

2月の

広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2017年2月号

2016年12月31日現在
組合員数 30,129人
出資金 12億1,890万円
発行責任者 生協広報委員会

No.526

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

FAX(082)-532-1267

アドレス

http://www.hch.coop/

Facebook

「広島中央保健生活協同組合」



楽しく前進した強化月間、期待に応えられる「大きな組織」をめざそう！

法人理念

ともにいのちを大切にし、
みんなが健康で安心して暮らせる社会をつくります。

取り組み方針

- 1.安心・安全な医療・介護・福祉の事業に取り組みます。
- 2.協同の力で、安心して暮らせるまちづくりに取り組みます。
- 3.憲法を守り、平和を守る運動に取り組みます。



組合員と職員で訪問行動打ち合わせ

9月25日から始めた生協強化月間は、11月末までに372名の組合員加入（昨年より22名増）と3,000万円の出資金増やしを進め、終了となりました。みなさん大変お疲れ様でした。支部・職場ごとのスタート集会、田代病院長の健康づくり講座や熊本震災支援報告、支部での活動報告と豊かな内容でキックオフ集会を開催し、医療福祉生協の魅力が再認識するところから月間がスタートしました。



バスバイクでも多くの増資がありました

の加入数は過去3年間で最高数となりました。地域では、サロンや班会・バスバイクの参加者や、事業所利用への相談を受ける中での加入が多くありました。また新病院建設運動が昨年で終わり、今年度は4月のスタート時点から、出資金が増資より減資が上回ってしまうという状態にあって、積み立て増資を特に重視して取り組みました。その結果、月間中に48人の方が新たに積み立て増資をしてくださることに、積み立て増資者増やしは昨年の一年間の実績と並ぶところまで到達することができました。

掲示板

無料法律相談のご案内

2月18日(土)10時半から福島生協病院相談室にて無料法律相談を行っています。ご希望の方は下記までご予約ください。

お申込み

福島生協病院 医療相談室
☎082-292-3171(代)

この生協強化月間の成果を基礎に、組合員・地域住民の期待に応えられる「ひとまわり大きな組織」をめざしていきましょう。

健康習慣づくりを広げました。このけんこうチャレンジへの参加から保健生協とのつながりができ、加入にもつながっています。今年は訪問行動が多様に取り組み、けんこうの手配りに協力して下さる方が月間中に24人増えました。

心の窓

私は45年間働いた仕事をリタイアし、ゆっくりしていました。が、老人会の方から、家にいるなら手伝って、家に来ないかと声をかけられました。今は毎朝通学路に立って、子どもたちの見守り活動と、町内の夜間の防犯パトロールのボランティアに参加しています。朝、子どもたちに「おはようございます。」と声をかければ、「おはようございます。」と応えてくれる、またその道を通る人たちからも、ご苦労様と声をかけられます。

毎朝6時半に起床することとは、私にとって一日のリズムが整い、健康にも大変よく、子どもたちが成長する姿を見るのがとても嬉しいです。防犯パトロールも毎回何事もなく終わっていますが、パトロールしていますが、防犯パトロールしている自分自身が地域の防犯予防につながっていると思っています。

子どもたちのため、地域のためと思ってやったことすべて健康のため、またボケ防止のためになっていて、結局は自分のためであると実感しています。

これからも健康に充分気をつけて、このボランティアを続けていこうと思っています。

この地域で生まれて、育ててもらったことの恩返しになればいいなと思っています。

(おや・G)

けんこうチャレンジ2017へ向けて

学校ぐるみでチャレンジ

けんこうチャレンジ2016の実施者から続々と報告カードが寄せられています。12月16日、児童教職員など学校ぐるみでチャレンジに取り組まれた江田島市立三高小学校に、組織部の安徳と毛利の二人が訪問してきました。今回の申込のきっかけとなったのは、教育委員会の通知を見た養護教諭の先生が、是非児童に取り組んでほしいという提案だったそうです。元々学校の行事であるという体操を取り上げたり、テレビやゲームに接しないノーメディア週間を設けたりと、健康づくりにとっても熱心な三高小学校。学校上げて取り組まれた理由や、児童の感想について臼井校長にお



健康チャレンジ修了者の児童さんに歯ブラシ贈呈

話しをお聞きしました。

「各学年から提示する『夏休みの生活目標』と合わせて、児童に取り組んでほしいです。夏休みはどうしても生活習慣が乱れやすく、学校としても、児童一人ひとりが健康的な生活について考えられるように働きかけたいと思っています。その点けんこうチャレンジは、コースを選択でき、児童が自分の課題を発見することができるため、とてもいい企画だと思いました。」と、臼井校長は話します。

「報告カードは出した?」「先生はこのコースに挑戦するんですよ」と、先生と児童の間でも話題に上がることもあったようです。楽しく取り組んでもらえたそうです。学校にいるときだけ家にいるときだけではなく、学校全体で取り組めた健康づくりになったと、うれしいお言葉もいただきました。最後に修了記念品の歯ブラシをお渡ししました。

広島県へ報告

12月26日、けんこうチャレンジの取り組み報告と次年度の相談のため、広島県健康福祉局地域包括ケア・高齢者支援課を県生協連の福島事務局長と田中組織部長が訪問しました。

渡辺健康長寿担当監に熱心に話を聞いていただき、次年度はさらに広がるように期待していますと激励をいただきました。



広島県へ報告

次回に向けて

最後に、『医療福祉生協の健康習慣』の冊子を進呈し、医療福祉生協の8つの生活習慣について懇談となりました。

けんこうチャレンジ実行委員会では、今年度の取り組みのまとめを行いました。今回の特徴として①共催、協賛団体を広げるとともに、全ての市町から後援を得られた。②チャレンジ期間中、楽しく健康を学ぶ場を開催。③チャレンジ実施者に健康に関するアンケートを実施。の3点があげられます。実行委員会では来年度の準備に着手しています。もっと大きくこの取り組みを広げていきましょう!

健康づくり活動

ラジオ体操講座&体力測定会

11月28日開催の「ラジオ体操講座&体力測定会」には31名の参加がありました。福島生協病院リハビリテーション科の竹本部長、城本さん、中村さんの3名を講師に行われました。「昔はできたと思うんだけどね」と、上体起こしや開眼片足立ちに苦戦される方もいれば、「思ったよりもできた!」と自分の結果を笑顔で記録される方も。測定後は竹本部長より体力をつけるためのアドバイスもあり、盛りだくさんの内容でした。

休憩を挟んでから行われたラジオ体操講座では、中村さんの指導の下、ラジオ体操第1のコツや効果について学びました。誰でも知っているはずのラジオ体操でも、ひとつひとつの動作の意味を教えてもらうと、汗をかくほどの運動量になり、参加者全員が大満足の様子でした!自分に合った健康づくりを積み重ねて、厳しい寒さに負けない身体を作っていきましょう!



ラジオ体操講座



体力測定会

第2回生協スポーツ吹矢大会

12月13日、第2回生協スポーツ吹矢大会を開催しました。実行委員会形式で準備を進めた今回の大会には、47名もの参加がありました。個人戦と団体戦の両方を採用したり、参加賞として遊休品を募ったり、班紹介のパネルを掲示したりと、前回の大会よりもさらに盛り上がりました!



	個人戦	団体戦
1位	白川幸枝さん(安芸府中吹矢班)	八幡東吹矢班
2位	平岡一男さん(庚午南吹矢班)	己斐支部吹矢班
3位	藤井二男さん(福島コスモス)	五日市支部保井田吹矢班

お知らせ

◆第22回 健康づくり学会～元気で長生き健康づくり～

日時：2017年3月13日(月)13:00～16:00

場所：生協けんこうプラザ5階
(広島市西区観音町16-19)

申込：生協組織部(082-532-1264)



講演予定の杉本先生

☆☆☆☆健康づくり学会に演題を持ちよう☆☆☆☆

健康づくり学会の演題を募集しています。日ごろの健康づくり活動をまとめ、発表しませんか。活動をまとめる過程で新しい発見がきっとあるはずです。

子育て広場 コープ のびのびクラブ



クリスマス会

12月21日は毎年恒例、のびのびクラブのクリスマス会が行われました。20組47人の親子と地域組合員3名の参加で総勢50人が広場に集いました。いつもイベント時にはお世話になっているうたう会「青い空」の皆様の美しい歌声と共にクリスマスソングなどを歌い、そのあとはひまわり保育園の先生たちによる「あわてんぼうのサンタクロース」の劇、ちびっ子たちに人気の「エビカニボックス」を踊り付きで歌っていただき、子どもたちも楽しんでいる様子が伺えました。

最後には、今年一年間、たくさんの親子が参加してくれたのでサンタさんがご褒美に、とやってきてくれました。プレゼントを受け取り子どもたちはもうわくわくが止まりません!最後は記念撮影をして、サンタさんは次の子どもたちのところへ出発しました。来年もいい子にしていたらサンタさんが来てくれるかなあ...と思いつつ、クリスマス会を最後に2016年ののびのびクラブは終わりました。2017年もたくさん親子が利用して下さることを楽しみにしています。また、のびのびクラブでは、お母さんたちが落ち着いてミニ講座を受けられるよう、見守りボランティアさんを募集しています。詳しくは生協組織部の田辺までお問い合わせください。

電話(082)532-1264



マタニティヨガ



毎週水曜日、10時~12時になると子どもたちが子育て広場「コープのびのびクラブ」へ遊びに来てくれます。毎回、病院職員や地域でご活躍中の英語の先生をお招きして遊びや学習をテーマにしたミニ講座を行っています。12月7日は、のびのびクラブでは初?利用者ママ・Nさんによる「マタニティヨガ」を4人のママと一緒に行いました。Nさんは最近、ヨガインストラクターの資格を取得されたものの、活かせる場がないので「のびのび」で出来たらなあ...と思っておられ、この日はたまたまミニ講座が中止になったこともあり、お願いをしてマタニティヨガをして下さることとなりました。

広場担当者も一緒にさせていただきました(笑)。難しいポーズなどはなく初心者の方でも行いやすく、産前産後の方やそうでない方でも行えるものでした。お母さんたちが集まってヨガをしていると子どもたちはその周りをうろうろ。ヨガの後は体がポカポカと温まりました。ヨガをすることで、心を落ち着かせたり、育児に悩んだときに自分の心と向き合える時間になる、とNさんはおっしゃいます。今後もマタニティヨガの講座をお願いしたいと思います(^_^)



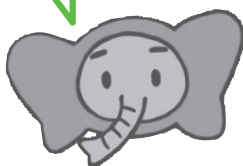
ぼくもまぜてよ

出資金動向

生協強化月間お疲れ様でした。月間中、地域、事業所では加入や増資の声掛け、地域訪問など様々な取り組みが行われました。さて、昨年12月の到達は出資金1,149万円、仲間増やしは134人の方を新しく組合員として迎えることが出来ました。

この勢いで年間目標達成めざして声掛けに取り組んでいきましょう!

月間お疲れ様、引き続き年間目標達成に頑張るゾー!



子育て広場 コープ 2月の予定

のびのびクラブ



日時 毎週水曜日 10時~12時 場所 生協けんこうプラザ5階

2月 「のびのび」行事

第1週 1日 節分・身体測定

第2週 8日 食事について

第3週 15日 親子で楽しむ日本語・英語手遊び

第4週 22日 手作り工芸


※企画内容は都合により変更となる場合があります。



診療のごあんない



(2017年2月から)

受付時間			月	火	水	木	金	土	
 <p>福島生協病院 082-292-3171 (健診:082-292-3215)</p>	午前	8:30~11:45 診察は9:00~ (予約は8:30~12:00) 診察は9:00~	内科	大津	多比良	高岡	宇野	藤原	大学
				保手浜	楠本	飯田	宮庄	濱本	交替
				藤原(予約)	河野	宇野	神尾	大津(予約)	沼本
				高岡(予約)	藤原(予約)	曾根	世戸(予約)	高岡(予約)	神尾(第4週のみ)
				多比良(予約)	高岡(予約)	藤原(予約)	高岡(予約)	多比良(予約)	
				楠本(予約)	飯田(予約)	楠本(予約)	多比良(予約)	同道(予約)	
		8:30~11:45 診察は9:00~	健診	伊藤・大石	宇野・佐藤	山本・大石	佐々木・桑原	伊藤・佐藤	石田・伊藤(第1・3・5週) 佐倉(第2・4週)
				北口	田代	北口	北口	田代	9:30~交替 10:00~診察
			外科	宮庄	原田		原田		
				長谷川	11:00まで杉本	11:00まで長谷川	長谷川	杉本	大学
			整形外科	杉本(予約)			杉本(予約)	長谷川(予約)	
			婦人科	交替		交替		交替	交替(第2・4週休診)
			眼科	高松	岡野	高松	11:00まで高松	高松	
			耳鼻咽喉科	川真田	川真田	川真田	川真田	川真田	川真田(第2週休診)
皮膚科	交替				交替	交替			
泌尿器科		10:00~交替		10:00~交替		交替			
午後	13:30~16:30 診察は14:00~	内科	多比良(予約)	世戸(予約)		藤原(予約)	高岡(ペースメーカー)		
			飯田(予約)	大津(予約)		叶(予約)	多比良(予約)		
	13:45~16:00 診察は14:00~	外科				田代・原田			
			眼科	高松			松浦		
13:45~16:45 診察は14:00~	耳鼻咽喉科	川真田	川真田	第2・4週補聴器外来	川真田				
16:30~18:00 診察は17:00~	内科				藤原(予約)				
生協小児科ひろしま 082-532-1260	午前	8:30~11:30 診察は9:00~	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野	
			西川		西川	西川	西川	吉野(第1・3・5週)	
	午後	13:30~14:30		予防接種		乳児健診・予防接種	予防接種		
14:30~16:30	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野				
生協歯科ひろしま 082-291-1333	午前	8:30~11:30	今川	高橋	今川	高浜	今川	11:30まで交替	
			山本	古谷	高橋	松井	高橋		
			平岡	松井	松井	山本	平岡		
			高橋	高浜	山本	今川	山本		
	午後	11:30~16:30	松井	平岡	平岡		高浜		
			今川	高橋		高浜	今川		
			山本	古谷		松井	高橋		
			高浜	高浜		高橋	松井		
	夜間	16:30~19:30		山本		平岡			
			高橋	平岡		今川	山本		
		松井	山本		高橋	高浜			
		高浜	今川		平岡	松井			

受付時間			月	火	水	木	金	土	
生協さえき病院 082-926-4511	午前	9:00~12:00	内科	重本	福山	占部	叶	高内	高内
				沼本	荒井	佐藤	荒井		交替
			内科(予約)	福山	重本	重本	福山	福山	服部10:30~(月2回)
				根本	伊藤				
	整形外科	倉員(初診)三好(再診)	三好	倉員	三好	三好	交替 10:30まで		
		高内	重本	南方・佐藤		荒井			
午後	15:00~17:00	内科		14:00~17:00 伊藤					
夜間	17:00~18:30	内科	倉員		倉員		倉員		
			高内				17:00~20:00 福山		
生協さえき歯科 082-926-1148	午前	8:30~11:30 水曜は11:00まで	星	星	星	星	星	星	
			保子	保子	保子	保子	保子	保子	
	午後	13:30~17:00 水曜は14:00~	星	星16:00まで	星		保子16:00まで		
			保子	末井	保子		末井		
	夜間	17:00~19:30		17:00~星			16:00~星		
				16:00~保子			17:00~保子		

受付時間			月	火	水	木	金	土	
コープ五日市診療所 082-924-0608	午前	9:00~12:00	内科	佐々木(敏)	佐々木(敏)	佐々木(伸)	佐々木(伸)	佐々木(敏)	佐々木(敏) (第1・3週休診)
	午後	15:00~16:30	内科	佐々木(敏)		佐々木(敏)			
草津診療所 082-272-8665	午前	9:00~12:00	内科	世戸	世戸	世戸	福島生協病院医師	世戸	世戸(第3週休診)
	午後	15:00~18:00	内科	世戸		世戸	世戸	世戸	
	夜間	18:00~19:00	内科					世戸	

2017年1月現在です。急な医師の交代で変更もあり得ますので、ご了承ください。

わがまち 散歩

こごいみょうじん
小己斐明神

Vol.51

小己斐明神は、昔、平清盛が宮島の厳島神社建立の際、背後の鈴ヶ峰より木を伐りだし、刻印を打ち、筏を組み、宮島に送り出しました。昭和25年(1950年)以降、このあたりは井口漁港として使われ、当時の雁木や防湖堤が今も残っています。しかし今は、まわりは完全に住宅地になっていて、ここが港であったと考えることができません。

小己斐明神にしても広大な住宅地の中の小さな池のようなもので、港の一部が残っているのだといわれて、そうかなと思えるくらいです。

西区商工センター全部が昔は海でした。港から鈴ヶ峰への原野にも巨木、大樹がしげっていたはずです。今は大木はなくなっておく普通の山になっています。



残っている小島



昔は港の一部だったが今は池になって残っている。池には鳥居が立っている。

こごいみょうじん
小己斐明神

広島市西区井口明神2-10 西部埋立第二公園



職場探訪

●福島生協病院 検査科

検査科について紹介させていただきます。

検査科は大きく分けて生理検査と検体検査の2つに分かれます。

生理検査は直接患者様の体から検査機器を通して画像又は波形として情報を得ます。心電図や呼吸機能、脳波、超音波(エコー)検査があります。

検体検査は患者様から採取・排出された検体を分析または培養等を行って患者様の状態を把握しています。また採取された組織について、癌の有無や進行具合、治療効果等の検証を行う病理検査もこの中に入ります。いずれの検査も臨床検査技師の資格があれば行うことができます。

当院では、検査技師の国家資格以外に各分野の検査について専門的な知識を必要とする認定資格を取得している技師も多数います。

生理・検体検査で使用する高額な精密機器は組合員さんの出資金によって購入されています。検査室には様々な機械があり、動きや機能に興味を持たれる学生さんもおられます。どのような機械があるのか見学に来ていただけるとよいのではないのでしょうか。いつでもご案内いたします。



私の感動した映画、お勧め作品

広島市南区 松井 久治

映画「この世界の片隅に」の大ヒットは、広島に住む者としては、嬉しいかぎりです。

実は、広島市被爆教職員の会でも、DVD「広島の先生たちの物語」という、被爆教師の語りをメインにした作品を完成させました。語りの場面は、天満小学校で撮影させてもらいました。映画監督は、時川英之さん。観音中学校での教え子です。「ラジオの恋」「シネマの天使」などの監督です。

ちょうど、オバマさんがヒロシマに来られた頃に、DVDは完成しました。広島市内の小中学校に寄贈しましたので、松井市長ともお会いして謝辞もいただきました。学校や公民館での上映会もありました。現在も、一人でも多くの人に見ていただけるよう取り組み中です。よろしくお願いします。

おたより

「私の家族」フラット君

僕の名前は久保フラット、今7歳、人間で言うと44歳の男盛りのダンディってところかな。犬種はゴールデン・レトリバー33キロ、僕は生まれてから盲導犬候補として訓練を受けたんだワン。でも1年目の適性検査で不合格、盲導犬にはなれなかった。でもちゃんと訓練うけたから賢いし、ご主人様の役には立っていると自負してるんだワン。

そうそう僕のご主人は視覚障害がある人で作業所の所長をやってるんだ。僕も一緒に通勤して、みんなの人気者、なんと僕の出勤簿まであるんだよ。僕の出勤印は⊕、そう名前がフラットだから。いいでしょ。ワンワン!!

でも実は大きな声で言えないんだけど小心者、大きな音に弱いんだワン!だから宇品の花火大会の日は音が怖く、遠くまで避難するんだワン。散歩中に近くで音がしたり、自転車が倒れたりしたら、もうびっくり、でも人が大好き、あったかい家族に囲まれて幸せだワン!

(広島市中区 久保 正道様に取材)



組合員の輪

包括支援センターと支部 まちづくりの交流 東区北支部

11月17日(木)、東区北支部は戸坂地域包括支援センターを訪問し、まちづくりに関する交流を行いました。地域の情報を知り、さらに支部の活動を包括に知ってもらうことが目的です。

交流の中で支部長の西川さんが「地域のために何かできることはないか、という思いは同じ。協力していければ」と話をすると、包括からも「これから高齢者が増えていく中で、地域住民の力や地域のサービスの充実がより必要になっていきます」と、お互いに交流協力していくことの大切さをあらためて認識しました。地域の高齢者や住民の「居場所づくり」は簡単にはできませんが、まずは皆さんの「おでかけ先」を地域に一つでも増やすことから始めていきましょう!



ぎょうざの皮でピザ作り&おにぎらず 福島支部きょうちくとう班

12月6日(火)組合員サロンでは、福島支部きょうちくとう班の組合員さんの明るい声が響きました。「おにぎらず」ってご存知で

すか。今はやりのおにぎりの要領で、ごはんには具を入れてさいごはにぎらないから「おにぎらず」。とっても簡単、しかも美味しい。餃子の皮のピザもかわいくって簡単、みなさんの笑い声が響きました。



いきいきケーキ作り 横川・三篠支部

12月9日(金)、横川・三篠支部脳いきいきカフェは、クリスマスケーキづくりにチャレンジしました。題して脳いきいきケーキ作り!? 笑いケア体操や脳いきいき班会でお世話になった己斐支部の石川さんに作り方を教えていただきました。今回は時間の関係もあり、市販のロールケーキにデコレーション。その後はおしゃべりがはずみ、あっという間に時間が過ぎました。



おたより募集

川柳、俳句、短歌

4月号の川柳のお題は「桜(さくら)」(締め切りは新年2月末)です。自由演題でも結構です。

その他、「私の家族(ペット)」を募集しています。写真と簡単な紹介文を編集部までお送りください。



けんこう読者投稿企画

「百歳万歳」…百歳に近い元気な組合員を紹介したいと思います。

「わたしの趣味、特技、生きがい」…こんな凄い組合員がいるよ、という紹介があれば、ご連絡ください。もちろんご自分のことでも結構です。

「わたしの健康法」…健康のために心がけていること、やっていることなど投稿をお待ちしています。

「わたしの感動した○○○○」…感動した本、映画、漫画、スポーツなどの記事も募集します。

その他、身の回りのことや最近思うことなどなんでも結構です。

文字数 原稿用紙1枚程度(約400字)

応募方法

おたよりは、お手紙、ハガキ、ファックス、電子メールにてお寄せください。掲載させて頂いた方の中から、抽選で5名の方に図書カードをプレゼント。たくさんのおたよりお待ちしております。当選は発送をもって代えさせていただきます。

宛先

733-0031 広島市西区観音町16-19-4F
広島中央保健生協 組織部 けんこう編集係
E-mail:soshikibu@hch.coop
FAX(082)-532-1267

俳句・山柳

へお題:梅

三月は我の生れ月梅匂う

油野はつ枝

亡母残したるくすんだ梅干し粥の上

スイトビー

絶品はご馳走の後の梅茶漬け

ななかまど

夜空に浮かぶ満開の梅シャンデリア

花子

へ自由句

牡蠣小屋へ誘はれ卒寿の前祝い

朱実

脳トレに川柳詠んでボケ防止

原田妙子



理事会より

- 11月の経営結果は、健診やインフルエンザ予防接種が進み、収益予算を達成、費用も予算内におさめたことにより7か月連続の剰余予算達成となりました。
- 2017年度の予算づくり方針が提案され、事業計画と予算づくりがスタートしました。
- 6月の総代会に向け、総代会議案起草委員会と総代会運営準備会の設置が承認されました。