

2月の

広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2023年

2月号

No.592



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」

2022年12月31日現在

組合員数 29,764人

出資金 12億6,769万円

発行責任者 生協広報委員会

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。

生協加入おすすめ達人講座(生協さえき歯科)



事業所や職場では273名の新たな組合員を迎え入れることができました。

地域支部の学習会やウォーキング企画に職員が講師として参加し、相互に信頼や理解を深めることができました。

9月20日(火)から始まった生協強化月間は、11月末で終了となりました。

みなさん大変お疲れさまでした。

生協強化月間開始から1カ月間「いっせい訪問行動」に取り組みました。地域組合員と事業所職員が協同して取り組む貴重な機会というだけでなく、医療や介護の専門職が訪問することで地域に安心を広げるという重要な取り組みとなりました。

2022年度の生協強化月間では仲間ふやしを重点課題としました。

生協強化月間を振り返って

地域とつながり、 安心を届けます!!

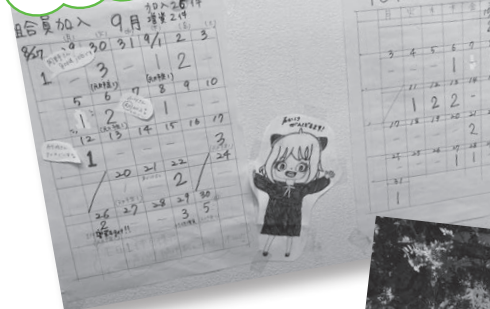
地域支部では66名の新たな組合員を迎え入れることができました。

訪問を通じた名義変更とともに、つながりを活かした声かけを行いました。

加入呼びかけの「達人講座」やポスターでの強化月間アピール、加入すれば「お得」なことを知らせるチラシなど、多くの職場で多彩な取り組みが展開されました。

引き続き、職場・地域支部ともに組合員として広島中央保健生協を大きくしていきたいと思います。

生協強化月間の取り組み(福島生協病院健診センター)



いっせい訪問行動(南区支部)

心の窓

コロナ禍になり友人たちとの交流が希薄になっていくことに気がついたのは、友人からの一本の電話でした。思わず「会えなくても電話で話ができるのにねえ」と笑ってしまいました。外出を控えることから始まり、いつの間にか電話さえしなくなっていました。

改めて人との出会い、つながりを有り難いと感じました。いろいろなことを気づかせてくれた中学、高校の同級生、今でも会えば十代に帰り話に花が咲きます(顔や姿は、使用〇十年ですが)。

同期入社から今でも続いている友人たち、生協に加入して支部運営委員になってからは、年齢差を超えて対等に話せ、刺激をもらえる人間関係に感謝しつつ、自分も少しはお返しができるのだろうか、と思う日々です。

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

※企画内容は都合により変更となる場合があります。

第1週 1日 わくわく絵本の世界 第2週 8日 親子でストレッチ

第3週 15日 リズム遊び 第4週 22日 子どもに多い目の病気

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止とさせていただきますのでご了承ください。

子育て広場 コープ ぴよぴよクラブ

日時 2月24日(金)13時30分~15時 ※毎月第4金曜日

場所 生協けんこうプラザ5階

生協ひろしまさんとコラボでひろしまGENKI体操 五日市南支部



り、意外と難しく、とても頭の運動になります。

その後、簡単に骨についての学習を行いました。骨の中には、骨を作り変える細胞と、壊す細胞がどちらもあって、加齢とともに、骨を作

11月24日(木)、五日市南支部で生協ひろしまさんとのコラボで、ひろしまGENKI体操を行いました。プロのインストラクターさんの指導の下で、最初は簡単な指先のストレッチから行いました。数字を数えながら指を折ったり伸ばしたり

り変える細胞が減っていくそうです。しかし、骨に振動を与えることで骨を作り変える細胞が活発化して、丈夫な骨になるそうです。その学習の実践として、ダンスを行いました。わき腹をこすったり、腕を振ったり、骨に振動を与える動きを取り入れながら、「きよしのズンドコ節」と「津軽海峡冬景色」に合わせて踊りました。習ったばかりのダンスも、みなさんすぐにできるようになっておられました。「楽しかった、またやりたい」という声が多く聞かれ、みなさん大満足の班会となりました。



各支部でいろいろな行事が開催されています!!

横川・三篠支部

横川・三篠支部主催「平和のつどい」を12月19日(月)に開催しました。当日は雪で心配しましたが、8名の参加者で被爆体験伝承者の小泉喜代子さんの貴重なお話を聞くことができました。

当時は被爆したというだけで差別も多く、小泉さんは被爆者であることを隠して生活されていた時もあったそうです。しかし、だまって祈るだけでは伝わらないと、原爆の恐ろしさを、悲惨さを語り継いでおられます。話を聞いた参加者は、「親や姉兄は話してくれなかった。小泉さんの話が聞けてよかった。改めて原爆の悲惨さがよく



わかった」「被爆者の話を聞く大切さ、命の尊さ、平和の大切さを感じ、未来のために私たちがしなければいけないことは何かを考えて行動したい」などの感想がありました。



廿日市支部

12月14日(水)、四季が丘市民センターで「けんこう」手配り者の集いを開催しました。参加者は13名で、「訪問看護ステーションコープはつかいち」の小田看護師より事業紹介と在宅での療養生活の不安を解消し、自分らしい生活ができるよう、本人や家族のサポートの実践を話していただきました。また、かんたん体操も指導してもらいました。上半身ストレッチ、下肢筋力アップ、膝痛予防や肩の運動、ロコモーショントレーニング、参加者全員で身体をほぐしました。けんこうチェックも行い、前年の測定値と見比べて、数値が落ちているなど各自自分の体力に向きあいました。

交流会では手配りや地域の活動、自治会の問題などいろいろな話で盛り上がり、「たきび」「四季の歌」を歌ったりと笑顔の集いになりました。



福島支部

11月29日(火)、福島支部で湯来ロッジへバスハイクに行きました。参加者は16名で、初めて福島支部の活動に参加された方も2名おられました。しばらくぶりに顔を合わせる方も多かったようで、「久しぶり!!元気だったー?」と、再会を喜ぶ声がたくさん聞こえてきました。

最初に温泉に入った後、みんなでロッジの豪華な海鮮料理に舌鼓を打ちました。そのあとは、「都道府県ビンゴゲーム」を行い、大変盛り上がりました。

帰りのバスの中で、理事さんから増資や支部の班会への参加を呼びかけ、参加された方全員が増資をしてくださいました。福島支部では、なかなかみなさんが集まれるような行事ができていませんでしたが、この日のみなさんの笑顔に今後とも組合員さんのためにいろいろな楽しい企画を進めていきたいと思いました。



安芸府中支部

12月2日(金)、安芸府中支部でクリスマス会を行いました。組合員活動推進課の竹本課長を講師に招き、「正しい姿勢と足のストレッチ」について講演していただきました。「たまに足が痺れるのが心配」「どのくらいの頻度でやったらよいのか?」などストレッチのことや自分の健康状態について交流しあっという間の1時間でした。参加者から「すごく勉強になった」「毎日続けるのは大変かもしれんけど気づいた時にでもやるのが大事だね」と嬉しい感想が出ていました。最後にクリスマスプレゼントをみなさんにお渡しして、これからも楽しく健康づくりをしましよと約束して笑顔で解散しました。



子どもの医療費助成について 学習しました

11月25日(金)、理事会社保委員会主催で「子どもの医療費無料化を目指して～子どもの医療費助成と広島県の対応～」を新日本婦人の会広島県本部事務局長の大平由美子さんを講師にミニ学習会を開催しました。参加者は16名と少なめでしたが、社保連絡員さんから支部運営委員さんなど幅広い方と一緒に学習できました。

学習会では「子どもの医療費助成制度」をつくった新婦人運動の歴史を紹介。制度の説明と自治体間格差の問題点なども解説。広島県の対応について、県の財政指数は全国13位と高水準でありながら助成は全国で最低であることが報告され、現在取り組んでいる新署名への賛同も訴えられました。講演後の質疑応答でも活発な発言で盛り上がりました。

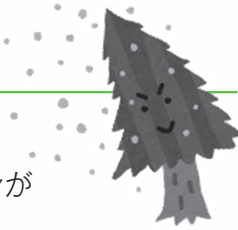


短時間の学習会でしたが、参加者から「とてもわかりやすい話でした。好感の持てる話でした」「『運動』というのは一人ひとりの思いをしっかりと表現することなのだと、強く思いました」などの感想があり、とても充実した学習会となりました。

事業所だより

スギ花粉症シーズンがやってきます

くしゃみ、鼻水、眼のかゆみ…。スギ花粉症患者さんにとってつらいシーズンが始まろうとしています。花粉症は様々な花粉による季節性のアレルギー性鼻炎です。スギ花粉症は2月～3月下旬の頃、ヒノキ花粉症は4月～5月初旬頃と症状が出る時期をある程度予測できます。スギ花粉が飛び始めたら早めに飲み薬や吸入薬などの治療を始めると症状を軽く抑えることができます。スギ花粉症でお困りの方、ぜひ、耳鼻咽喉科へご相談ください。耳鼻咽喉科では耳、鼻、のど、口腔内の診療の他に睡眠時無呼吸症候群の検査・治療も行っています。



月曜日、木曜日、土曜日の午前中に診療しています。予約なしで受診いただけます。



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
○			○		○

福島生協病院 耳鼻咽喉科

受付時間：8:30～11:45 診療開始：9:00
福島生協病院 代表電話：082-292-3171

生協の安心ネットワーク

介護事業所一覧

- 居宅介護支援事業所**
 - ★広島中央保健生協居宅介護支援事業所 TEL 082-292-0852
 - ★コープ五日市居宅介護支援事業所 TEL 082-942-6923
- 訪問看護ステーション**
 - ★訪問看護ステーション生協コスモス TEL 082-532-1375
 - ★訪問看護ステーション草津かもめ TEL 082-507-7015
 - ★訪問看護ステーションコープ五日市 TEL 082-924-0626
 - ★訪問看護ステーションコープはつかいち TEL 0829-50-0207
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護/夜間対応型訪問介護**
 - ★生協かんおん24
 - ★生協かんおん夜間対応ヘルパーステーション TEL 082-563-8391
 - ★生協くさつ24
 - ★生協くさつ夜間対応ヘルパーステーション TEL 082-507-1222
- 訪問介護**
 - ★広島中央保健生協ヘルパーステーション TEL 082-532-1256
 - ★コープ五日市ヘルパーステーション TEL 082-943-4631

相談窓口

- ★よろず相談 TEL 082-553-9578

機関紙「けんこう」発行60周年投稿企画

1963年(昭和38年)3月1日、「けんこう」が創刊されました。組合員のみなさまへ事業所や組合員活動の情報をお伝えしてきました。2023年3月で発行60周年を迎えます。記念企画としてみなさまから機関紙「けんこう」にまつわるエピソードや思い出を募集します。どしどしご応募ください。

- 掲載期間：2023年4月号から
- 締切：随時
- 文字数：原稿用紙1枚程度(約400字)
- 応募方法：郵便か電子メールでお送りください。
- お名前、ご住所、電話番号をお忘れなく。

応募先

〒733-0031
広島市西区観音町16-19-4F
広島中央保健生協
組合員活動推進課 けんこう編集係
E-mail : soshikibu@hch.coop



2023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。
※前回から変更している部分は 網掛け で表示しています。 (2023年2月から)

		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	長 谷	佐々木	佐々木	佐々木	佐々木(第1・3週休診)
	午後	15:00~16:30	内 科		佐々木	佐々木			
	夜間	17:00~18:30	内 科	佐々木				佐々木	
コープ草津診療所 082-272-8665	午前	9:00~12:00	内 科	世戸(寛)	福 山	世戸(寛)	福 山	世戸(寛)	第2・4週のみ 診療 八田
	午後	14:00~17:00	内 科	世戸(寛)		世戸(寛)		世戸(寛)	
	夜間	17:00~18:00	内 科		福 山				

班会での一言から 「黒い雨」被害者救済へ

班会での一言から、この度「黒い雨」被害者の救済、被爆者健康手帳取得につながりました。



毎年行われる組合員と職員との訪問行動がきっかけで結成したとある班で、2020年12月初めの班会が開かれました。

参加者はお茶を飲みながらご自分の半生を語り合いました。その時のご高齢の女性Aさんから「幼いころ、府中町で黒い雨が降るのを見たことがあるのよ」との話に。参加していた組合員活動推進課職員は、後日ご本人に確認、「黒い雨」被害者申請を勧めました。

2021年7月に「黒い雨」訴訟の広島高裁判決が確定しました。「黒い雨」被害者は76年間も放置されてきたのです。高齢化がすすむ被害者の救済は一刻の猶予もありません。Aさんは新聞、ニュースでそのことはご存じでしたが、気になりつつも、自分はどうしていいのかわからない状態でした。

組合員活動推進課よりAさんを相談室につなぎ、申請へとすすみました。同時にAさんのひとつ違いの弟さんも黒い雨を見た時に一緒だったとのこと、弟さんも申請することとなりました。そして約1年後、お二人とも手帳取得につながりました。

「黒い雨」該当者にまだまだ制度が周知されていません。そして申請しても事務処理体制が希薄で、長い時間がかかっています。原爆「黒い雨」被害者の早期救済が求められています。

ペンネーム 徳武思案



お近くには医学科生はいらっしゃいませんか？

医学生をご紹介します

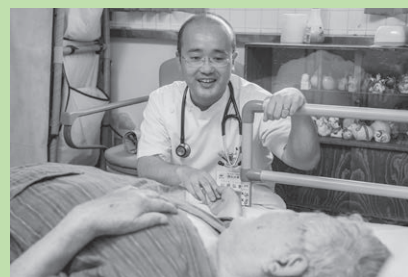
将来、広島民医連と一緒に働く医師候補（医学科生）を探しています。ご家族や親しい方に医学科生の方がいらっしゃいましたらご紹介ください。



Point 奨学金制度の特徴

- ・奨学金支給期間と同期間の勤務により返済免除（コースによる）
- ・在籍する/志望する大学の所在地は問いません（高校生予約可）
- ・年度途中/医学科在籍中であっても申請ができます
- ・奨学生になったら民医連が主催する交流・学習行事に参加できます

まずはお気軽にお問い合わせください！
奨学金制度説明会も実施しています。
詳しくは下記をご覧ください。



基準コース

1年生	8万円以内（月額）
2～4年生	9万円以内（月額）
5～6年生	10万円以内（月額）

特別コース

全学年 15万円（月額）



基準コース：奨学金支給期間と同期の勤務により返済免除
特別コース：奨学金支給期間の1.5倍の勤務により返済免除

【連絡先】



広島民医連 医学生担当者まで

広島民医連

TEL:082-569-7601 FAX:082-569-7602
メール:hiro@hiro-min.com

子育て応援プロジェクト のびのびクラブ

12月21日（水）、のびのびクラブでクリスマス会を行いました。10組22名の親子が参加しました。ひまわり保育園の先生たちによる劇やダンス。お母さんも子どもたちと一緒に「あわてんぼうのサンタクロース」を歌いました。

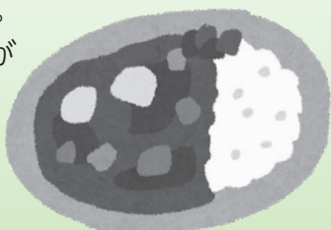
子どもたちにはお菓子のプレゼント。子どもたちの笑顔をたくさん見ることができ、とても素敵なクリスマス会となりました。

子ども食堂 生協わくわくぱーてぃー

12月10日（土）、いつものいきいきプラザから場所を移して、観音公民館で「生協わくわくぱーてぃー」を開催しました。この日の参加者は、テイクアウトが4組、公民館での参加者が2組で計22食を地域の組合員さんや子どもたちに提供しました。当日、観音公民館の前に置いてあったわくわくぱーてぃーの看板を見て、興味を持って訪ねて来てくださった方や初めて参加する方もおられました。ボランティアさんたちも組合員さんと楽しそうに話されていました。

2023年度3月まで観音公民館で行うことが決まっており、今後は決まり次第お伝えします。観音地域や、お近くの方は、是非「生協わくわくぱーてぃー」にご参加ください。

観音公民館でお待ちしています。



お持ち帰りも
可能になりました。
できれば予約をお願いします。

掲示板

広島中央保健生活協同組合

子ども食堂 生協わくわくぱーてぃー

【日にち】2月18日（土）

【時間】11時30分～12時30分

【場所】観音公民館（開催場所が変更になっておりますのでご注意ください）

※開催場所が変更になる場合がございますので、詳細はお問い合わせください。
※新型コロナウイルス感染症対策の観点から食事のみの提供とし、時間を短縮して開催しております。感染状況によっては中止となる場合がございますので詳細はお問い合わせください。
※午前7時の時点で警報が出ている場合は、中止とさせていただきます。
※アレルギー対応はしておりませんので、ご了承ください。

調理・あそびボランティアさん
大募集中!!

お米・野菜等食材のご提供もお待ちしております(^_^)
お申し込みは☎082-532-1264（組合員活動推進課）まで

LINE@



組合員の輪

健診結果の見方講座 ～田方支部ピアレス班～

11月29日(火)に田方支部のピアレス班で「健診結果の見方と理解」講座を行いました。講師は福島生協病院健診センターの小川保健師。今回が2回目の講師とのことでしたが、とてもわかりやすい内容でした。健診結果の見方だけでなく、普段の生活の注意点や生活習慣病がどういった病なのかまで学ぶことができました。40分の講演に質疑応答が40分と大盛り上がり。参加者の健康意識の高さもうかがえました。感想では「目から鱗でした。数値の意味がよくわかりました」「これからも一年に一度は健診を受けようと思いました」「田方支部はいろいろな活動をされているので、それにあやかっている自然に健康になっていく気分になります」など、参加してよかったという想いが寄せられました。



開催後には「さっそく健診センター予約取れたよ」との連絡をいただき、とても嬉しかったです。

元気じゃけん定食を作りました ～南区東支部～

12月17日(土)、段原公民館で「人生100年をめざす会」が開催されました。

今回は広島市安芸区考案の元気じゃけん定食を作りました。参加者は職員含め11名でした。

食材を切る、炒める、お皿の準備をする方などに分かれ、あっという間に料理が完成しました。メニューは鶏もも肉の彩り野菜、ピーマンの塩昆布炒め、ちりめんじゃこ入りのみそ汁でした。みそ汁に入れる小松菜が余っていたので、主婦のみなさんの提案により小松菜でも塩昆布炒めを作りました。参加者からは「小松菜の新しいレシピを教えてもらってよかった」「みそ汁にたくさん野菜が入っていて健康的でいいね」など味はもちろんのこといろいろな発見がありました。職員から出資や



加入の声かけをさせていただいたところ、「これも縁だから」と出資をしてくださり、2022年の締めくくりとして楽しい会となりました。

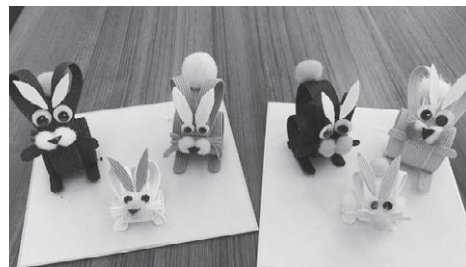
思いをはせて干支づくり ～五日市支部～

12月2日(金)坪井公民館にて恒例の干支づくりを行い12名が参加しました。

クラフトテープで作るうさぎに挑戦。パーツごとにクラフトテープをカットし、



木工ボンドで張り付けた後は洗濯ばさみでしばしの固定を繰り返し、特に目を張り付ける、鼻のボンテンをつける作業は細かくて「難しいねえ」と苦戦しましたが、最終的にはうさぎまで作ら



れた方、お友だち用にキットを持って帰られる方と大変好評でした。

今年はおうさぎのように、自由にあちこち飛び跳ねられたらいいですね。

俳句・山柳

へお題：はうれん草

● はうれん草は ポパイの好物 ああ！昭和
／大根草

● 菠薐草 初めて知った漢字名
／波乃

● 入社時に たたき込まれた 報・連・相
／からたら

● はうれん草と ポパイの事を 知らぬ孫
／舞子

● 自家製の ホウレン食べて 砂を噛む
／ふじばかま

● 心配は 棚に預けて 今日も生く
／TOKIKO

お知らせ 選考を円滑に行うため、投稿数は一人5句までとさせていただきます。

*採用された方には図書カードをプレゼントします。
ぜひご住所をお知らせくださいませ。 広報委員会

2月の行事予定

- 2月1日(水)～3月31日(金) ラストスパート月間
- 2月21日(火) けんこうチャレンジ2022まとめの集会

理事会より(2022年12月理事会報告)

- 11月の経営結果は、826万円の黒字で予算には372万円不足しました。福島生協病院が今年度初の黒字結果となりました。また、入院収益も今年度初めて予算を達成しました。
- 生協強化月間のまとめを確認しました。月間中の仲間ふやし目標に対して約50%の到達でしたが、安心のつながりづくりをすすめました。
- 第68回通常総代会の起草委員会・運営準備委員会の設置が確認されました。
- 毎年バレンタインデーの季節に、平和と社会保障充実を進める全国いっせい行動として実施している「虹のバレンタイン行動」を、今年は2月7日(火)と14日(火)に開催します。

おたより募集

川柳、俳句、短歌

4月号の川柳のお題は「さえずり」(締め切りは2月20日)です。自由演題でも結構です。その他、「私の家族(ペット)」「私のとっておきの一枚」「コロナに負けない!私のストレス解消法」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。

宛先

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