

5月の 広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2025年 5月号 No.617

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」

2025年3月31日現在
 組合員数 29,467人
 出資金 12億3,485万円
 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。



健康づくり委員会主催

3月19日(水)、生協けんこうプラザにて第26回健康づくり学会を開催しました。職員含め32名の参加でした。山下理事による挨拶と、2024年度の活動のまとめの報告から学会はスタート。最初の講演は、生協歯科ひろしまの高浜歯科医師による、認知症患者さんの口腔ケアのポイントについてでした。接するときの心得や患者さんを取り巻く環境と口腔状況との話はとても貴重な内容で、みなさんも真剣に耳を傾けました。その後の丸子歯科衛生士のオーラルフレイルと口腔ケアについての講演も、とても実用的で具体的な内容でした。

続いて生協さえき病院リハビリテーション科、理学療法士の有田さんによる実践を交えた事業所報告では、実際に身体を動かして腰痛予防体操を体験。ちょうど座りっぱなしで凝り固まっていた身体もすっかりほぐれてリフレッシュしました。

けんこうチャレンジのまとめの報告をしていただいた後は、グループワークの時間です。自己紹介をする前は少し遠慮がちだった参加者さんも、グループワークが終わるころにはすっかり打ち解け、交流は大いに盛り上がりました。

学び、話し、実践するといった健康に近づく要素がギュギュッと詰まった、実りのある学習会となりました。

健康への「実践」がいっぱい!

第26回健康づくり学会



子育て広場 **コープ** 5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

5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 7日 わくわく絵本の世界 第2週 14日 あっこ先生とリトミック♪
 第3週 21日 わらべ歌で遊ぼう! 第4週 28日 子どもの歯について

※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。

子育て広場 **コープ** **ぴよぴよクラブ**

日時 5月23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

心の窓

私が中学、高校生のころは、戦争を経験された先生方も多く、授業の合間に話されたことは今でも心に残っています。子どもころの命からがらの引き揚げの様子を話して下さった先生、原爆にあわれた先生、重い声で「ぼくは、一人を殺せば殺人、多くを殺せば英雄」と言われた先生、戦争反対の思いが込められた言葉でした。伯父の行軍の話、母から聞いた8月6日に避難してこられたご家族の様子など、私には知らないことばかりで、もっと聞いておけばよかった、聞けなかったと、聞くと・伝えることの大切さを感じ出すたび、ひびくと感じています。

ドキュメント番組で慰霊碑のことを知りました。戦後50年の節目に、戦中の朝鮮人の労働動員についての歴史に向き合い語り継ぐべきと、歴史の掘り起こしをした市民グループにより「群馬の森」に建てられた追悼碑です。表には「記憶 反省 そして友好」の文字が、裏面には、朝鮮を植民地としたことや労働動員の歴史などが書かれ、過ちを繰り返さない決意を表明する。アジアの平和と友好の発展を願うとあります。碑は8年に及ぶ裁判の末、2024年「政治的集会は行わない」の条件違反であると県により強制撤去されました。以後、強制連行の文字のため外されたり、訂正加筆された説明板が出てきました。記者の方は、全国に1500余りある碑や説明板が同じように扱われるのでは危惧されていました。慰霊の集まりは続いており、若い方の参加もふえ、碑を守る会が大切にされている思いは引き継がれていくと感じました。「あったことをあったと認めることがいけないのなら何も言えなくなる」。負の歴史も伝えていかなければ次の世代の真の友好にならぬと思えます。

2025年度 広島中央保健生活協同組合 重点課題(案)

協同の力で、誰もが健康で居心地よくくらしをさせる まちをつくりまします

1.地域の様々な人との協同で、医療福祉生協の地域まるごと健康づくりをすすめます。

①世代や組合員の枠を超えて、地域の方が医療福祉生協へ参加できる場をつくりまします。「まずは集まる」一班会やお試し班会など「気軽に取り組める班活動」をめぐります。自分たちのやりたいことや興味のあることなどで集まる「ゆるい」居場所に生協の「はつとん」居場所をふやします。

②各支部で青空健康チェックを行い、地域へ医療福祉生協の健康づくりをアピールします。健康チェックを担うサポーターをふやし、地域での健康づくりを推進します。

③健康チェックと健診受診を推進します。健診後の結果説明会などを支部や班会で行えるようにします。

④各支部での班会や地域での健康づくり行事などの企画で、フレイル予防・オーラルフレイル予防を広げます。すこしお学習会など「ステップアップ！すこしお」の取り組みをすすめて、減塩活動を広げます。

⑤事業所へ加入した組合員が地域の組合員活動へ参加できるように働きかけます。地域での健康づくりや「はつとん」など医療福祉生協の魅力を伝え、ともに地域で活躍できる仲間へとつなげます。また、入院中から地域での組合員活動に触

れることができるよう病棟での班会も実施します。

⑥行政と協力・連携して健康づくりをすすめます。けんこうチャンネルの取り組みをすすめて、地域の健康力を上げていきます。

2.医療・介護提供体制の変化に対応し、持続可能な事業で地域に貢献します。

①全職員参加の経営と組合員の事業所利用結果をすすめて、予算達成にこだわった経営をすすめます。

②医療・社会情勢の変化や、地域においての自事業所の立ち位置を確認しながら、施設整備をすすめて、「ここいければ何とかなる」と思われるような、信頼される事業所に成長します。

③ISO9001システムの取り組みを前進させ、事業機能や運営の質を高めます。利用者満足度の向上をめざします。事業収益(2024年度比103.2%)及び事業費用(2024年度比101.8%)予算を達成し、必要利益を確保します。

④「生協10の基本ケア」に基づいた生協の介護を広くその人らしい生き方を支えます。「あんしんセンター」五五日市での実践を生協内他事業所や地域にも広げていきます。

⑤災害や感染症まん延時に地域と組合員の要求に応えられる

よう、BCP(事業継続計画)を拡充していくこと共に、電子カルテなど診療システムの停止時にも備えたBCPの策定をすすめます。安否確認システムの導入をすすめます。

⑥医療福祉生協の理念や事業所・職場の魅力を発信し、職員採用につなげます。特に常勤医師の確保については法人全体の取り組みとしてすすめていきます。

⑦生協創立70周年記念事業を多くの組合員・職員の関わりによって成功させます。

⑧生協の自己資金の適切な管理に向けた一年間の議論を経て、自由脱退・減資の手続きについて定款通りの運用を2026年4月から開始します。2025年度は運用変更についての周知をすすめます。

⑨旧福島生協病院あと地は、今後2年をかけて、他法人による有料老人ホーム(東側)および薬局やクリニック併設の医療ビル(西側)の開用地などの部分的活用がすすむ予定です。地域住民や組合員の医療・介護ニーズに沿った事業展開となるよう事業主との連携を図ります。

3.地域のすみずみまで、身近に感じられる医療福祉生協の安心のネットワークを広げます。

①地域の健康づくりをともにすすめる仲間をふやし、命がが

やく社会の実現へ向けて前進します。仲間ふやしの目標は2,250人(純増650人)、事業や活動を支える出資金増やしの目標は1億7,000万円(純増1,000万円)とします。積立増資者を新たに200人ふやします。

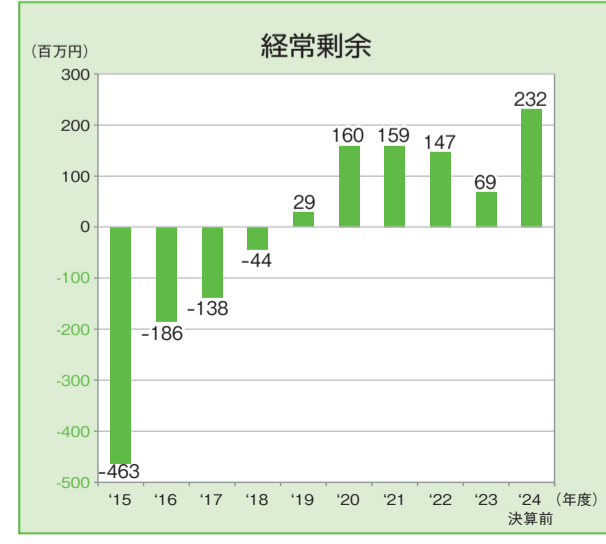
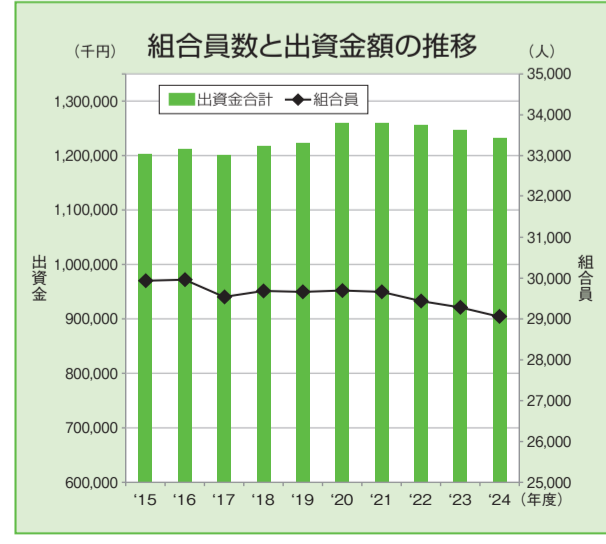
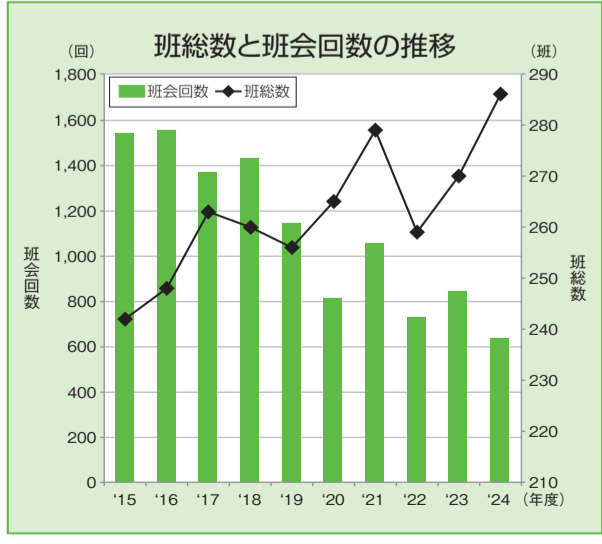
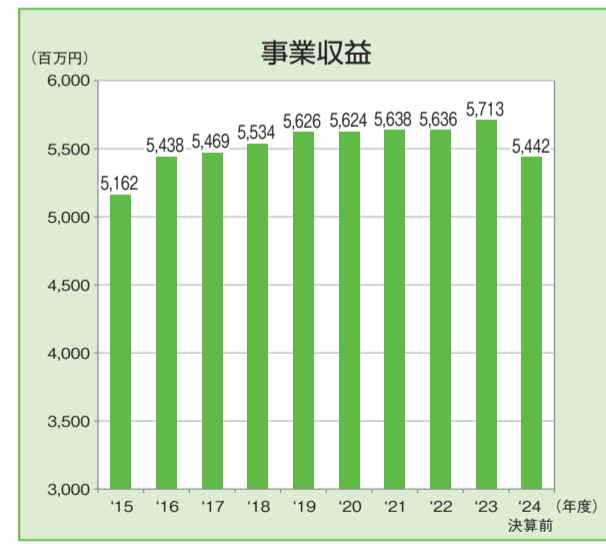
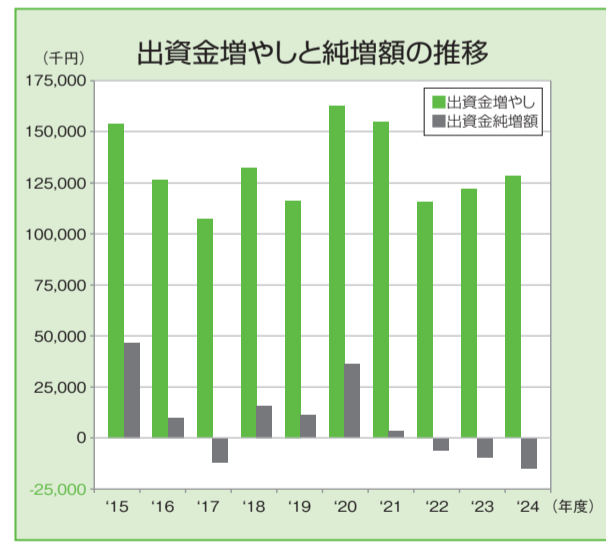
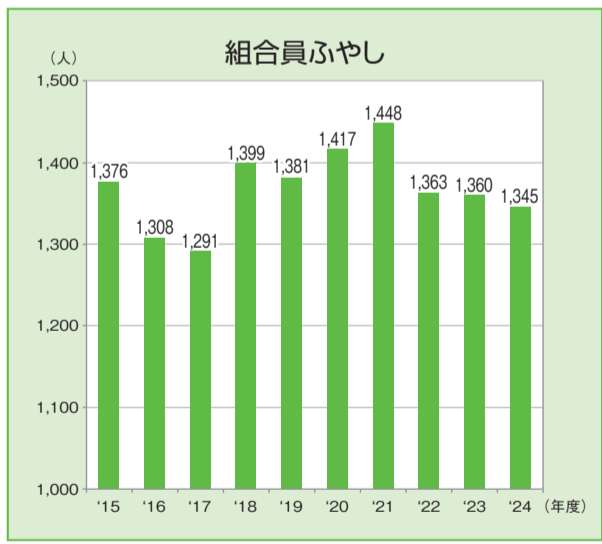
②「顔が見える身近な支部」となるよう班づくり、支部づくりをすすめます。生協活動の基本となる班を新たにふやす目標は50班とします。班をはじめ地域組合員の思いを形にする支部は支部分割も視野に入れて、各ブロック1支部/全体で3支部つくりまします。その中心となる担い手を200人ふやします。

③医療福祉生協活動、組合員活動の「見える化」で地域への医療福祉生協の魅力を伝えまします。誰にとっても大切な「居場所」となるよう、組合員一人ひとりが活躍できる場をつくり、生協活動に関わる担い手をふやします。組合員の参加頻度が高い単身世帯や、60歳代の方、男性への呼びかけを強めます。

④訪問行動を通じて地域の困りごとや要求の掘り起こしを行い、解決へ向けてともに考えます。ボランティア活動の向上と組織強化の取り組みをすすめます。

⑤社会的孤立状態にある人へも支援が行き届くよう、つながりのツールとしての機関紙手配りを広げるなど、医療福祉生協の活動を地域に発信し、活動参加や地域資源へつなげる活動を強めます。また、日々の活動を伝えるニュース「あかるいまち」をホームページに掲載して広く広報を行います。

⑥広島県地域医療構想に見られる病床の削減に反対し、地域で安心して暮らせるよう地域医療を守る運動を広げます。



※2024年度の事業収益および経常剰余は2月末累計実績です。

⑦ 2025国際協同組合年(※)にふさわしい協同と連携で、地域と一体となって健康づくり、まちづくりをすすめます。

4. 広島中央保健生協の理念のもと、平和と社会保障充実を求めて、ともに学び合い、語り合い、連携して行動します。

① 命を脅かすいっさいの戦争・紛争に反対します。日本被団協のノーベル平和賞受賞に確信をもって、核兵器廃絶と平和な社会をつくる運動を広げます。日本国憲法の学習を継続し、憲法改悪反対署名に取り組みます。被爆体験や戦争体験の聞き取りを継続し、核や戦争の過ちと平和への思いを次世代へ継承します。

② 気候危機を人権問題として捉え、気候正義(※)の実現に向けて行動します。SDGsの視点を持って誰ひとり取り残さない持続可能な社会の実現をめざして行動します。

③ 能登半島地震の被災地をはじめ全国でおきている災害への支援とコミュニティの再建に積極的にかかわります。また、防災学習にも旺盛に取り組み、災害に強いまちづくりをすすめます。

④ 一人ひとりが大切にされる社会保障の拡充をめざします。マイナ保険証の強要をやめさせ、現行の保険証の存続を求め、受療権を守る運動を継続します。

⑤ 医療福祉生協のいのちの章典に掲げる「アクセスに関する権利」の後退を防ぐために社会保障の改善、交通弱者への自治体による改善対応や協同組合としての支援をすすめます。

⑥ ジェンダー平等やSOGI等の理解に努め、その人らしさが尊重される公正な社会

づくりを取り組みます。また、人格や尊厳を傷つけるハラスメントを許さない環境整備をすすめます。

⑦ 理念を理解し共感する職員、地域活動へ参加することや、その重要性を発信できる職員、SDH(健康の社会的決定要因)の視点を持ち無差別平等の事業活動の実践ができる職員を育成するとともに、多様な価値観を認め合い、何でも話し合える心理的安全性のある事業所・職場づくりをすすめます。

⑧ 組合員と職員が交流し、ともに学び合い、地域・事業所一体となった生協活動を広げます。

【用語解説】

※1「2025国際協同組合年」…協同組合は、持続可能な食糧生産・消費、健康・福祉、社会的包摂、仕事起こしなどさまざまな分野で持続可能な開発目標(SDGs)に貢献していきます。国連は協同組合のSDGsへの貢献についての認知の向上と協同組合の振興を促すために、2025年を国際協同組合年(2012年に続き2回目)に決めました。

※2「気候正義」…気候変動の影響が地理的、経済的、社会的に不平等であることを指摘し(国際的な人権問題)、この不正義を正して温暖化を止めなければならぬという考え方。

2024年度の活動の特徴

2024年度四課題	実績	前年度実績	前年度差	前年比	目標(計画)	差	計画比
① 仲間ふやし(人)	1,345	1,360	△15	98.9%	3,000	△1,655	44.8%
② 出資金増やし(千円)	128,250	121,901	6,349	105.2%	150,000	△21,750	85.5%
③ 純増資者数(人)	4,318	4,440	△122	97.3%			
④ 出資金純増(千円)	△15,101	△9,547	△5,554		30,000	△45,101	
⑤ 減資(千円)	143,351	131,458	11,893	109.0%	120,000	23,351	119.5%
うち、みなし脱退による減資	4,102	3,069	1,033	133.7%			
みなし脱退を含まない純増	△10,999	△6,478	△4,521				
⑥ 新規積立増資者数(人)	108	187	△79	57.8%	200	△92	54.0%
⑦ 支部づくり	0	0	0		3	△3	
⑧ 班づくり	28	27	1	103.7%	50	△22	56.0%
⑨ 担い手づくり(人)	104	100	4	104.0%	200	△96	52.0%
⑩ 機関紙配布数	15,075	15,694	△619	96.1%			

※数値は2025年3月末時点のもの

1. 第7次長期計画(2年目)の運動と組織づくり

(1) 多くの人がつながり、たすけ合いの輪を広げながら、地域まるごと健康づくりをすすめます。

① 各支部で、班会・健康チェック、地域のまつりへの参加や防災学習など、地域の健康づくり、まちづくりをすすめます。今年度も春と秋にウォーキングを行い多くの参加がありました。

② 多くの支部の料理班会で、おの活動を意識した減塩料理づくりが行われました。また、安田女子大学の管理栄養学科と連携し、「フレイル予防料理教室」を開催しました。

③ 5月に広島市健康福祉局の方々と懇談を行いました。10月には広島市西区地域ささえあい課との連携で学習会を開催し34名が参加しました。行政との共催のけんこうチャレ

ンジの取り組みを行いました。各事業所にキッズけんこうチャレンジの塗り絵を掲示したり、多くの人に取り組みを知ってもらうために働きかけを行いました。

④ 2024年度も「いっせい訪問行動」に取り組み、地域の声を聞くための訪問を行いました。組合員190名、職員251名が参加し、247件を訪問し1310件の対話を行いました。「お会いしておしゃべりすることを楽しみにしている」という声があり、地域とのつながりの強さを感じました。

(2) 医療・介護提供体制の変化に対応し、持続可能な事業で地域に貢献しました。

① 全事業所でBCPの研修会を開催できるよう取り組みました。福島生協病院では、電子カルテなどシステム異常に備え

た訓練も実施しました。田方支部の防災カフェ班の活動を中心に各支部で防災に関する学習会が開催されました。

た訓練も実施しました。田方支部の防災カフェ班の活動を中心に各支部で防災に関する学習会が開催されました。

② 生協創立70周年を祝う記念事業に関する取り組みでは、小委員会を設置して記念誌の発行と2025年11月8日に記念行事を開催することを確認しました。

③ 11月に「自由脱退・減資手続きの変更」に関する説明討論会を開催しました。

(3) 「いのちの章典」の実践に確信を持ち、一人ひとりの健康観を大切に、ともに学び育ちあう仲間の輪を広げました。

① 医療福祉生協連の「いのちの章典」実践交流会で、田方支部防災カフェ班の活動発表を行いました。全日本民医連共同組織活動交流集には当法人から2つの活動報告を行いました。

② 広島中央保健生協の「いのちの章典」実践交流会では、オンライン含め70名の参加があり、「いのちの章典」と日常

の生協活動とのつながりを確認しました。

② 5月1日に看護小規模多機能型居宅介護コープ五日市が開業し、「生協10の基本ケア」を活かした取り組みがすすみました。併設するサロン「えにし」では、健康マージャンやチェアヨガなどさまざまな活動で地域の方が集える居場所となりました。

③ 健康チェックサポーター養成講座を開催しました。修了者の呼びかけで健康チェックを行う支部もあり、地域での組合員活躍の場が広がりました。

④ 11月6日～8日に広島で開催された第30回国際HPHカンファレンスで、福島生協病院がポスター発表を行いました。3月17日には福島生協病院でカンファレンスの報告会を行いました。

⑤ 2月17日に次年度方針討論集会を開催しました。支部運営委員まで参加対象を拡大し多くの参加がありました。健康

づくりやおしゃべり班会など楽しい活動で仲間ふやしをすすめるなど前向きな意見で次年度の活動について話し合いました。

(4) 平和で一人ひとりのいのちを大切に、社会の実現に向けて行動します。

① 広島県と広島市に対して補聴器購入助成の申請署名を提出しました。署名用紙はいっせい訪問行動でも取り組み、多くの方への協力を要請しました。また、広島市の公共交通の利便性を求める署名活動に取り組みました。現行の健康保険証を残して、よりよい請願署名(二保険)でよりよい歯科医療を求める請願署名などの署名に取り組みました。

② 憲法を守り活かし広げるプロジェクトを立ち上げ、日本国憲法の学習をすすめました。2月8日に虹のバレンタイン行動として本通りで社保署名を集めました。

2024年度 組合員活動日誌

日付	活動内容	参加
4/15	支部総会 5/31まで各支部で開催	508名
4/15	2024年度大腸がん検診月間スタート集会 講師:福島生協病院健診センター 杉原 正晃 医師	20名
4/30	「春のウォーキング」コース:打越公園→空鞆公園→エディオンピースウイング	48名
5/1	あんしんセンターコープ五日市開所式	29名
5/24	社保平和委員会主催 公開学習「広島県病院統廃合で地域医療はどうなる?」講師:広島県民医療機関連合会 事務局長 村田 良二氏	37名
6/15	第69回通常総代会	197名
6/17	けんこうチャレンジはじまるよ! 交流会 記念講演「第4次広島県食育推進委員会について」講師:広島県健康福祉局主査 島谷 道子氏	52名
7/12-13	医療福祉生協連主催「いのちの章典」実践交流会	39名
7/20	第20回子育て応援企画 「劇団風の子九州がやってきた」	96名
7/26	社保平和委員会主催 公開学習「必要なサプリメントとは?」講師:元広島記念病院 薬剤師 植木 敏郎氏	47名
8/6	広島原爆の日 平和学習 「絶望と希望が隣り合わせの世界で～世界とのつながりを行動のヒントに～」講師:ピースポート 共同代表 畠山 澄子氏	約100名
9/14	いっせい訪問行動スタート集会 「厳しい社会情勢の中安心して暮らすために民医連や生協が果たす役割」講師:広島県民医療機関連合会 事務局長 村田 良二氏	49名
9/27	社保平和委員会主催公開学習「介護現場の視点から見る高齢者の抱える問題と支援」講師:介護事業部 事務局長 田頭 嘉直氏	28名
9/28	安田女子大学との共催企画 「食べて学んで大満足!フレイル予防料理教室」	24名
10/5	広島県高齢者大会 学習講演 「国際的な動向と日本高齢者人権宣言～すべての年齢の人々の人権が保障される社会を目指して」講師:佛教大学 社会福祉学部 准教授 長友 薫輝氏	25名
10/8	広島市西区共催企画「自分の体は自分で守る座ってできる基礎から学ぶ健康運動」講師:西区地域ささえあい課 日浦保健師・健康運動指導士 中村 晃士氏	37名
10/15-31	健康チェックサポーター養成講座	21名
11/22-23	第37回 日本高齢者大会 in あいち	25名
11/22	社保平和委員会主催 公開学習「被ばく80年の歩み」講師:広島県原爆被害者団体協議会理事長 佐久間 邦彦氏	39名
1/24	社保平和委員会主催 公開学習 「日鉄呉地問題について」講師:是垣 高志氏	31名
1/31	生協利用委員会主催 「いのちの章典」テーマ「生協10の基本ケア」の取り組み報告～コープ五日市看多機能人のこころえ 講師:看護小規模多機能コープ五日市 永井 恵里香 所長	81人
3/15	第21回子育て応援企画 「人形劇団 アヒル座」 おたのしみシアター	60名
3/19	第26回 健康づくり学会 「認知症程度別口腔ケアのポイント」講師:生協歯科ひろしま歯科医師 高浜 哲也氏 「健康はお口から」講師:生協歯科ひろしま 歯科衛生士 丸子 万季氏	32名
3/28	社保平和委員会主催 公開学習 「税制・社会保険の壁」と私たちの暮らし～年取の壁を超えて「ジェンダー平等」を～講師:広島合同労組組合 書記長 門田 勇人氏	16名

診療のごあんない

2025年3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。 (2025年5月から)

		受付時間		月	火	水	木	金	土
福島生協病院 082-292-3171 (健診センター:082-292-3215) 診療体制は変更となる場合がございます。事前にお問い合わせください。 内科受診ご希望の方へ 初診の患者様は基本的に内科(一般)の医師が対応いたします。そのため、ご希望に沿えない場合がございますが、ご了承ください。 内科(専門)外来受診ご希望の方へ 初診時は内科(一般)をご利用いただき内科(専門)外来予約希望の旨、担当医師にご相談ください。 ※耳鼻咽喉科・皮膚科・泌尿器科 急な休診の可能性あり。事前にお問い合わせください。 ※皮膚科受診ご希望の方へ 基本的に予約制となります。受診をご希望の場合は、必ず事前にお問い合わせください。状況に応じてご案内いたします。	午前	8:30~11:45 診察は9:00~	内科(一般) ※初再診の方はこちらへ	山崎 布引 橋本 神尾	柴田(英) 橋本 松原 新丸	柴田(英) 橋本 田中(干)	新丸 神尾 濱本	新丸 橋本 田中(干)	直江(第1・3・5週) 交替(第2・4週) 大学
		8:30~12:00 診察は9:00~	内科(専門) ※予約の方のみ	高岡 多比良 保手浜	高岡 多比良 飯田	大津 高岡 藤原 山脇	大津 高岡 多比良 藤原	大津 多比良 山脇	交替
		8:30~11:00	健診	杉原・田代	杉原・山崎	杉原・田中(貴)	杉原・佐々木(雅)	北口・田代	交替(1~2診) 伊藤(泰)・石田(誠)・田中(貴)
		8:30~11:45 診察は9:00~	整形外科	宮庄 長谷川 杉本(予約) 有村(予約)	田代 杉本	宮庄 長谷川	北口 有村 杉本(予約)	大森 有村 長谷川(予約)	交替 9:30~受付 10:00~診察 全面休診 4月より土曜日診療を全面 休止いたします。皆様には ご迷惑をおかけしますが、 何卒、ご協力の程、よろしく お願いいたします。
				耳鼻咽喉科※ 泌尿器科※	大学	大学 10:00~診察	大学 10:00~診察	大学	
	8:30~11:00 診察は9:00~	皮膚科※ (予約制)	大学				大学		
	午後	13:30~16:00 診察は14:30~	内科(一般) ※初再診の方はこちらへ				休診 ご不便をおかけしますが、 ご協力の程、よろしくお願 いいたします。	橋本	
		13:30~16:30 診察は14:00~	内科(専門) ※予約の方のみ	多比良 飯田 山脇	大津 保手浜 山脇	山脇	藤原 叶	高岡(ペースメーカー) 多比良 山脇	
		13:45~16:00 診察は14:00~	外科・肛門科				田代		
		16:30~18:00 診察は17:00~	内科(専門) ※予約の方のみ				藤原(不定期)		
生協小児科ひろしま 082-532-1260 休診日・受付時間が変更になる場合があります。 小児科ホームページをご覧ください。	午前	8:30~11:30		北村 泉	北村	北村	北村	北村	12:00まで受付 北村 (第2週休診)
	午後	13:00~14:00			予防接種 (予約制)	予防接種(予約制) (第4日は休診)	乳児健診 (完全予約制)	予防接種 (予約制)	
		14:30~16:30		北村	北村	北村 (第4日は休診)	北村	北村	
生協歯科ひろしま 082-291-1333 予約制です。痛み等ある場合はご相談ください。 休診日・受付時間、及び歯科医師体制は 変更される場合があります。	午前	月・水・金・土 8:30~12:30 火・木 8:30~10:00	高橋 山本 松井(月2回) 高浜(月2回) 平岡(月2回)	今川 松井 平岡 今川	高橋 山本 高浜 今川 平岡	高橋(月3回) 山本(月2回) 松井 高浜 平岡(月3回) 今川	高橋 松井(月2回) 高浜 平岡(月3回)	交替 第5土曜日は 休診	
		月・金・土 12:30~17:00 火・木 10:00~17:00 第1・3水 12:30~15:00 第2・4水 12:30~17:00 第5水 午後休診	高橋 山本 松井(月2回) 高浜(月2回)	高橋 山本 高浜 今川	高橋 山本 松井 平岡 今川	高橋(月3回) 山本(月2回) 松井 平岡 今川	高橋 山本(月4回) 松井(月2回) 平岡(月3回)	交替 第5土曜日は 休診	
	夜間	17:00~18:30		高橋 山本 高浜			松井 平岡		
	生協さえき病院 082-926-4511	午前	9:00~12:00	内科	平野(大学) 沼本 福山	荒井 河口 重本 伊藤		叶 池本	高内 吉田(大学) 福山
内科(予約)								荒井	
健診				渡辺			根本	南方	交替
整形外科				三好	三好	瀬分	三好	三好	交替10:30まで
午後	14:00~17:00	内科	高内 15:00~福山(予約)	伊藤(予約) 15:00~荒井(予約)			15:00~荒井(予約) 16:00~福山(予約)		
夜間	17:00~18:00	内科					福山(予約)		
生協さえき歯科 082-926-1148 予約制 ※土曜日は交替制です。	午前	8:30~11:30	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	交替制	星 保子 福井 鈴木	交替制	
			星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	交替制	星 保子 福井 鈴木	交替制	
			星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	交替制	星 保子 福井 鈴木	交替制	
			星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木	交替制	星 保子 福井 鈴木	交替制	
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(敬)(第1・3週休診)
	午後	15:00~17:00	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	福山	世戸	福山	世戸	第2・4週のみ 診療 八田
	午後	14:00~17:00 水曜日は17:30まで	内科	世戸	訪問診療(福山)	福山(17:30まで)		世戸	
	夜間	17:00~18:30	内科		福山	訪問診療(田代)			

「笑って笑って元気になろう!!」 ～笑いヨガオープン体験会～



2月26日(水)、笑いヨガティーチャーの「のままりこさん」を講師に迎えオープン体験会をすることにしたのは、1つは生協けんこうプラザでの笑いヨガ人口をふやしたいこと。2つ目にリーダー研修を受講して以降、追加研修ができていなかったため、レベルアップを図りたいと思ったことからでした。

のまさんのお話は、笑いヨガの基本の基からパワーポイントを使ってとてもわかりやすく説明していただきました。

その後、手拍子と「ホッ、ホッ、ハハハ」の腹式呼吸。そして子どものような遊び心で「いいぞ、いいぞ、イエーイ!」を。最後にほほ笑みながら深呼吸の基本動作を学びました。

今回は初体験の参加者とのセッションなので、「呼んで欲しい名前」と「住んでいる所」で自己紹介をしいました。住んでいる所では「あそこ」とか「広島市」でもok。そして、「ナマステ笑い」や「おしくらまんじゅう笑い」など、笑いヨガのセッションをして、何度も何度も笑って、笑いが止まらない人も出ていました。

当日参加4人を含めて43人でした。内、初体験者は17人。終了後アンケートでは「よかった」「次回開催はいつでも」という回答が多くやりがいを感じた体験会でした。笑ってニコニコ楽しい気持ちで散会しました。また会いましょうね!



春の健康チェック 五日市支部が開催



五日市支部は3月1日(土)、「春の健康チェック・体力測定」(無料)をコープ五日市診療所(佐伯区千同)で開き、約60人が検査を受けました。

検査内容は身長▽体重▽体脂肪率▽血圧▽尿(糖・潜血・尿中塩分量)▽握力▽足趾力▽ベジチェック(野菜摂取量)▽血管年齢で、塩分量が違うみそ汁を飲み比べるコーナーもありました。

午前9時半の受付開始時には約10人が列をつくり、その後も次々に受診者が訪れました。看護師や支部のメンバーが対応に当たり、改善点を紹介したり、診療所の斜め向かいに昨春オープンした「サロンえにし」の活動ぶりを知らせたりする資料も配りました。

「えにし」で実施している「チェアヨガ」に月2回通っているという80歳代の女性2人(同区八幡が丘)は今回が初参加。「健康チェックのことは『えにし』で知りました。これだけの検査を無料で受けられるのはありがたい。野菜の摂取量を増やすなど改善に取り組みます」「みそ汁の飲み比べでみそが多過ぎたのがわかり、役に立ちました」と話していました。



「人形劇団 アヒル座」 お楽しみシアター

子育て
応援企画
第21弾

3月15日(土)、生協けんこうプラザに「人形劇団 アヒル座」がやって来た。折り紙シアター「雨の日散歩」。“お散歩してるのは誰かな誰かな?”歌と音楽に合わせて登場。傘の中から、うさぎさん、蝶々さん、カタツムリさん、おさるさんの登場にニンマリ。



次は人形劇「キャベツくん」。キャベツを食べたら、猫ちゃん、へびさん、ためきさん、ゴリラさんがキャベツに変身。子どもたちは舞台にくぎ付け。

次に登場したのは、マリオネットのワンちゃん“モッピー”。モッピーは逆立ちしたり、お座りしたり、しっぽふりふり、ボール遊びもおてのもの!舞台から下りてきてみんなにもご挨拶。子どもたちはじゃれたり触ったりして大興奮。

最後の「ワークショップ」ではミトンでパペットづくり。目、鼻、耳、口を思い思いに貼ってできあがり。できあがった可愛いパペットを持ってみんなで記念撮影も。

子どもたち31人、大人24人、要員5人、総勢60人の参加。とても楽しい時間だったよ!



記・田中さき子理事

憲法を守り、活かし、広げるプロジェクト 知って活かして 広げよう 日本国憲法

日本財団が17～19歳の男女1,000人を対象に行った意識調査によると、憲法が「身近である」と回答した若者は約4割にとどまり、憲法は「身近ではない」とする若者が6割に上りました。また、憲法改正に「関心がある」と答えたのは6割弱に上る一方で、改正の内容を「理解している」とした人は3割ほどにとどまり、若い世代の間で憲法そのものが浸透していないことがうかがえる結果となっています。「関心がない」と回答した若者からは「日常生活に影響があると感じない」「難しい内容だからとっつきにくい」といった理由が挙げられました。



今の社会で憲法がよりよく機能するためには、まずは国民の間で意見を交わす機会を多くして民意を反映させる仕組みを作り、維持していくことや、憲法について学ぶ機会をふやし憲法の役割を知ること、国民が憲法と広く、深く接することができるようにすることが重要となってくると考えます。

憲法クイズ! 日本国憲法において天皇の位置づけはどれか
①代表 ②象徴 ③国民
答えは6ページにあります!

生協歯科ひろしま

こども歯科

参加費 無料

久しぶりにやります!

2025.7.30(水)

詳細は折り込みチラシをご覧ください

組合員の輪

寒さを吹き飛ばす大笑い! ～美鈴が丘支部 落語班会～

3月6日(木)、美鈴が丘東集会所にて落語班会を実施しました。はじめは、2月に生協けんこうプラザにて開催された笑いヨガ体験会に参加した組合員さんによる、笑いヨガの解説です。美鈴が丘支部では体操班にて笑いヨガを実践しているため、参加したみなさんは集中し、時折頷きながら説明を聞いていました。

今回落語を披露してくださったのは、秋風亭小まゆさんという女性の噺家さん。自己紹介では自作のフリップを使い、コミュニケーションをとりながら、早速みなさんから笑いを引き出します。披露してくれたのは「松山鏡」という演目でした。途中で挟まる登場人物の悲喜こもごもが、小まゆさんの見事な演じ分けによって、とってもコミカルに進んでいき、会場からは絶えず笑い声があがっていました。

当日は3月にしては少し冷え込んでいましたが、笑いで心も身体も温まるような班会となりました。



ご馳走食べておしゃべりも盛り上がる ～南区支部～

南区支部では3月1日(土)、「けんこう手配り者のつどい」を静かで景色もいい海岸近くの喫茶レストランで10人の参加で開催しました。少し豪華なランチに食後のコーヒーとデザートでみなさんの笑顔も満開。自己紹介から小噺、演劇の話や、トランプ米大統領の話など幅広い話題に花が咲きました。また、同郷が秋田出身という方々がおられ、初対面でも盛り上がり、温かいつどいとなりました。

曇天だった天気も支部長の日頃の行いがよいせいか、次第に澄みきった青空に。つどい終了後、銀幕班も行い、いっぱい楽しんだ一日でした。



カレーライスを提供します。
第2土曜日は遊びにおいで!

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】5月10日(土)

【時間】10時30分～13時頃
(食事の提供は12時頃から)

【場所】観音公民館

どなたでも参加できます。



※感染症などの流行状況によっては中止となる場合がございます。
※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 お米・野菜等食材のご提供もお待ちしております(^^)
大募集中!! お申し込みは☎082-532-1264(組合員活動推進課)まで

いつもお米や食材をご提供いただきありがとうございます!

介護のことは自分事! ～横川・三篠支部～

広島市中広地域包括支援センターの方による「介護の学習会」を2月27日(木)に開催しました。

当日は地域から5人の参加があり、そのうちお2人は初めての参加で、介護について関心の深さを実感しました。「介護や健康のこと」「権利を守ること」「ネットワークづくり」についてそれぞれの具体的な相談例などをあげての説明はこんな相談もできるのだと身近で安心できる組織だと実感できたように思います。一人暮らしの方は心配されていることも多く熱心に質問されていました。「きめ細かい対応で相談しやすいところがあり、知ると安心する」



「時々こういう学習があるといい」という感想もあり、これからも支部として気軽に集まって介護の問題を話したり、相談したりできる場を継続的にもっていきたいと思っています。

5ページの答え

正解は②です。日本国憲法において、「天皇は日本国の象徴であり、日本国民統合の象徴である」と規定されています。日本は民主主義国家で天皇はあくまでも日本の象徴であって主権は一切なく、国民が主権をもっています。

おたより募集

川柳、俳句、短歌

7月号の川柳のお題は「エアコン」(締め切りは5月15日)です。8月号の川柳のお題は「甲子園」(締め切りは6月18日)です。自由演題でも結構です。その他、「私の家族(ペット)」「私のとおきのおきの一枚」にまつわるエピソードや思い出を募集しています。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
TEL(082)-532-1264 FAX(082)-532-1267

自由句山柳

- 平凡な余生楽しむのが好き
花子
- そら豆の皮に指さし遊んだ日
舞子
- 塩茹でのそら豆盛れば初夏の風
波乃
- そら豆とキンキンビール幸せだ
熊のプーさん
- そら豆の種子 おたふくを重ねみる
カープ命
- 空豆の青天を突く艶姿
井口のマゴえもん

山柳・短歌



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

理事会より(2025年3月理事会報告)

- 法人全体の2月の経営は1,200万円の赤字となり、経常利益予算を1,177万円下回りました。外来収益と介護訪問収益を筆頭に、事業収益予算を2,200万円下回ったことが要因です。そのような中でも生協さえき病院とひまわり保育園が黒字結果となり、累計で経常利益予算達成に転じました。
- 総代会第一号議案「2025年度の重点課題と2024年度の活動の特徴」(案)について討議を行い、けんこう5月号に掲載する内容を確認しました。2024年度の活動の特徴については要約版を掲載します。