徳太平記)
 の辞世の歌を残し、有田の戦で討死したが、勇猛と義に厚い武将として著名であり、その死が惜しまれた。その子己斐豊後守直之(なおゆき)は厳島合戦のとき、要害山、宮ノ尾城にたてこもった毛利方の猛将として名を知られ、さらに己斐利右衛門興員(おきかず)は、後に広島城(鯉城)この丸御番をつとめた。

大腸がん検診にとりくみいのちを守るう！ ～2013年度大腸がん検診月間～

大腸がん検診月間の時期が来ました。

10月から翌年2月までは自宅で出来ます。
 大腸がんは、自覚症状が出にくいという特徴があり、食生活の変化などにより増えています。しかし、ゆっくりと進行するため、早期発見のためにぜひ大腸がん検診を受けましょう。
 自宅で2日分の採便を郵送していただくという手軽な検査です。ぜひこの期間に大腸がん検診をお受けください。

- 取り組み期間は **2013年10月1日～2014年2月末日**
- お近くの広島中央保健生協の支部や以下の事業所にご連絡ください。
 - ・福島生協病院 健診センター ☎082-292-3215
 - ・生協さえき病院 ☎082-926-4511
 - ・生協内科クリニック ☎082-532-1260
 - ・草津診療所 ☎082-272-8665
 - ・コープ五日市診療所 ☎082-924-0608
 - ・生協組織部 ☎082-532-1264
- 問診票と便容器セットをお渡しします。(郵送可能)
- 自宅で2日分採便したのち、問診票に必要事項を記入し、1週間以内に指定の封筒に入れて提出して下さい。
- 結果は後日、ご本人宛に郵送でお届けします。
 ※注：広島市以外にお住まいの方は、制度が異なりますので各自治体にお問い合わせください。



○大腸がんの検診料金について

| | |
|---------------------|--------|
| ① 広島市在住40歳以上70歳未満の方 | 400円 |
| ② 広島市在住70歳以上の方 | 無料 |
| ③ 被爆者健康手帳をお持ちの方 | 無料 |
| ④ 40歳未満の方 | 1,500円 |
| ⑤ 広島市以外にお住まいの方 | 1,500円 |
| ⑥ 年に2回以上受けられる方 | 1,500円 |

※①に該当する方で今年40・45・50・55・60歳になられる方(下記詳細)を対象に、広島市より無料クーポン券が郵送されています。お持ちの場合は検査キットとクーポン券を同封してお送りください。

| 対象年齢 | 生年月日 |
|------|---------------------|
| 40歳 | 昭和47年4月2日～昭和48年4月1日 |
| 45歳 | 昭和42年4月2日～昭和43年4月1日 |
| 50歳 | 昭和37年4月2日～昭和38年4月1日 |
| 55歳 | 昭和32年4月2日～昭和33年4月1日 |
| 60歳 | 昭和27年4月2日～昭和28年4月1日 |

●お問い合わせ先 広島中央保健生協 組織部
 ☎(082)532-1264 FAX(082)532-1267

夏休み子ども企画

夏休みの思い出がふえたよ♪

8月8日(水)、健康づくり委員会主催で、子ども夏休み企画として「昔なつかしのおもちゃ作り体験」が開催されました。当日は17名の子ども達を含む25名が参加してくれました。たくさんの子どもの笑顔が見られて楽しい体験教室となりました。

「竹ぼっくり」に良く飛ぶ「竹とんぼ」、「ストローとんぼ」や「びっくりパッチン」など、たくさんのおもちゃを子どもたちがお母さんと一緒に夢中で作りました。最後は都町公園に場所を変えて、思いっきり竹とんぼを飛ばしました。また来年も遊びに来てね。



講師は組合員の虻田さんと竹内さん



公園で思いっきりとんぼ飛ばしよ！

福島生協病院・生協さえき病院で特定健康診査・がん健診が行えます

①特定健康診査 (広島県在住で40歳以上の方が対象です) (2013年度料金)

| 内容 | | お知らせのハガキ | 自己負担金 |
|------|------------|--|--------------------------------------|
| 健康診査 | 国民健康保険加入者等 | (広島市) 市から送付されます | 1,300円 |
| | 社会保険加入者 | (広島市以外) 各自治体から送付されます ご加入の健康保険組合にお問い合わせ下さい | 各自治体によって異なります。 ご加入の医療保険によって異なります。 |

・特定健康診査受診券が健診時に必要となります。(お手元がない場合は区保健センターまたはご加入の健康保険組合にお問い合わせ下さい)
 ・広島市国保の場合2014年3月31日有効期限です。広島市以外、その他社会保険の場合には、それぞれ有効期限が異なりますので特定健診受診券に記載の有効期限をご確認の上、期限内に受診下さい。
 ・広島市国保の場合70歳以上の方は料金が無料になります。

②広島市がん検診 (広島市在住で対象年齢に一致する方)

| その他のがん検診 | 内容 | 対象年齢 | 自己負担金 |
|------------|-----------------------------------|--|--------|
| 大腸がん検診 | 便潜血反応：検査2回法 | | 400円 |
| 肺がん検診 | 胸部レントゲン | 40歳以上の方は1年に1回の受診になります。 ※社会保険加入の方は、お住まいの区保健センターにお問い合わせください | 400円 |
| | 胸部レントゲン+喀痰検査(該当の方のみ) | | 900円 |
| 胃がん検診 | 胃透視検査(バリウム検査) | | 2,200円 |
| 子宮がん検診(注1) | 頸部細胞診 | | 1,000円 |
| | 頸部・体部細胞診(症状等から医師が必要であると判断した場合に実施) | 20歳以上の女性で2年に1回の受診になります。(クーポンをお持ちの方は無料) | 1,800円 |
| 乳がん検診(注1) | 視・触診+マンモグラフィ | 40歳以上の女性で2年に1回の受診になります。(クーポンをお持ちの方は無料) | 1,600円 |
| 骨粗鬆症検診 | DXA法(福島生協病院) 超音波測定法(さえき病院) | 女性：20歳から5歳間隔の方 男性：40歳から5歳間隔の方 | 1,200円 |

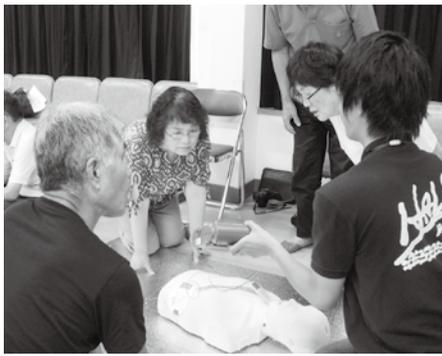
・検診通知書(お知らせハガキ)が必要となります(検診通知書が届いていない方は区保健センターにお問い合わせ下さい)
 ・70歳以上で対象年齢の方は料金が無料になります。
 ・子宮がん検診のみ受診⇒婦人科外来で受付(毎週月曜日、水曜日、金曜日、第1・3・5土曜日)
 要予約 TEL(082)292-3179(福島生協病院代表)
 ・乳がん検診のみ受診⇒外科外来で受付
 ※注1の項目は福島生協病院のみです。

ご希望の方は予約が必要となります。
 詳しくは下記までお問い合わせください
福島生協病院 健診センター
 TEL 082-292-3215 (直通)
生協さえき病院
 TEL 082-926-4511 (代表)

組合員の輪

安心サポート講座「AEDを使った救命講習」を開催

西区西支部は安心サポート講座「AEDを使った救命講習」について、講師には前回、草津集会所に来てもらった広島...



AEDの使い方講習中

今回も講義はマンツーマンで受けることができ、心臓マッサージの疲れと学生たちとの交流で参加者も満足した顔！HALSからは「今日習ったことを、身近な方に伝えて、救命処置を行える人が少しでも増えるように頑張ってくださいよう！」と...

み続けられるまちづくりをめざしてがんばってまいります。最後にみんなで写真をパチリ！



学生さんと地域の皆さんで

手配り協力者を探して訪問頑張ります

安芸府中支部 8月30日(金) 当日10時、安芸府中支部の組合員は集会所で会議をしてい...

6月よりスタートした月1回の組合員訪問は、班会のお知らせや生協の行事のお知らせ、新たな手配り者探しを目的に行っています。今回は、運営委員4名と組織担当者で2チームにわかれて3名と2名にわかれて手配りコースをまわりました。大雨にうたれ、ビショ濡れになりながらも12件の訪問と4軒のお宅で対話することができました。訪問した地域は、組合員宅同士がとても離れている地域で、件数の割に時間がとてもかかります。毎月「けんこう」を配布してくれている手配り協力者に改めて感謝しました。来月も新たなつながりを見つけられるよう、頑張つて訪問していきます。

おたより大募集!!

先月号から引き続き、テーマを設けてみなさんからのおたよりを大募集します！ 今回のテーマは「新福島生協病院への思い・期待」です。ハガキ、ファックス、電子メールでご応募ください。掲載させていただいた方の中から、抽選で5人の方に図書カードを贈ります。たくさんのおたより、お待ちしております！なお当選は発送をもって代えさせていただきます。またテーマの他に、広島中央保健生協へのご意見、お気持ち、生協活動に対する提案をおよせください。「組合員の声」として「けんこう」に掲載させていただきます。

締めきり=10月10日(当日消印有効)

宛 先=〒733-0031 広島市西区観音町16-19 広島中央保健生協・組織部 F A X=082-532-1267 Eメール=soshikibu@hch.coop

クロスワードパズル前々回の答え 第134回8月号「ハウセンカ」

組合員の声

クロスワードパズルの答えと いっしょにお寄せいただいた声です。

今日は耳鼻科とクリニックとをはしごしました！ あたたかな対応をしていたので、いつも気持ちよく

受診しています。生協病院であればこそ、と いつも思っています。あと8ヶ月で定年退職となりました。職場の健診がなくなるので、より一層健康には留意しなければ。

生協広報委員会では、引き続き皆様からのご意見・ご感想をお待ちしています。ぜひ、声をお寄せください。

俳句・川柳

- 暑い夏 ビールだアイスだ 腹用心 (己斐支部)
おつきさま お団子どうぞと 孫が言う (己斐支部)
子や孫と 平和行進 継いでいく (安芸中央支部)
汚染水 ほったらかして 中東へ (安芸中央支部)

俳句・川柳大募集

あなたのご自慢の句をお寄せください。紙面で紹介いたします。(雅号(ペンネーム)でも可)

健康づくり活動交流会のお知らせ

日時: 10月30日(水) 13:30~16:00
場所: 生協けんこうプラザ5階

支部や職場の健康づくりの取り組みをきいて、活動のヒントを持ち帰ろう！ 詳細・お申込みはチラシをご確認ください。

「憲法をいかに、安心の医療・介護を求める」国会請願署名のお願い

今月号の「けんこう」と一緒に署名用紙と返信用封筒をお配りしています。ご協力いただける方は、返信用封筒にてご返送いただきますようお願いいたします。(大変恐れ入りますが、切手はカンパにてお願いいたします)

広島中央保健生協 理事会社保・平和委員会、職員社保平和委員会

8月 理事会より

新病院建設費用の見積もり価格を比較し、施工業者を仮決定とする提案がありました。全員一致で承認しました。
2013年度生協強化月間方針(第1次修正案)について提案があり、全員一致で承認しました。各ブロッックでの月間スタート集会の準備状況について報告がありました。

いて提案があり、全員一致で承認しました。
男性型脱毛症の治療に効果があるプロペシアと診療内容について説明がありました。自費料金(福島生協病院皮膚科)の設定について提案があり、全員一致で承認しました。
介護職員初任者研修の募集呼びかけがありました。

