

一人は万人のために
万人は一人のために

9月16日現在
組合員数 47,877人
出資金 14億97万円

からだぐらし

発行所

広島医療生活協同組合

〒731-0121 広島市安佐南区中須二丁目19-6

TEL(082)879-8124 FAX(082)879-8182

機関紙編集委員会

ホームページ

www.hiroshimairyo.coop

組織部Eメール sosikibu@urban.ne.jp

創立50周年 2016年度 生協強化月間 9/26~12/末まで

広げよう 仲間づくり 健康づくりの輪



歯科地区
生協強化月間スタート集会

仲間増やして
安心のネットワーク



私たちがとりまく状況は、これまでにない高齢化社会を迎えました。

医療福祉生協では、「住み慣れたまちで、健康でいきいきと暮らしたい。」という地域の思いにこたえるために医療や介護、健康づくりの活動を行っています。

そのためにも、多くの仲間をふやし、医療・介護・地域をつなぐネットワークを広げ、安心して暮らせるまちづくりをすすめていきたいと思います。

地域の中に協力を育む活動に皆さんぜひ、参加してください。

これからも広島医療生協をみなさんと共に大きく発展させていきたいと思います。

広島医療生活協同組合創立50周年企画

ふまじめ介護 ~笑って泣ける介護実践~

- 講演 / 田辺鶴瑛氏
- と き / 11月12日(土)
13:30~15:30 (開場13:00)
- ところ / 安佐南区民文化センター
ホール(中筋1丁目22-17)
- 入場料 / 999円(全席自由席)

※詳しくはチラシを見て下さい。



みなさんへのお願い

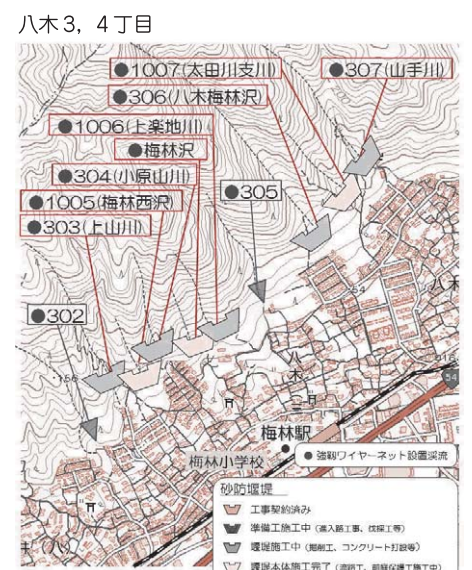
- 「健康チャレンジ」に取り組み「すこしお生活」を広げましょう。
- 地域の班会や行事などに参加しましょう。
- 知りあいや家族に広島医療生協の活動を知らせていきましょう。
- 地域の方にも加入をすすめましょう。
- みなさんの出資金が広島医療生協の“力”となります。この期間に増資をしましょう。

「市との話し合いも数回以上、立退き解体、残った土地の事、市は私たちの意見も聞かず、土地の値段も安く、家も年数により値が付き、終の住みかと思っていきましたが、

「市との話し合いも数回以上、立退き解体、残った土地の事、市は私たちの意見も聞かず、土地の値段も安く、家も年数により値が付き、終の住みかと思っていきましたが、

広島市復興工事事務所を訪問し、都市計画道路八木長束線および川の内線の進み具合を聞きまし

た。立退き対象物件百件の内三十五世帯で、用地買収の交渉が進んでいるにすぎません。しかも、



http://www.cgr.mlit.go.jp/oitagawa/topics/news/genstui/index.html
小原山川堰堤かさ上げ中(平成二八年八月三十日時点)
「広島豪雨土砂災害対策現地推進室」ホームページより

8・20 広島市土石流災害から2年

土石流災害現地対策連絡会

「市との話し合いも数回以上、立退き解体、残った土地の事、市は私たちの意見も聞かず、土地の値段も安く、家も年数により値が付き、終の住みかと思っていきましたが、

「市との話し合いも数回以上、立退き解体、残った土地の事、市は私たちの意見も聞かず、土地の値段も安く、家も年数により値が付き、終の住みかと思っていきましたが、

もうそれもあきらめて前を向いて歩く。今は新しい一歩を踏み出しました。」

やっばり、この国の政治はおかしい▼
政策の下で、来年度から要介護度の要支援1・2の人は広島市の総合事業に移される。まだそれも始まったもいないのに、

虹の旗

ふれあいセンター協同(安佐南区西原9-8-22) 介護職員 急募!!

資格: ヘルパー2級以上
勤務場所: デイサービス ヘルパーステーション
小規模多機能型居宅介護 (2016年12月~)

勤務体制については、応相談。
昼間だけでも夜間出来る方も
相談に応じますので、
まずはご連絡ください。

仕事内容 給与など
お聞きになりたい
ことがあれば、
下記までご連絡ください。

《お問い合わせ先》
ふれあいセンター協同 担当: 村井
☎(082) 874-0455 FAX(082) 874-1451

も年金積立金を株でも一〇兆円も大損させても、だれも責任を取らない。年間五兆円を超える軍事費だけは増やし続ける。「こんな政治は嫌だ」と主権者としての声をもっと上げなければと思う。(T・E)

シリーズ第25弾

広島共立病院の
プロフェッショナルたち



吉川 正三 副院長
広島共立病院 リハビリテーション科

「鉄は熱いうちに打て」と
「今からでも遅くない」

医師

脳卒中とは、
脳梗塞、脳
出血、くも
膜下出血等
を総称した
ものです。

回復期リハビリテー
ション病棟(回復期リハ
ビリ病棟)には、医師は
専従医として勤務し、専
従医の約1/3はリハビリ
テーション科専門医(リ
ハビリ専門医)でありま
す。当方は、三十五歳で
医師になり、脳神経外科
医として十九年間勤務し、
その後、リハビリ医とし
て従事し、十年になりま
す。その間、脳神経外科
専門医、リハビリ専門医
の資格を取得しました。

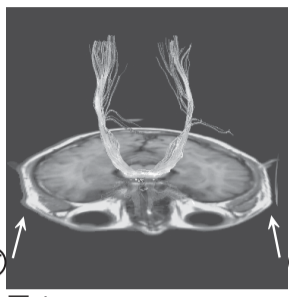


図1

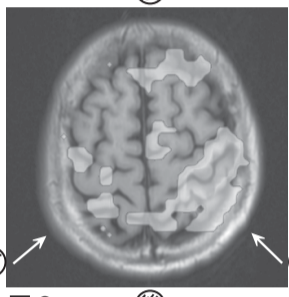


図2

脳卒中を来すと、言語障
害や右または左の手足・
体幹の麻痺、時には両手
足の麻痺を来す事があ
ります。急性期病院では
手術、薬物療法、急性期
リハビリ等の治療が行
われます。急性期リハビ
リは、全身状態が安定す
れば、可及的早期に実施
し、四肢体幹の廃用性萎
縮を防ぐことが重要で
す(鉄は熱いうちに打て)。
更なるリハビリが必要
な場合、回復期リハビリ
病棟でリハビリを継続
する事になります。以前
は、脳・脊髄の中枢神経
系は損傷されると再生
しないと云われて来ま
した。しかし、脳には冗
長性、可塑性、ネットワ
ーク再構築の能力を有

する事が解明されつつ
あります。
脳卒中リハビリの大
きな関心事の一つは運
動麻痺の回復と考えら
れます。最近、脳卒中発
症後の運動麻痺回復に
対するステージ理論：
1 stage・皮質脊髄路の
興奮性を高める時期：発
症から急速に減衰し、三
カ月までには消失(鉄
は熱いうちに打て)
2 stage・皮質間の新し
いネットワークの興奮
性を高める時期(発症か
ら出現し三カ月でピー
クに達し、六カ月までに
は消失)
3 stage・リハビリによ
り惹起されるシナプス
伝達の効率化を図る時
期(発症から徐々に増加

し、六カ月以降も持続し
て徐々に強化される)(今
からでも遅くない)
が提唱されています。
回復期リハビリテーシ
ョン病棟は1 stage(鉄は
熱いうちに打て)、2 stage
3 stage前半(今からでも
遅くない)を担当する
事になります。
脳卒中リハビリテーシ
ョンは、脳生理学の知見
特に脳の可塑性を積極的
に利用するリハビリテー
ションが行われる事が多
く、特にニューロリハビ
リテーション(神経リハ
ビリテーション)と呼ば
れることがあります。ニ
ューロリハビリテーショ
ンには、CI療法、鏡を利
用した療法、懸架式のト
レッドミルを利用した歩
行練習、経頭蓋磁気刺激(T
MS)、経頭蓋直流電気刺



写真3

激(tDCS)、随意運動
介助型電気刺激療法等
があります。
しかし、この様な特殊
な練習のみでなく、日常
生活の基本動作：移乗、
座位保持、歩行、食事、排
泄、入浴、整容・更衣等が、
脳の可塑性に影響する
事が十分考えられます。
回復期リハビリ病棟では、
個別リハビリのほかにも、
午前、午後の二回、食堂
広場(十分な広さがあり
ます)で、集団で起立・着
座練習を行っております。
当方も、起立・着座練習
に毎日、参加しておりま
す。薄皮をはぐ様に、緩
徐ながらも確実に患者
さんの状態が改善して
いくのを患者さん御自身
御家族並びに当方、強く
実感しております。歩行
獲得への第一歩
は、座位・立位保
持です。

ている時、左の感覚運動
野が賦活され脳血流の
増加を示しております。
通常の頭部MRI、M
RA検査は、脳構造画像
であり、tractography、
機能MRIは、脳機能画
像と呼ばれています。回
復期リハビリ病棟の患
者さんには、可能な限り
脳構造画像検査・脳機能
画像検査を実施させて
頂き、リハビリ実施に役
立てております。写真3
は、起立・着座練習の風
景です。
当院のリハビリテー
ション科スタッフは、鉄
は熱いうちに打て、今か
らでも遅くない、をモツ
トに、患者さんの復職、
社会復帰、在宅復帰等
の役に立てればと願っ
ております。

当院リハビリ
テーション科で
は、患者さんの
全身状態、神経
症状を把握し、
頭部MRI・M
RA検査を可能
な限り実施して
おります。図1は、
tractography
(神経経路描出
検査)と呼ばれ、
当方の手足等を
動かす神経線維
(錐体路)表示し
たものです。図
2は、当方の機
能MRIで右手
の開閉運動をし

8月 理事会だより

第七次 長期計画策定討議スタート

第六次のまとめ

＜災害に強いまちづくり＞

東日本大震災の発生で「災害に強いまちづくり」が大きなテーマとなった。2014年8月の豪雨土砂災害では、全国支援を受けて被災者支援とともに復興へ向けて地域と協力した活動をすすめた。

＜地域包括ケアの実践へ＞

3つのつくりチャレンジ...「つながりマップづくり」「居場所づくり」「支部づくり」に取り組む中で、地域包括ケアの具体化を図った。

＜組織づくりの課題＞

組織活動では、全国300万人組合員実現に連動し、四課題に取り組んできた。健康づくりでは、県生協連主催ですすめた健康チャレンジが県内24自治体の後援を得て、大きく広がった。

＜新病院建設運動＞

事業活動では、共立病院が移転し、4本の柱の活動を提示。また、新病院建設運動では5年間で6.5億円の増資を結集した。

＜医師確保問題＞

協同診療所が当面休診にせざるを得なくなり、事業の維持継続をするうえでの最大の課題として医師の確保が重点課題であることが明らかになった。

8月の経営状況

	8月度	8月予算差	2016年度 累計	2016年度 予算差
収益	4億7758万円	1896万円	23億2982万円	2938万円
経常剰余	▲1766万円	587万円	▲9399万円	▲6万円

広島医療生協の介護・福祉事業

- あすなる生協診療所 ☎(082)845-5234
- ・デイサービス(通所介護) ☎(082)841-2021
- 沼田診療所 ☎(082)848-4486
- ・デイサービス(通所介護) ☎(082)848-4486(代)
- ・地域介護相談所 ☎(082)879-1876
- ・広島共立病院デイケア(通所リハビリ) ☎(082)879-1111(代)
- ・広島医療生協居宅介護支援事業所 ☎(082)879-1870
- ・もみじ訪問看護ステーション ☎(082)877-0231
- ・メディカルフィットネス共立 ☎(082)879-1126
- ・協同短期入所生活介護事業所 ☎(082)225-7188
- ふれあいセンター協同 ☎(082)874-0455
- ・デイサービスひまわり ☎(082)874-4085
- ・協同診療所居宅介護支援事業所 ☎(082)874-4115
- ・小規模多機能型居宅介護【12月開所予定】
- ・ヘルパーステーション虹 ☎(082)225-7790
- ・共立ひよこ保育園 ☎(082)831-8388
- 津田診療所 ☎(082)812-2048
- ・津田診療所居宅介護支援事業所 ☎(082)812-2048
- ・デイケア(通所リハビリ) ☎(082)812-2048(代)
- ・デイサービス(通所介護) ☎(082)812-3804
- 三次地区
- ・えのかわ訪問看護ステーション ☎0824-64-8444
- ・居宅介護支援事業所えのかわ ☎0824-64-8444



へー！ そうなのか

～医療ソーシャルワーカー・
ケアマネジャーのつぶやき～

広島共立病院 医療福祉相談室
医療ソーシャルワーカー(MSW)

山地 恭子



高齢者虐待は家庭の中で

二〇〇六年高齢者虐待防止法が制定され、毎年結果が公表されています。二〇一六年二月、二〇一四年度の状況が発表され、新聞紙上には「介護職員の虐待急増過去最多三〇〇件」という見出しが多く見られました。介護現場の人員不足、経験不足など人的環境の課題も大きく報道されました。

しかし、虐待が最も起きているのは、家庭の中です。家族、親族による虐待は、一五、七三九件、介護職員による件数と比べると五十二倍です。ここ数年、MSW(医療ソーシャルワーカー)として特に感じていたのは、同居家族の介護負担の大きさ、介護の不慣れ、しかし他に介護する方もなく、経済的にも親世代の年金に頼り、介護を強いられる現状で、結果的に虐待として通告される事例の多さです。具体的には、同居されている息子さん、公表されている内容をよくみると、家族や親族による虐待は息さんが約四割

と最も多く、ついで夫二割娘約一六%、息子の配偶者約六%と続きます。この数字を見て、少々納得したような気持ちになりました。平成二十七年六月時点の国民生活基礎調査によれば、六十五歳以上の高齢者を含む世帯は、単独世帯(一人暮らし)一八%、夫婦のみ世帯三八・九%。これは三十年前と比べ、約一・八倍に増加。子世代との同居世帯は三九%で四割近く減少しているのですが、その内訳では、子夫婦と

の同居が一・二・五%、三十年前と比較し七割以上も減少、逆に配偶者のいない子と同居は二・六・五%、一・五倍に増加しています。リストラにあつて以降、実家で介護している、ひとりっ子なので仕事を辞めて県外から実家へ戻ったが就労先が見つからない、そんな相談がほとんどです。虐待などの社会的課題の背景には、同じく、介護環境の悪化、就労環境の悪化など社会環境の変化が大きいと感じています。

日本高齢者大会が始まって三十年の節目となる「第30回大会」が八月二十八〜二十九日東京で開催。全国から述べ一万人近い高齢者等が集い、広島から三十八名(内、広島医療生協から二十一名)が参加しました。大会初日は魅力的な内容と分厚い講師陣による講座・分科会や楽しい企画。二日目は基調報告で「ひとりぼっちの高齢者をなくそう」「憲法を生かし安本法制廃止」「貧困と格差を無くし社会保障充実」「高齢者の困難に寄り添う」が提起され、若者・現役世代と



▲鳥越俊太郎氏のエネルギッシュな講演

「マスコミの流す風におおられず確かな目」で野党共闘を今後も続けてほしいと語られました。地元五〇〇人のシニアコーラス。明星学園中・高等部の和太鼓。「安本法制反対ママの会、新宿一般労組」の発言と会場は熱気に包まれる中、大会旗は沖繩代表にバトンタッチされました。参加者一同、会場を後に無事広島へと帰りました。みんなで老後を考える会は「かがやく」誌で感想文特集を発行します。ぜひお読みください。大会参加にあたり職員や地域組合員のみならず、

さんから多くのカンパをお寄せ頂きました。と心よりお礼申し上げます。(みんなで老後を考える会 共同代表 鈴木直子)



▲いのち輝け！高齢者の底力を発揮しよう！

熱い思いを抱いて… 『第30回日本高齢者大会in東京』

8/28~29

スポーツの秋 運動するなら今が旬！ どなたでも参加できるプログラム、ストレッチ体操のご紹介♪



柔軟性が低下すると怪我をしやすかったり、動きがぎこちなくなったりすることがあります。

- ストレッチの効果**
- ① 柔軟性の向上
 - ② 全身の血行促進
 - ③ 怪我の予防
 - ④ リラックス効果
 - ⑤ 姿勢の美しさ

このような効果が期待できます。

家でも出来る内容になっていきますよ♪



メディカルフィットネス共立

新規会員募集中!!

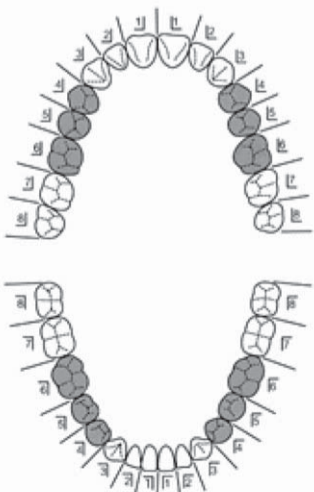
1,000円で1週間体験し放題！
10月末まで！

メディカルフィットネス共立と一緒に運動を始めてみませんか？ 初めての方も安心して運動を始めていただけるよう、しっかりサポート致します！ 詳しくは、お電話にてお問い合わせ下さい♪ TEL 082-879-1126

コープ共立歯科 の ひろば



保険で白い歯(CAD/CAM冠)が選べる!?



2014年4月から保険診療の小白歯のかぶせにデジタル技術を使って、ハイブリットレジン(セラミックをプラスチックで固めたブロック)を削り出すことで硬く強固な歯を作ることが可能になりました。コープ共立歯科には2015年8月よりこの機械が導入され院内で製作できるようになりました。患者様には安心して選んでいただけたと思います。保険適用される歯は限られています。口を開けた時に目立つ手前の小白歯と第一大臼歯までです。大臼歯に関しては金属アレルギーの診断が必要などの条件があります。詳しくはスタッフまでお尋ねください。

▲グレー部分が適応箇所です

(コープ共立歯科 技工部 佐伯)

広島医療生協の各診療案内 2016年10月～

広島共立病院

宍佐南区中須二丁目20-20 TEL:879-1111 FAX:879-1146
ホームページアドレス <http://www.hiroshimairyu.or.jp> メール kyoritsu@hiroshimairyu.or.jp

	診療開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
健診	(市・被爆者・協会けんぽ等各種健診、人間ドック他) ①乳がん検診	午前 予約制 午後 予約制	桑原 ①青木	桑原 ①青木	佐藤 ①青木 午後 佐藤 ①高永甲	桑原 ①青木(8/6休診) 桑原	桑原 ①青木	1.3.5週 古江 ①青木
禁煙支援外来 被爆者外来	健診センターにて (担当医 青木)	再診のみ 予約制		2時～健診外来 2時～5時 青木				
内科 (当院に初めて受診される方は、予約制ではありません。)	午前9時～11時30分	初診(再診) 予約可	山田・伊藤 野田	甲斐・木村 山田	山田・久保田 中村(晴)	大谷・久保田 中村(真)	大谷・山田 秦	1.3.5週 門前・鷹屋 山田
		一般総合内科 予約制		大谷				
		循環器内科 予約制	鷹屋		鷹屋・村田		村田	
		呼吸器内科 予約制		木山				
	午後5時～6時30分 (定期通院されている予約の方のみ)	消化器内科 予約制	三田尾	加太・西原	三田尾	西原	ウォン	1.3.5週 ウォン
		糖尿病内科 予約制	森下		森下		森下	1.3.5週 森下
		呼吸器内科 予約制				木山		
脳神経内科	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分	予約制	柗津					
精神科	午前9時～11時30分	予約制				山本		
緩和ケア内科	午前9時～11時30分 午後1時30分～4時30分	予約制			本家		加太	
リハビリテーション科	午前9時～11時30分 午後1時30分～4時30分	理学・作業・言語・物理の各療法	○	○	○	○	○	1.3.5週 ○ 午後休診
外科	午前9時～11時30分 ※第3土曜日 (予約のみ)高永甲	予約可	大田垣	高永甲 長嶺 坪川	高永甲	高永甲 大田垣	長嶺	1週 高永甲・長嶺 3週 大田垣 高永甲・坪川 5週 交替
	午後3時～4時30分						高永甲	午後休診
乳腺外科	午後2時～4時30分	予約可					舛本	
心血管外科	午前9時～11時30分/午後2時～4時30分	予約可				片山/田口 交替		1.3.5週 内田 午前
脳外科	午後2時～4時30分	予約可					広島大学	
整形外科	午前9時～11時30分	予約可	市川 中林・加藤	田中 森	森 白川	市川 田中・加藤	田中 中林	1週 田中・中林 3週 市川・森 5週 加藤・交替
	午後4時～6時30分			1.3.5週 市川 2. 4週 加藤 中林		森 古田		午後休診
小児科	午前9時～11時30分	☐小児一般	☐東・友田	☐森下	☐東・友田	☐森下	☐東・友田	☐予 1.5週 東 ☐予 3週 森下
	午後2時～3時	ア アレルギー 予約制	2時～2時30分 予 森下	☐2時～4時30分 東・友田	☐2時～4時30分 1.3.5週 森下・友田 2.4週 東・友田	2時～2時30分 予 友田 2時～6時 ア 東 3時～4時30分 ☐友田	2時～2時45分 乳 1.3.5週 森下 2.4週 友田	午後休診
	午後3時～4時30分	予 予防接種 予約制	☐森下				☐森下	
	午後5時～6時	乳 乳児健診 予約制						
眼科	午前9時～11時30分	カウンセリング 予約制	東・太田			太田(東)	太田・東	
泌尿器科	午前9時～11時30分	(月)は午前9時30分～	広島大学	広島大学	山崎	広島大学	広島大学	1.3.5週 広島大学
	午後2時～4時30分	予約可		広島大学	山崎		山崎	午後休診
耳鼻いんこう科	午前9時～11時30分		大橋	大橋	大橋	大橋	大橋	1.3.5週 大橋
	午後3時～4時30分		大橋			大橋	大橋	午後休診
皮膚科	午前9時～11時30分	9月～は午前休診						
	午後2時～4時30分	予約可			平川		岡本	
婦人科	午前9時～11時30分	初診(再診) 予約可	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	三田尾	1.3.5週 三田尾
	午後2時～4時30分	子宮がん検診 予約制	三田尾	三田尾		三田尾	三田尾	

協同診療所 2015年8月～休診 宍佐南区西原九丁目8-22 TEL:874-0455

内科	午前・午後:休診							
----	----------	--	--	--	--	--	--	--

津田診療所 宍佐北区可部二丁目13-22 TEL:812-2048

内科	午前9時～12時		木山	三田尾	木山	木山	木山	1.3.5週 木山
	午後3時～5時	(火曜:4時～6時30分)	木山	木山	木山	休診	木山	午後休診

沼田診療所 宍佐南区伴東七丁目38-10 TEL:848-4486

内科	午前9時～12時		中村(晴)	井口	大谷	山田	西原	1.3.5週 西原
	午後休診		午後休診	午後休診	午後休診	午後休診	午後休診	午後休診

あすなろ生協診療所 宍佐北区口田一丁目10-1 TEL:845-5234

内科・小児科	午前9時～12時		井口	小林	小林	井口	井口	1.3.5週 井口
内科・小児科	午後3時30分～ ※受付終了は各曜日をご覧ください		～6時 井口	～6時 井口	～6時 井口	～5時 井口	～6時 井口	午後休診

☐は、専門外来です。 予約制とは事前予約が必要です。 予約可とは予約無しでも受診可能です。 予約制です。

コープ共立歯科 (8月18日以降変更あり。電話にてお問合せ下さい) 宍佐南区中須二丁目20-39 TEL:830-5181 急な場合はご相談ください。

午前	午前8時30分～11時30分 (木曜日10時～11時30分 託児ボランティアあり)	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	(交替) 大重平石 佐々木
	午後	月・火・水・金:午後0時～4時30分 第2・4木曜日 午後2時～4時30分	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	大田 阿部 佐々木 大重平石	午後休診
夜間	月・火・水・金:午後5時～7時30分	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 重平石	大田 阿部 佐々木 重平石	
訪問診療	午前				大田 阿部 佐々木			
	午後		阿部 佐々木 重平石	阿部 佐々木		重平石		

広島共立病院 通院用 無料送迎バス時刻表

〈平日ダイヤ〉

上安駅～大町駅～広島共立病院コース

上安駅(出発)	大町駅	共立病院(到着)	共立病院(出発)	大町駅	上安駅(到着)
8:00	8:15	8:20			
8:40	8:55	9:00			
9:20	9:35	9:40			
10:00	10:15	10:20	10:25	10:30	10:45
10:50	11:05	11:10	11:20	11:25	11:40
			12:40	12:45	13:00
13:10	13:25	13:30	13:40	13:45	14:00
14:10	14:25	14:30	14:40	14:45	15:00
15:10	15:25	15:30	15:35	15:40	15:55
			16:15	16:20	16:35

※定員13名コミュニティバスでの運行となります。

〈平日ダイヤ〉8月～変更になっています

フジグラン緑井～広島共立病院コース

緑井(出発)	共立病院(到着)	共立病院(出発)	緑井(到着)
8:00	8:05	9:25	9:30
8:15	8:20	9:45	9:50
8:30	8:35	10:05	10:10
8:45	8:50	10:30	10:35
9:00	9:05	11:00	11:05
9:15	9:20	11:45	11:50
9:35	9:40	12:05	12:10
9:55	10:00	12:30	12:35
10:20	10:25	12:55	13:00
10:40	10:45	14:00	14:05
11:10	11:15	14:30	14:35
11:55	12:00	14:50	14:55
12:15	12:20	15:20	15:25
12:45	12:50	15:50	15:55
14:20	14:25	16:20	16:25
14:40	14:45	17:00	17:05
15:10	15:15	17:15	17:20
15:40	15:45	17:45	17:50
16:10	16:15		
16:30	16:35		

〈土曜日ダイヤ〉8月～変更になっています

フジグラン緑井～広島共立病院コース

緑井(出発)	共立病院(到着)	共立病院(出発)	緑井(到着)
8:00	8:05	9:45	9:50
8:15	8:20	10:05	10:10
8:30	8:35	10:25	10:30
8:45	8:50	10:55	11:00
9:10	9:15	11:20	11:25
9:30	9:35	11:40	11:45
9:55	10:00	12:15	12:20
10:15	10:20	12:50	12:55
10:40	10:45	13:10	13:15
11:10	11:15	13:30	13:35
11:30	11:35	14:00	14:05
		14:20	14:25
		14:50	14:55
		15:10	15:15
		15:30	15:35

●第2・4土曜日、日・祝日、その他病院休診日の運行はありません。

※交通事情によりダイヤが乱れる場合もございますのでご了承ください。

健診センター

TEL 879-1223 FAX 879-6891

療養の心配事相談

TEL 879-1111(代表)
(月)～(金)9時～午後4時30分
広島共立病院・看護師長室

*上安…喫茶「いくせい」前

*大町…JR大町駐車場北側

*緑井…フジグラン緑井セブンイレブン前

『夏休み宿題おたすけ隊』を終えて

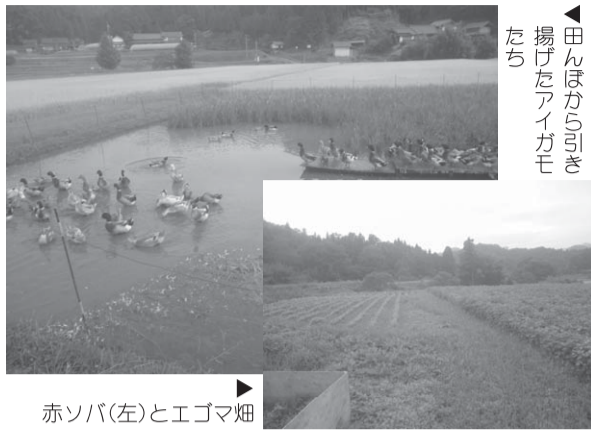
今年も夏休み前後1週間ずつ、「宿題おたすけ隊」をしました。毎回4人～8人くらいの参加でしたが、前半(7月)後半(8月)通しての参加もありました。宿題おたすけ隊員(組合員さん)は、3人～5人の方に来てもらいました。夏休みの宿題の他にも読書、遊び、紙芝居、折り紙などをして楽しみながら時間を過ごしていました。子どもたちの感想には「宿題ができて良かった」「算数や国語もできたし、色々な事にチャレンジ出来た」「折り紙ができて良かった」「来年も来たい!」などの声がありました。また後日、ご家族より「このような企画をしていただき本当に感謝です」との言葉も頂きました。

主催した方も、子どもたちに元気をもたらした2週間でした。(寺本 克史)



「収穫の秋、エゴマも栽培」

島根県邑南町高見 岩根 英則



赤ソバ(左)とエゴマ畑

▲田んぼから引き揚げたアイガモたち



瑞穂の里はいま稲刈りの真最中。実りが平年より一週間早くなり、本格的に刈り取りを始めるぞと思つたら、あの一か月半も続いた好天が嘘のように、台風の影響などぐずつした天気が続いていきます。

田んぼが乾かず刈り取り機(コンバイン)が埋まらないようにコンパネを敷いての刈り取りに悪戦苦闘。農協が農家に払う米価が昨年より数百円上がったものの、依然生産費を割つた生産を余儀なくされているなかでの収穫です。

あちこちの田んぼに放し頭張つてくれたアイガモたちは家の横の田んぼに集結し、夜も安眠できないくらい賑やかです。

高台には、もうすぐ花を咲かせる白ソバ、赤ソバ、実をつけ始めたエゴマ畑が広がっています。昨年の油の自給はできないかと栽培し、初めて油を搾つたエゴマの面積を増やしました。エゴマは、αリノレン酸を多く含み、認知症にいいとか、ガンを抑制する効果があると言われている食用油のなかでは優れものです。今年も搾油が楽しみです。

投稿募集中! 氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号をご記入の上、下記へ

- 絵手紙・川柳・写真・俳句・短歌など、ジャンルは問いません。
- 我が家の宝物・家族やペット・花・農作物・作品などなど、皆さんの大切な宝物をご紹介します。写真と合わせてコメントもお願いします。
- QRコードを作成しました。携帯・スマホなどの端末からもお気軽に応募ください。
- 皆様からのご意見や要望などもお気軽にお寄せください。

※投稿いただいた文章は、内容を変えずに、表現を変更することがありますので、ご了承ください。
※本紙は広島医療生協ホームページに掲載されます。
※いただいた原稿などは原則お返ししません。

メール:sosikibu@urban.ne.jp
郵送:〒731-0121 広島市安佐南区中須二丁目19-6 広島医療生協 組織部
組織部連絡先: TEL(082)879-8124 FAX(082)879-8182

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第七十七回発表)

俳句

雲の峰 出船入船 見て飽きず
ひそけさは 桔梗一輪 備前壺
緑井 小杉慶江

菊の日や 和服の祖母の 凛として
夕立や 空蟬に 蟻 雨宿り
大町西 日野艶子

(先ほどまで運んでいた蟬の抜け殻、突然の夕立で格好の雨逃れ、休み)

川柳

孫の影 踏めぬと 祖母は 後退り
(今のご時世、師はどこへやら。孫が一番の宝物らしい)

いつ寝るの カープ 五輪に 甲子園
(この夏は、熱くなりましたね。)

敬老会 合唱止まぬ 昭和歌
(昭和の歌は、今も健在です)

孫去んで 金欠 腰痛 後を引く
(孫もだんだん大きくなりますので。)

ポケモンで 思わぬ所に 人の群れ
(みんなが気持ちよく過ごせるよう節度を持っていただきたいですね)

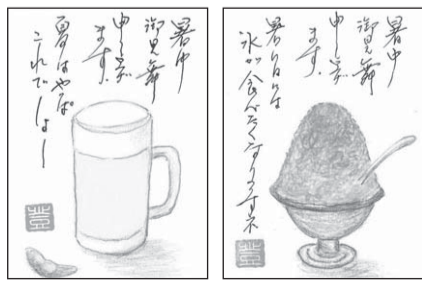


漢字クイズ

【問題】下記のあてはまる熟語を表から消して最後に残った漢字を並べかえて四字熟語にして下さい。

正	平	緒	湿	一	南	和	路
内	駒	潤	女	方	清	桐	凡
蜥	来	撤	濃	花	下	通	陽
退	名	信	四	心	河	厚	墳
韻	草	蝨	一	肥	橋	臥	念
名	六	沃	賞	浄	指	恒	月
郎	海	鋭	余	孝	角	地	復
駄	場	市	古	葉	股	根	躬

- ①ひよくな土地
- ②一つの材木をくりぬいてつくったげた
- ③小倉百人一首より「心あてに折らばや折らむ初霜の置きまどはせる白菊の花」を詠んだ人は?
- ④きりぎりす
- ⑤土を高く盛り上げた大昔の墓
- ⑥進出↑○○
- ⑦剣道をしなんする
- ⑧待てば○○の日和あり
- ⑨くたびれる
- ⑩力士の名前「○○○」
- ⑪セ・リーグ25年ぶり7度目のカープ優勝!監督は「○○○○監督」
- ⑫匂い松茸、味○○
- ⑬希薄↑○○
- ⑭○○○○落ちて天下の秋を知る
- ⑮スウェーデンのストックホルムでノーベル○○○授賞式が行われる
- ⑯一茶の句「○○を取ってくれると泣く子哉」
- ⑰鯛の頭も○○から
- ⑱演奏会のよいんを楽しむ
- ⑲直角より小さい角
- ⑳信仰のための登山者が歩きながら唱える言葉「○○○○」
- ㉑おみなえし
- ㉒熊本県にある石造のアーチ橋「つうじゅんきょう」
- ㉓ここの一番という場面のこと「○○○」



▲大藤 登さん(緑井) ▲大藤 節子さん(緑井)

俳句



渡岡悠子選

二中の碑じつと見入る子真夏の日 寺本 東子
風にのり秋の知らせや赤とんぼ 中村 絹枝
丸ごとの南瓜を前に苦戦かな 野田 八代子
旧友はおおらかなりし夏帽子 吉井 美智子
くるぶしで秋詠む人や一人ゆく 石塚 節子
古民家や解かれし跡の大西日 安永 道子
台風に濡れる靴や新幹線 竹本 旬子
祝福のリング交すよ星祭り 桑升 幸子
台風に夫の車で接骨院 河野 美智子

みんなで協同の医療をつくる人材募集中!
医師・医学部の学生・医学部受験生のご紹介をお願いします。
お問合せ先 広島共立病院 後継者育成室 奨学金制度もあります
電話 082-879-1111(代表)

◆締切は十一月十五日
広島医療生活協同組合
広島市安佐南区中須二丁目一九一六
クイズ八月号の正解は、「不偏不党」でした。
①走馬灯 ②鈴木誠也 ③方法 ④希臓 ⑤詮索 ⑥韻文 ⑦毛利輝元 ⑧糰 ⑨向日葵 ⑩又焼酎 ⑪大仏次郎 ⑫鳩尾 ⑬英吉利 ⑭最上川 ⑮十日 ⑯猛者 ⑰目深 ⑱雲竜 ⑲他山 ⑳創造 ㉑花林糖 ㉒千里眼 ㉓目葉 ㉔埃 ㉕六
正解者は七十四人でした。
当選者(敬称略)
大畠 敦子(伴東)
恩知 紀子(昆沙門台)
七森ゆう子(八本松町)
原田由紀子(口田南)
稲田 美次(相田)

美しい秋空の下で 組合員活動



三支部合同ボウリング大会 8/24

— あすなろ地区 —



8月24日(水)に高陽東支部主催で三支部合同ボウリング大会&昼食会を開催しました。高陽西支部から9名、落合支部から2名、高陽東支部から5名、組

織部から山根部長の参加がありました。去年参加された方は、みんなに内緒で練習されたのかスコアが良くなっていました(笑)。三支部合同で行事をする、各支部での活動の様子や工夫をされている話が聞けてとても参考になります。これからも三支部交流を続けていきたいと思ひます。(高陽東支部.C・K)

おしゃべり会ミニコンサート 8/25 ～広島土砂災害の復興を願って～

— 梅林集会所 —



▲花音さんの演奏と一緒に歌ったりしながら鑑賞しました

2年前の土砂災害をきっかけに毎月第2・4木曜日に「おしゃべり会」を続けています。8月は、音楽グループ「花音」の5人によるバイオリンやフルートのミニ演奏会&昼食会をし、17名参加しました。実際に土砂災害を経験した方の声、今も八木地域に住んでいる方の思い、生活への不安、行政への不満など参加者それぞれの思いを共有し、交流することができました。この会は誰もが自由に語り合い、ほっと一息つける場を目指してこれからも継続していきます。(組織部 藤江)

どんぐり村で「そば打ち体験!!」 8/27

— 緑井支部 —



今年で8回目となる緑井支部主催の「そば打ち体験会」。今回は小学生2名を含め、総勢16名で豊平どんぐり村の「そば打ち道場」へ行きました。講師の方も毎年変わり、参加するたびに新しい発見があります。みんな「こねて」「伸ばして」「切って」と、小学生も大活躍でした。講師から「大人より上手ね」と言われちょー満足の顔でした。みんなで打ったお蕎麦をザルそばにさせていただき、大変おいしい体験でした。

(緑井支部.E・H)

寒天パウダーを使った
からだにやさしい
ケーキです

作ってみて!!
私の一品
No.18



かぼちゃのケーキ

今月のレシピ



【材料】

- かぼちゃ ……………250g
- 塩 ……………少々
- ドライフルーツ ……30g(粗く刻む)
- A
 - 豆乳 ……………1カップ
 - メープルシロップ …大さじ3
 - 小麦粉 ……………大さじ1
 - 油 ……………大さじ2
 - 寒天パウダー ……………2g

【作り方】

- ①かぼちゃは適当な大きさに切って、塩を振って蒸し、柔らかくなったら、温かいうちにつぶす。
- ②①にAを加え、フードプロセッサーでよく混ぜる。
- ③②にドライフルーツをいれ、オーブンシートを敷いた型に流し込む。
- ④200度のオーブンで20分焼く。
- ⑤粗熱がとれたら、型のまま冷蔵庫に入れて冷やす。

【おすすめポイント】

かぼちゃは、皮ごと使って、栄養を丸ごといただきます。

(庄原支部. 名越 浪江)

クイズ回答 ハガキより

組合員の声

今夏の猛暑に少々バテ気味です。朝夕は過ごしやすくなり体調も回復することを願っています。(毘沙門台.Y・T)
【本当に暑い夏でした。体調のご回復をお祈りします】

先日、ナスを沢山頂きましたので、『からだとくらし』で紹介していた料理を作りました。家族にもとても好評でした。美味しかったです。これで暑い夏も乗り越えられます。(あさひが丘.T・H)
【早速作って頂きありがとうございます。今年はナスが美味しいそうですから、また是非作ってみて下さい】

毎年、花火を見ると思い出します。大正12年生まれ母は「頭の上で打ちあがる花火を見ると焼夷弾を思い出すから花火はきらいだ」と話したことを。自分の大事にしていたすべてのものが灼尽くされ失ってしまった青春を思い出すのでしょう。その母も、花火を見ずに亡くなりました。(高取北.M・T)
【きれいな花火も見ると人によっては、悲しい花火になるのですね。戦争は許せません】

最近ハンドメイドにはまっており、このハガキも自分で作った服を着て書いています。何か趣味を持つと生きる活力になり長生きできそうな気がします。(大町東.K・I)
【素敵なイラストもありがとうございます。また次の作品が楽しみです】

住めば都。三次も良いところ。毎日一生懸命頑張っています。子どもも保育園に行っています。今のところ健康です。(三次市.D・N)
【環境が良いと元気で過ごせるのでしょうか】

良い習慣を保とうとウォーキングをしていましたが、このところの暑さでなかなか歩けません。少しでも健康管理をしたいと思い、タブレットでラジオ体操を楽しんでいます。(上安.H・K)
【ラジオ体操ではなくタブレット体操??】

毎号のクイズを楽しんでいます。健診センターで初めて健康診断を受けました。スムーズに色々検査して頂きホッとして帰宅しました。(可部東.S・Y)
【健康は、予防から…まずは健診でひと安心して頂き良かったです】

