

一人は万人のために  
万人は一人のために

4月16日現在

組合員数 47,648人  
出資金 13億8,945万円

# からだをくらし

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

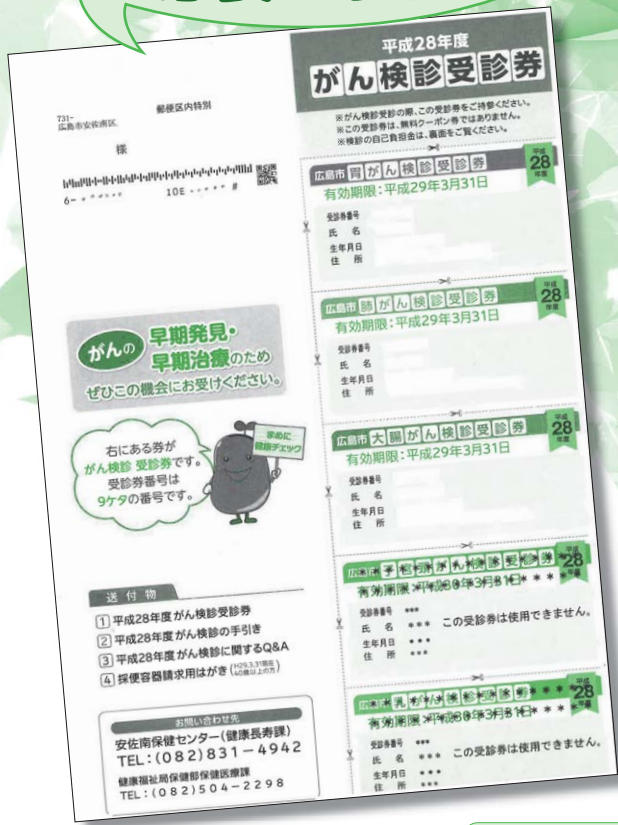
機関紙編集委員会

ホームページ

www.hiroshimairyo.coop

組織部Eメール sosikibu@urban.ne.jp

検診には、  
この「受診券」が  
必要です。



突然ですが、皆さんが最後に健診（健康診断）を受けられたのはいつですか？  
広島市には、『がん検診制度』があります。年齢などの決まりはありますが、受診券を持参されれば自己負担金のみで検診が受けられます。

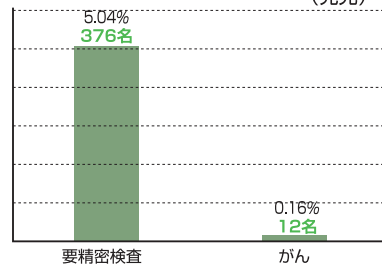
た例えば：大腸がん検診↓広島市の受診券を利用して受けら  
れた方、六〇〇人に一人の割合で大腸がんが発見されたことになりました。これは、大腸がん検診を受けら

と四〇〇円（七〇歳以上の方などは無料）です。  
広島共立病院健診センターで二〇一四年度に大腸がん検診を受けられた方は七四六三名です。そのうち、精密検査が必要と言われた方は、三七六名。十二名の方にガンが発見されました。これは、大腸がん検診を受けら

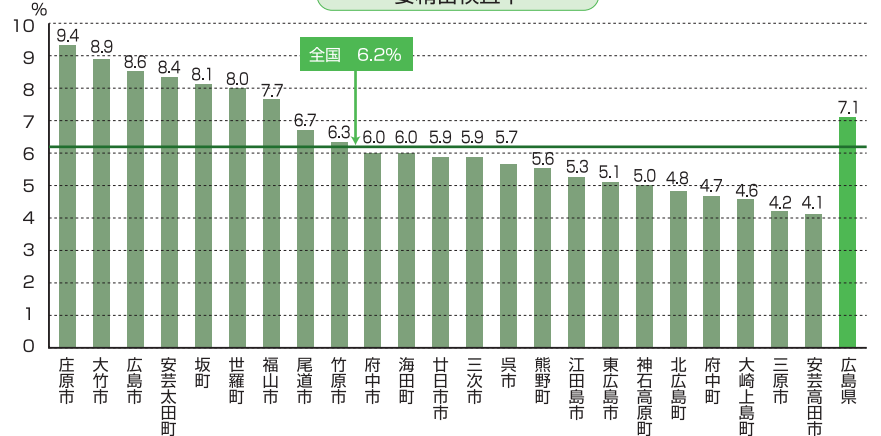
# 「健診」 受けていますか？



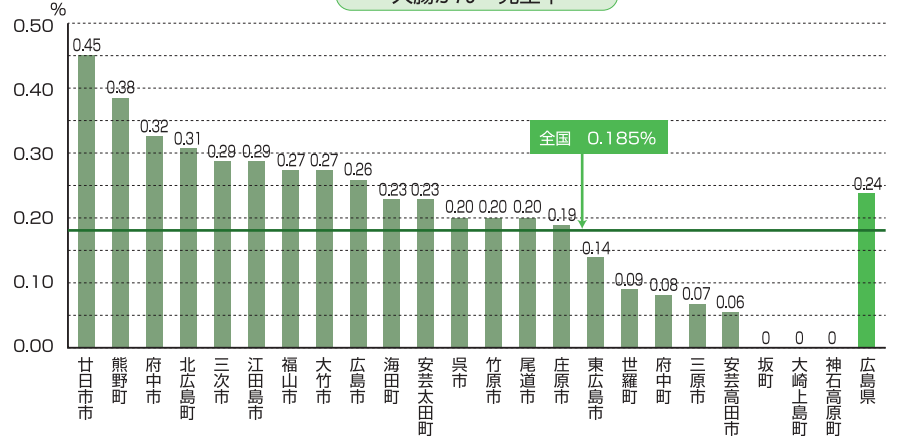
広島共立病院 要精密検査率 がん発生率 (発見)



要精密検査率



大腸がん 発生率



〈広島県 ホームページ 広島がんネットより〉

広島共立病院・健診センターよりお知らせ

## 2016年4月～ 「組合員の健診枠」が広がりました。

健診予約が取りにくいとの声に応え、少しでも、組合員の方に健診を受けて頂けるように、

2016年4月より、毎月28日～月末まで組合員健診(Bコースとドック)を1日4件まで優先して確保しています。

予約は2ヶ月前までをお願いします。

健診センターも地域の組合員とともに『地域まるごと健康づくり』を目指しています!!

詳しくは、広島共立病院 健診センターまでお問合せ下さい(☎082-879-1223)



(I・T)

暖冬となると言われていきましたが、厳しい寒さから、やっと春がきました▼今、テレビや新聞など毎日のように「介護」と「認知症」ばかりが目につきます。健康で長生きを願って、している事があります▼①バランスの取れた食事(減塩で) ②兔に角、体を動かす(ラジオ体操など簡単な運動を声を出してする) ③人に挨拶し、会話と少しのお世話もする ④楽しいと思う事をし、笑う(鏡の前で「ニツ」と言う) ⑤余り深く悩まない(ケ・セラ・セラ) ⑥クイズに挑戦し、頭の体操(計算等)をする ⑦疲れたら眠る▼こんな事で健康が絶対守れるか確信はないですが、自分に合った健康づくりをしてはいかがでしょうか。万が一、病気になったら、ちゃんと治療をすること。

## 虹の旗

# 2016年度 新入職員 紹介!!

30人の新しい職員です。  
よろしくお祈いします。  
「わたしの座右の銘は、ずばり…」



「やらぬ損より やって損!」  
医局 医師

「七転八起」  
2階病棟 看護師

「努力は 裏切らない」  
2階病棟 看護師

「最大限の努力」  
リハビリテーション科 理学療法士

「迷ったら 楽しい方へ」  
リハビリテーション科 言語聴覚士

「謹厳実直」  
リハビリテーション科 理学療法士

「毎日、 腹筋30回する」  
3階西病棟 看護師

「誠心誠意」  
3階西病棟 看護師

「辛い時こそ、 笑顔で!!!」  
3階東病棟 看護師

「思いやり」  
3階東病棟 看護師

「切磋琢磨」  
4階西病棟 看護師

「一期一会」  
放射線科 放射線技師

「為せば成る、 為さねば成らぬ 何事も」  
手術部 看護師

「一期一会」  
薬剤科 薬剤師

「人には優しく 自分には厳しく」  
薬剤科 薬剤師

「為せば成る」  
薬剤科 薬剤師

「最後まで あきらめない」  
健診事務課 事務

「千里の道も 一步から」  
診療情報管理課 事務

「楽しく生きる!!」  
受付事務課 事務

「人生をかけてから いいなさい」  
薬剤科 薬剤師

「為せば成る 為さねば成らぬ 何事も」  
医事課 事務

「笑う門には 福来たる」  
組織部 事務

「滅私奉公」  
組織部 事務

「一期一会」  
コープ共立歯科 歯科衛生士

「なんとなかなる」  
医事課 事務

「石の上にも三年」  
地域包括支援センター 社会福祉士

「楽しいから 笑うのではなく 笑顔だから 楽しくなる」  
共立ひよこ保育園 保育士

「初心忘れず」  
共立ひよこ保育園 保育士

「やらない後悔より やった後悔」  
共立ひよこ保育園 保育士

4月 理事会だより

【2015年 組織づくりを振り返って】

～医療福祉生協のネットワークづくりをめざして～

2015年度は年間通して医療福祉生協の地域包括ケアについて学び・交流・実践してきました。つながりマップづくりを通じて機関紙配布網の整備や社協・地域包括支援センターとの働きかけも始まりました。また、他団体との連携も進みましたが、今後は新しい層への働きかけが求められます。サロンやたまり場では、独居や高齢世帯の拠り所としての役割が大きくなってきています。

出資金は、毎年の出資協力者数が全組合員の1割にも満たないこともあって1億を超える減資となりました。班会開催は、いっせい班会月間でのテーマを決めた班会や趣味を中心にした班会など活発に開催されました。

	目標	到達
加入	全体 2,500人	1,660人(支部 333人) (事業所 1,327人)
増資	1億5千万円(純増 5千万円)	1億1,336円(支部 3,622万円) (事業所 7,714万円)
増資者	8,000人	5,889人(支部 3,652人) (事業所 2,237人)
積立増資者	支部 1,500人 事業所 倍加	1,192人(支部 747人) (事業所 445人)
班	班会 1,500回 新班 60班	班会 1,339回 開催班 199班 新班 15班

【日常生活圏でのつながりを強めて】～2016年度 組織づくり方針(要旨)～

(1) 地域のつながりづくり…一支部一たまり場づくり 地域包括支援センターに対応する支部づくり

①居場所づくり ②生活圏域での支部づくりや活動 ③機関紙配布網の拡大

(2) 事業所と連携した『くらしのたすけあい・支え合い』・地域支部と介護事業所の連携

(3) 生協を強くする取り組み…他団体や新しい層への働きかけと担い手づくり

①組合員増やし 2,500人 ②増資活動 目標1億5,000万円(積立増資者3,000人 協力者8,000人) ③班会開催 1,500回 班づくり 50班 ④活動を支える担い手づくり

【2015年度の経営状況】～福祉事業は予算にわずかに届かずも健闘～

		年間累計	予算比較
収益	医療生協全体	54億1,900万円	8,871万円超過
支出	事業費用	57億7,295万円	9,458万円超過
経常剰余		▲3億7,650万円	410万円未達

# 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 山地 恭子



二〇〇〇年、介護保険法と同時に施行されたのが、成年後見制度です。介護サービスはそれまでの「行政措置」から「契約」へと大きく変化し、契約という法律行為を支援する策が必要でした。

あれから十六年！ 後見人は、介護サービスの「契約」を本人に代わって（代理権を行使する）行うだけでなく、預貯金の管理、不動産処分、相続手続きなどを行います。介護サービスの契約の中には、

施設入所の契約もあるでしょう。あくまでも「本人の代理」で契約行為を行うのですが、最近では身元保証人として認識されている場面もあり、少々制度の誤解があるかと感じます。

さて、医療機関では、手術を行うかどうか、終末期の医療行為をどこまで行うかなど、身体生命への重大なリスクを伴う医療行為の判断に迫られる場面があります。現在のところ、成年後見人は、この

## 最期はどうしたい？

②

# 広島医療生協創立50周年「健康まつり2016」にぎやかに開催

3月27日

## 久しぶりの健康まつりに笑顔いっぱい

心配された雨も持ちこたえ、広島医療生協創立50周年「健康まつり2016」が、約2,000人の来場者を迎えて、盛大に開催されました。

今回は屋外と屋内の2つのステージを設置し、それぞれで歌と踊り、ヒーローショーや落語などで盛り上がることができました！また、健康チェックコーナーやくじ引き抽選コーナーは行列ができるほどの大人気で、食べ物バザーはほとんどのお店が早々に完売となり、出店バザーもとても賑わいました。

組合員・職員の協力の力で、大きな混乱もなく、無事に健康まつりを終えることができました。支えてくださった多くの方々に心から感謝いたします。本当にありがとうございました。（伊藤理事）



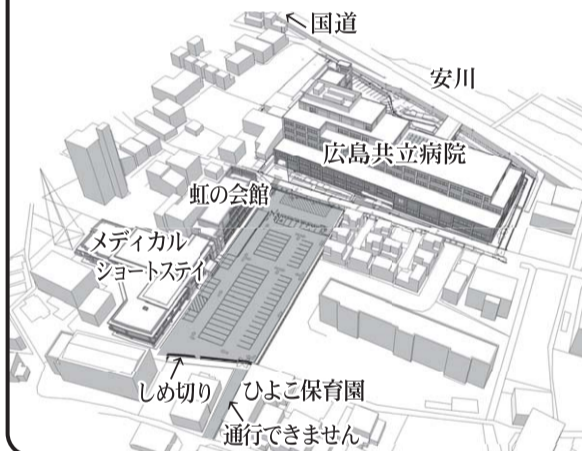
抽選コーナーでは始まる前から人が集まりだし、待ってもらった状態でした。特賞の自転車を見ながら、「私はこれが良い。私はこっちの色が良い」と夢ふくらむ様子でした。残念賞ばかり出ると、「本当に商品の券は入っているの？」という声が聞かれ、賞品が当たると「本当に入っているんじゃないか」と言い合いながら、友達同士や親子連れが抽選を楽しみ、終日長い列ができていました。（初本理事）

# 旧広島共立病院本館の跡地に待望の新駐車場がオープンします

旧広島共立病院跡地の駐車場がいよいよ利用できます。

使用開始は5月の連休明けの予定で、駐車台数は約90台です。

5月9日開始(予定)



新駐車場は広島共立病院の患者様とメディカルフィットネスやショートステイを利用される方なども駐車できます。

管理は広島共立病院の他の駐車場と同じくタイムズ24に委託します。

お問い合わせは、  
広島共立病院 総務課まで  
☎ 879-1111(代)

# 組合員さんの笑顔と健康を提供します♪ メディカルフィットネス共立での1日をご紹介します

1週間のお試し体験大募集!!  
1,000円で1週間施設を使い放題!



### オープン前の風景

会員さん達は9時のオープンを前にフィットネス入り口前の談話室にてお話中。

多くの会員さんが1日の始まりをメディカルフィットネス共立でスタート♪

5/9(月)からは朝8時からオープン！  
早くなるので利用しやすくなるわ♪



20分の教室も多いので運動した事ない方も安心ですよ!

### スタジオプログラムと一緒にイイ汗かきましょう

スタジオプログラムはインストラクターと会員さんが一緒に楽しく身体を動かして行きます！会員さんの笑顔がはじける教室ばかりですよ♪



### 午後からもみんなで楽しく運動♪

談話室にてご飯を食べてから運動される会員さんもいらっしゃいます。

お腹を満たして午後もしっかり運動♪

楽しみながら運動しなご



仕事の疲れもこうやって無心になって走るとすっきりするよ!

### 夜のジムエリアは会社帰りの方が中心です

仕事帰りに運動して、ストレス解消♪  
ランニングマシンで走ったり、筋力トレーニングをして夏に向けての身体作りもバッチシ♪

5月9日(月)から平日の営業時間が変更

現在/9:00~22:00 ⇒ 変更/8:00~21:30

早朝8:00から営業にてグンと利用しやすくなりました!

新規会員募集中!!

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

# 「声の箱」よい

—理事会事業所利用委員会—

## 【声】

1月6日食欲がなく2～3日点滴でもしていただければと来院。すぐに入院がゆるされどれだけ心強かったことか(独居老人)。入院は、気管支炎・心臓とそれは、それは、手厚い看護を受け、食事も頑張らなければと力が出たものです。二つ驚いたことがあります。ひとつは、心臓リハ、このまま弱っていくところを運動をすることで先の展望がもてたこと。又、入院の様子に合わせて筋肉トレーニングをされていること、生きる力がわくのでは、この取り組みには本当にびっくりでした。先生、スタッフの方すばらしい仕事ぶりでした。心から感謝をこめて、ありがとうございました。

## 【回答】

温かいお言葉ありがとうございました。いただいたお言葉を励みにスタッフ一同今後とも精進して参ります。

(2階病棟スタッフ一同)

# 子育てコーナー



～番外編～

## 《共立ひよこ保育園の風景》

### ～絵本大好きになってほしいな～

テレビやビデオやスマホが目の前にあっても、ぜひぜひ絵本を子どもさんに読んであげてほしいと思います。

0歳の赤ちゃんの時から読むといいです。「え～」と聞いてしまうのが、実は赤ちゃんも声は聴いていますし内容もわかっています、おもしろいなと思うと足をバタバタさせたり、逆に足でけったり反応してくれます。

保育園では5月から園児が選んだ絵本を1冊家に持ち帰ります。お家の人に読んでもらう取り組みです。近くの区民文化センターの読み聞かせに参加したり、絵本を借りたりするのもいいですね。3度の食事にプラスして、絵本(4番目の食事)を大好きになあれ～

(共立ひよこ保育園 園長:吉川 博子)



## 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

コメントだけでなく、絵手紙、写真、俳句、短歌、川柳など、ジャンルは問いません。皆さまからの意見、要望などをお気軽にお送りください。  
※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](mailto: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(第七十二回発表)

**俳句**  
雛を納め 武者を鯉とを飾りけり  
(玄閑床も 女節句から男節句へそして:カープへ)  
身を切らぬ 選挙で何が 変わるのか  
(無駄な選挙より大切なことがあります) 大町西 日野 艶子

**川柳**  
心無き 招待状の ポスティング  
(確かに...) 沼田 伴 ポニー

「あれ」「これ」で 通じる世代の 井戸端会  
(九一歳で亡くなった母とよくしてました) 大町西 真野 正子

追いつかぬ 三寒四温 調節が  
(体のコントロールが大変です) 相田 長屋 康子

南館の 聞きしにまさる 花街道  
(南館のそばに 素敵な鉢植えが 春を運んできてくれます) 緑井 小杉 慶江

裏山に 温泉吹くと 万愚節  
嫁がせて 寂しき 夫の 杯に花  
風光る 峰に 綿雲 富士の山  
毘沙門台 山田 清子

亀山 空田 暮子

## 俳句

渡岡悠子選

鏡台にすみれ飾りて紅を引く  
振り返り振り返り観る桜かな  
かえり見る九十余年の朧月  
花見むと外つ国の人そこかしこ  
春うらら背伸びし先の雲一つ  
菜の花や郊外線のコトンコトン  
木漏れ日の天蓋抜けて春爛漫  
正面に戦争のある夏が来る  
人満ちの川面に映る花見船  
春炬燵童のごとく眠る母  
春の朝夫と花壇を整理せり

中村 絹枝  
野田 八代子  
宇和田 力ズ子  
石塚 節子  
磯道 一枝  
寺本 東子  
吉井 美智子  
安永 道子  
竹本 旬子  
桑升 幸子  
河野 美智子

## ワケのカギ

【問題】タテとヨコのカギを解いてマスをつめてください。AからLまでの文字を並べると、あることばになります。それは何でしょう。  
ヒント:無用なことで災難が...

1	2		3		4		5	6
			F					A
7			8				9	
			E			D		
10		11				K		
					13			14
					G			
15	16		17		18	19		
	20			21		22	23	
24				25	26			
	27		28		29			30
31			32					I
							33	
								C

A B C D E F G H I J K L

① 桃太郎が腰につけていたのは  
② 犬ほどよく吠える  
③ 健康によいといわれる  
④ 足熱  
⑤ 灯りをつけまじよぼんぼりに  
⑥ 演劇界の名優  
⑦ ほんの間に危険が迫っている様子  
⑧ 気になつていた未練なこと  
⑨ ひどく恥をかかされた思い  
⑩ 湯をつかう  
⑪ 江戸っ子だつてねえ  
⑫ アルファベットの十九番目  
⑬ 今年のオリンピック開催国  
⑭ 世界記録を集めた本  
⑮ およその見当や見こみ  
⑯ 腐っても  
⑰ IMUのカギ  
⑱ 音速を超えるとはライト兄弟もビックリポイントでしょう  
⑲ 日本最大の湖  
⑳ 大工さんが使う道具  
㉑ 島根県中海にある牡丹栽培で有名な島

## 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)

## ワケのカギ

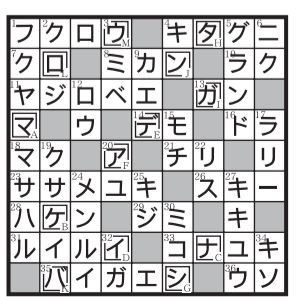
① サケの仲間の魚  
② 交通違反で  
③ すっかりがさめた  
④ 労力をねがらうことば  
⑤ さんです  
⑥ 栗鼠  
⑦ 動物の角でつくった楽器  
⑧ 個人の所有物  
⑨ 無違反の模範ドライバー  
⑩ 花粉症の人の大敵  
⑪ 斜視の別の言い方  
⑫ 熱い食べ物が苦手なこと  
⑬ 僧がお経を読むときに叩く  
⑭ 魚  
⑮ 女性のよそいきの服  
⑯ は友を呼ぶ

ハガキに答えと住所、名前、年齢、職業、感想、近況を明記しお送りください。正解者には抽せんして図書カードをプレゼントします。

◇宛て先 〒731-0121 広島市安佐南区中須二丁目一九一六  
広島医療生活協同組合  
◇締切は六月三十日

クイズ三月号の正解は、「マケナイデアシタガンバロウ」でした。

正解者は八十三人でした。当選者(敬称略)  
大野 剛毅(上安)  
守屋 成(毘沙門台東)  
藤堂 和世(長楽寺)  
世羅 京子(龜山南)  
小澤 義幸(高取北)



たちばな  
**橘かおる朝風に**  
**組合員活動**

**みんなで老後を考える会 グラウンドゴルフ交流会 3/30**

— みんなで老後を考える会(かがやく会) —



3月30日にみんなで老後を考える会(かがやく会)のグラウンドゴルフ大会が行われました。当日の天候が心配されましたが、天候に恵まれてよかったです。

昨年までは沼田の運動公園で行われていましたが、今年は「花みどり公園」の「三国グラウンド」で行われました。大会には50人も参加され、盛大な会になりました。

みんなで老後を考える会は「七割遊んで、三割学習」と言われ、よく遊び、よく学び、元気なお年寄りである事を目標にしています。

この楽しい催しの前日29日、戦争法が施行されました。目を、耳を、口を塞いで「いつか来た道」へ進もうとしています。この事も忘れないで行きたいと思います。(可部支部 石丸 倍幸)

**あすなる生協診療所 組合員交流歓迎会 4/2**

— あすなる地区 —



4月2日(土)に「あすなる生協診療所 組合員交流歓迎会」に広島医療生協 齊藤専務・広島県生協連 岡崎さんを迎え、新入職員の河野さん・松本さんの歓迎会を行いました。

井口所長こだわりの「いわしのつみれ汁」「揚げずに手羽焼き」

「ウェッジウッド紅茶」、組合員さん手作りのスイーツを食べながら、楽しい時間を職員19名・地域組合員19名で過ごしました。来年はどんなこだわりの料理がでてくるのでしょうか。(笑) (高陽東 C・K)

**沼田診療所・組合員 合同お花見会 36名の参加 3/30**

— 沼田地区 —



毎年恒例の『合同お花見会』。今年は、大塚ビッグアーチにて行いました。前日まで雨の心配をしていましたが、とても穏やかな温かさに包まれた一日でした。

沼田診療所の患者さん・組合員さん・みんなで老後を考える会の会員さんなど、

広く呼びかけ、今までで最高の36名でのお花見になりました。毎回新しい方が参加して下さり、とてもうれしく思っています。西原先生もお忙しい中、参加して下さいました。

肝心の『桜』ですが…満開まであと一息というところでしたが、こうして多くの方と『桜』の下でお弁当を頂きながらのんびり過ごすことで、日々の疲れが癒される思いでした。

また、来年も『桜』を見に行けるよう一年頑張ろう!!と思いながら帰途に着きました。

こんがりヘルシー

作ってみて!!

**私の一品**

No.13

**パンプキン春巻き**

今月のレシピ

**〈作り方〉**

- ①かぼちゃは皮をむき3cm角に切り耐熱皿に並べ、ラップをふんわりかけてレンジで3~4分加熱してつぶす。
- ②①に蒸し大豆をあらくつぶしたのと豚ミンチを炒めたのを混ぜ合わせ、春巻きの皮で包む。
- ③フライパンにごま油を熱し、②を両面焼き、斜めに切る。

※お味はポン酢どうぞ。(安西支部 ピヨピヨちゃん)

**〈材料〉(1人分)**

- かぼちゃ ……………20g
- 蒸し大豆 ……………10g
- 春巻きの皮 ……………1枚
- 豚ミンチ ……………15g
- ごま油 ……………小さじ1/2

クイズ回答 ハガキより **組合員の声**

ウォーキング出勤を始めて3年目。片道30分は♪行きは良い良い 帰りは怖い♪ですが、健康のために頑張ります。(口田南.N・T)

我が家の狭い庭にももうすぐ春本番とばかりにボケが咲き、ラッパ水仙が咲き、私の好きな庭仕事の楽しみな季節到来です。(高取北.M・B)

以前はよくハガキを出していましたが、筆不精になり怠けていました。(クロスワードの) 答えに励まされて『ガンバロウ』とやる気ができました。(あさひが丘.Y・K)

この歳になると、身近な高齢者の方に自身の将来を重ね、勉強になることが多くありがたいと思い接しております。そのおかげか、人生の幅や深みが増した気がしています。何事もプラス思考で毎日を過ごせたらと思います。(毘沙門台東.T・Y)

何でも弱気にならず前向きに進みたいですね。この間の『健康まつり』に行き、(健康チェックで) 血圧・体脂肪・BMIなど、日頃自分で測定できない数値が出てきて反省しきりでした。(緑井.Y・O)

この年齢になると、『今日も』と毎朝よっしゃ!!と気合が入ります。俳句・短歌コーナー楽しみにしています。今回の『赤名峠…』の句で、20年くらい前トンネルを出てしばらくするとお店があり、ふっくらつきたて餅を買って山へ登ったことを思い出しました。(くすのき台.T・F)

平和な世の中でいつまでも健康で老後を過ごしたいと思っています。(落合南.K・T)

キンカンがたくさん成り、毎年1年分のジャムを作って冷凍しております。今年も頑張って作ります。(口田南.Y・K)

20年前、百日咳にかかって命が危なかった次男が今年2月に成人になりました。あの時の東先生とスタッフの皆様はお元気ですか。ずっと感謝しています。(長東.T・H)

