

一人は万人のために
万人は一人のために

6月15日現在
組合員数 45,554人
出資金 13億7,604万円

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.hiroshimairyu.coop
健康まちづくりセンター(旧 組織部)Eメール
sosikibu@urban.ne.jp



▲第60回 通常総代会の様子

誰もが安心して住み続けられる まちづくりをめざして 第60回 通常総代会を開催!

六月八日(土)、佐東公民館にて二〇〇名を超える総代・役員や二〇〇名を超える職員ら総勢約三三〇人で第八十回通常総代会が盛大に行われました。

地域まるごと健康づくり

青木理事長の開会あいさつのあと、来賓あいさつに続いて新たに就任した信野専務理事より議案提案。地域のニーズに応えた医療福祉活動を多彩に取り組んできた二〇一八年度を振り返り、二〇一九年度も生協間での連携やくらしの要求を行政へも届けながら、医療と介護・福祉

の事業のある強みを生かして患者や利用者の願いに応えて、地域まるごと健康づくりの活動を進めていくことなどを訴えました。



▲信野専務理事が議案を提案

地域・職場から八つの多彩な発言

つづく全体発言では、三月に広島市から認定された共立病院の「災害拠点病院」の内容についてや、二歯科診療所の建設計画、沼田診療所三

〇周年のお祭りなど、また、けんこうチャレンジの取り組み報告



▲けんこうチャレンジの取り組み報告

一致団結してがんばろう

恒例の新人職員紹介では研修医を含む三九人が勢ぞろいして、参加者から熱い声援を送られていました。青木理事長の退任に伴い、今総代会で新たに選出された坂本裕新理事長は、経営的に厳しい面もあるが、組合員や事



▲坂本裕新理事長



(T.S.)

業所職員がみんな力を合わせ、一致団結してがんばってゆくことを訴え閉会となりました。また新たな一歩を始めていきましょう!

虹の旗

私は日本国憲法が施行された年に生まれた。戦後の民主主義の時代を生きてきた。女性が自立することが難しかった時代に生まれた母は私に「経済的に自立する」ことを願って、父の反対を押し切って、大学に行くことをすすめてくれた。大学で日本が行った侵略戦争の実態や資本主義社会の矛盾を学んだ。多くの人の協力で働きのしながら、子育て、介護をした。一人では生きられない。憲法は日常の生活の中に生きていることを実感する。憲法9条で平和が保たれ、憲法25条ですべて国民は健康で文化的に生活する権利があると高らかにうたっている。その憲法が危ない。憲法9条を変えて、戦争できる国にしようとしている。憲法25条がないがしろにされている。今を生きる私たちは何をすべきか。憲法をみんなで守り、憲法を暮らしに活かすことではないか。

研修医

最近眠れない、 そんなときはどうすれば

初期研修医 橋本 泰志



なかなか寝付けない、夜中に目覚めてしまふ…。このような悩み

を抱えている方も多いのでは無いでしょうか。まずは生活習慣の改善から始めてみましょう。

よい疲労は睡眠をより深くしてくれます。刺激物を避ける：特に酒・タバコ・カフェインなどは睡眠を浅くするものとして有名です。寝る前の摂取は避けましょう。

参考：睡眠薬の適正使用ガイドライン(日本睡眠学会2014)

看護師

看護師は

こんなこともしています



二〇一九年五月一日(土)地域介護研修会を開催しました。近隣の施設や院所などから十二名の看護師、介護職の方に参加していただきました。五月担当は感染管理認定看護師の山下でした。内容は「標準予防策・経路別予防策」で、感染対策の基本についての講義と*ATPを用いて手の汚れを数値化、洗い残しが分

かる蛍光塗料を用いたの手洗いや個人防護具の正しい着脱方法などの実践を行いました。「実習がありました。有意義だった」「感染予防は患者さんだけでなく、自分の身を守る為にも必要」

「再確認できてよかったです」など感想をいただきました。今回いろいろな施設の方と交流ができ、私自身も一緒に勉強

し楽しい時間となりました。



広島共立病院 看護師 山下 典恵

*ATP検査：肉眼で見えない汚れなどを検出できる。

役員改選があり、 次の方々が就任・退任しました

役員

〈理事〉

役職名	氏名	役職名	氏名
理事長	坂本 裕	専務理事	信野 哲三
副理事長	名越 弘文	常務理事	村田 裕彦
常務理事	岡野 克吉	常務理事	初本 幸子
常務理事	寺本 克史	常務理事	石原 節子
理事	花田 俊哉	理事	重平 哲哉
理事	西原 一樹	理事	立石 純子
理事	山本 純司	理事	畠山 護三
理事	松谷 清一郎	理事	伊藤 富子
理事	松田 耕二	理事	斎木 英津子
理事	清水 貞子	理事	石川 秀子
理事	藤井 敏子	理事	川本 千恵子
理事	新宅 かをり	理事	服部 恵理子
理事	野間 茂	理事	簾 焯 真由美
理事	小原 富列		

(第1回理事会(6/8)で理事長・専務理事、第2回理事会(6/15)で常務理事を選出)

〈監事〉

役職名	氏名	役職名	氏名
監事	大塚 久子	監事	高野 栄美
監事	藤田 富男	監事	胡明 憲二
監事	武田 知明	監事	坂井 栄子

退任役員

役職名	氏名	役職名	氏名
理事長	青木 克明	常務理事	斉藤 孝司
理事	町川 範彦	理事	山田 照美
理事	花岡 江美子		

6月 理事会だより

(6月15日開催)

第60回 通常総代会開催

6月8日(土)安佐南区の佐東公民館で、広島医療生協第60回通常総代会が開催され、総代をはじめ330人の地域組合員や職員が参加しました。

青木理事長による開会あいさつに続いて、理事会より第1号議案～7号議案の7つの議案が提案されました。昨年度は医療福祉生協の地域包括ケアの実現に向けて取り組みが進み、地域包括支援センターや社会福祉協議会など様々な団体との連携が進んだこと、西日本土砂災害であすなろ生協診療所が被害を受けましたが、全日本民医連の坂町支援に取り組み、3月末には共立病院が災害拠点病院の指定を受けたことなどが報告されました。2019年度はこうした成果を土台に、地域での困りごと解決、居場所づくり、他団体との更なる連携を進め、地域まるごと健康づくりの実践としての健康チャレンジや健康サポーター養成講座の推進、3生協の連携協議会開始、第2歯科診療所の本格的な検討開始、経営活動では6500万円の経常剰余を確保し累積赤字解消に第1歩を踏み出すなどを重点課題として提起しました。

多彩な地域に開かれた活動が発言

理事会報告後、討論が行われました。討論では総代など8名が理事会の議案提案を補強し、豊かにする立場から発言しました。地域支部からは、社会福祉協議会や地域包括支援センターと相談しながら役に立つ「つながりマップづくり」を進めた相田支部や、土砂災害に遭った地域での気軽なおしゃべり会(梅林支部)の取り組み、県北地域における民商健診と健康づくりの提案、毘沙門台支部での他団体と連携した大腸がん検診の取り組みなど多彩な報告があり、事業所からは共立病院の災害拠点病院指定の取り組み、コープ共立歯科20周年と第2歯科建設、沼田診療所30周年記念まつりなどの報告があり、健康づくり委員会からは、「けんこうチャレンジ2019」への呼びかけがありました。

新コーナー!
職場紹介シリーズ ~第2回~
小規模多機能ふれあい協同



平成28年12月1日に開設された法人初めての地域密着型の事業所です。通い・訪問・泊り・ケアマネージメントと4つの機能で利用者さんの意向に沿った支援を行っています。職員もそのサービスに合わせて、介護職員はもとより、ある時はヘルパーさん・あるときはタクシーの運転手・あるときはツアーコンダクターとその時その時で役割を変え日々かわらせていただいています。利用者さんだけでなく家族さんとのつながりも深く、小規模そのものがファミリーのような雰囲気になっています。悩みや、喜びを共有しながら、医療生協の介護を実践すべく日々頑張っています。“誰もが自分らしい生き方を”可能にできる一つの居場所でありたいと思います。ぜひ一度ご見学にお越しください。お待ちしております。
 (小規模多機能ふれあい協同)

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～
 広島医療生協 居宅介護支援事業所
 ケアマネジャー 岡田 美杉



ケアマネジャーについて

からだとくらしの五月号でもお知らせしたように広島医療生協内のケアマネジャーの組織が再編され、広島医療生協居宅介護支援事業所と協同居宅介護支援事業所、居宅介護支援事業所への移行が行われています。三つの事業所で、現在ケアマネジャーが業務を行っています。ケアマネジャーは在宅で介護保険を利用しながら生活している方の支援を行っています。利用者の方が可能な限り自宅での生活を送ることができるよう、介護事業所や病院など医療・福祉の専門家と日々連携をします。自宅での生活を続けるためには、サービスを利用されているご本人のみならず、介護しているご家族の支援も大事だと感じています。ご家族が介護疲れをためないためにも、必要なサービスを利用することが大事ですが、サービスを利用するにもお金が必要であり、十分にサービスを利用できないこともあります。また、介護保険だけでは生活のすべてを支えることは難しく、ちよつと困ったことなどを支援してくれる地域の力の大切さも感じています。これからは専門家だけでなく、地域の組合員さんとも利用者さんの生活を一緒に支えられたらいいなと思っています。



お知らせ ～組合員の皆様へお願い～

転居された組合員の方は、新しい住所を当生協までお知らせ下さい。よろしく申し上げます。
 連絡先: 広島医療生協 本部総務部 TEL (082) 879-1897

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
 電話 082-879-1111 (代表)

奨学金制度
 もあります



「声の箱」よい

— 広島共立病院利用委員会 —

【声】 4/16 8:30受付、組合員Bコース。1番の受付で「8時30分受診になります」と言われたが、8:20にコール有り「よろしいですか?」と聞かれ「はい!」心の中では「もちろん」でした。スムーズに進み、骨密度、子宮がん検診もしましたが、なんと9:40終了。良かった! です。エコーのDr.「きれいですね」と言っていたら、うれしく気分がgood! コールの仕方も統一され、こち良かったですよ。

【回答】 温かいお言葉ありがとうございました。今後もきめ細やかな対応を心がけてまいります。

(健診センター職員一同)



【声】 先日は、夫が腹痛がひどく、どうしても救急車で運ばせて欲しいと言われお願いしました。共立病院さんがすぐに受けてくださり、パニック状態の夫を手際よく、大変親切に診て頂き、家族、本人ともに、とても感謝致しました。ありがとうございました。お世話になった先生方や看護師さんやスタッフの皆様、本当にありがとうございました。これからもよろしくお願い致します。

【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。

(広島共立病院 外来職員一同)

広島医療生協の介護・福祉事業案内

- あすなる生協診療所 ☎(082)845-5234
- ふれあいセンター協同 ☎(082)874-0455
- ・デイサービス(通所介護) ☎(082)841-2021
- ・デイサービスひまわり ☎(082)874-4085
- ・居宅介護支援事業所 ☎(082)874-4115
- 沼田診療所 ☎(082)848-4486
- ・小規模多機能ふれあい協同 ☎(082)555-5188
- ・デイサービス(通所介護) ☎(082)848-4486(代)
- ・ヘルパーステーション虹 ☎(082)225-7790

- ・広島市安佐・安佐南地域包括支援センター ☎(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



- ・共立ひよこ保育園 ☎(082)831-8388
- ・共立どんぐり保育園 ☎(082)577-1152

- 津田診療所 ☎(082)812-2048
- ・デイケア(通所リハビリ) ☎(082)812-2048(代)

- 三次地区
- ・訪問看護ステーションえのか ☎0824-64-8444
- ・居宅介護支援事業所えのか ☎0824-64-8444

広島医療生協の各診療案内 2019年7月～

広島共立病院

宍佐南区中須二丁目20-20 TEL:082-879-1111 FAX:082-879-1146
ホームページアドレス http://www.hiroshimairyu.or.jp メール kyoritsu@hiroshimairyu.or.jp

Table with columns for medical departments (健診, 禁煙支援外来, 被爆者外来, 内科, 脳神経内科, 精神科, 緩和ケア内科, リハビリテーション科, 外科, 乳腺外科, 心臓血管外科, 脳外科, 整形外科, 小児科, 眼科, 泌尿器科, 耳鼻いんこう科, 皮膚科, 婦人科) and rows for specific services and staff.

津田診療所 宍佐北区可部二丁目13-22 TEL:082-812-2048

Table for 津田診療所 showing medical services and staff.

沼田診療所 宍佐南区伴東七丁目38-10 TEL:082-848-4486

Table for 沼田診療所 showing medical services and staff.

あすなろ生協診療所 宍佐北区口田一丁目10-1 TEL:082-845-5234

Table for あすなろ生協診療所 showing medical services and staff.

□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。

コープ共立歯科 宍佐南区中須二丁目20-39 TEL:082-830-5181

Table for コープ共立歯科 showing dental services and staff.

広島共立病院 通院用 無料送迎バス時刻表

(平日・土曜日ダイヤ)

上安駅～大町駅～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 上安駅, 大町駅, and 広島共立病院.

※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)

フジグラン緑井～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 緑井 and 広島共立病院.

(土曜日ダイヤ)

フジグラン緑井～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 緑井 and 広島共立病院 on Saturdays.

●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 082-879-1223 FAX 082-879-6891

療養の心配事相談
TEL 082-879-1111(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

クイズタイムズ

【問題】タテとヨコのカギを解いてマス
をうめてください。A～Mまで
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：指折り待ってた「夏休み」、夏休みといえは…

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

1	2	3	4	5	6		
				D			
7						8	
						C	
		9					
			L				
11	12						
I							
16						17	
	M					A	
19			20				
							B
	21	22					
		H					
24				25	26		
27							
			F				
						28	
							K



- ① J 誠の道進みチームに流れを呼べ荒川から架ける夢の赤い橋
② 漢字で「おう〇〇」を逆にすると「〇ぼく」
③ ロキソプロフェンナトリウムを主成分とする鎮痛剤
④ 豚肉を塩漬けた食肉加工製品の一種
⑤ 〇〇〇鉄道は、名古屋にある博物館
⑥ 裁判で有罪も可能だが、特別な事情に配慮して検察が起訴しないこと
⑦ 〇〇と呼ぶ突起物をつけ、「眼」と呼ぶ3つの孔に鼻緒を通した履物
⑧ 主に、シエフチエンコ記念ウクライナ国立歌劇場で公演
⑨ ほかのことはさしおいて、まず第一に
⑩ 周南市にある504.1mの鐘状火山
⑪ 運転席と荷台が分離する自動車、後車を〇〇〇〇車という
⑫ 叶姉妹は、叶恭子と叶〇〇
⑬ カッタージ、リコッタといった〇〇〇は、手軽におうちで作れるそうです
⑭ 1989年に結成されたバンド、略して「〇〇チル」
⑮ JQQオオバケのQはオオバケのQ太郎頭のとつぺん
⑯ 〇〇〇本
⑰ 〇〇〇のケーキ
⑱ パラ科の多年草。種子に見える瘦果が付いた花托部分が食用とされる
⑲ キュウリに似ているが、カボチャの仲間。セイヨウナシ型や球形もある
⑳ 礼装や正装を必要とする場面では、豪華さと、日本人に最も似合う装いとされている
㉑ 低い部分を引き上げ、水準を高めること
㉒ 保険会社が将来の保険金の支払いのために積み立てる負債を〇〇〇〇準備金という
㉓ 結髪や髪型など含むための紙
㉔ 〇〇〇〇には、ヘリコバクター・ピロリ菌の感染と考えられています

- ⑳ 利益を得ようとする欲望
㉑ 福岡ソフトバンクホークスの本拠地で、通称「〇〇オクトーム」と呼ばれている
㉒ オガタマノキ属でこの仲間にはカラタネオガタマやミヤミカンシノウナギツキなどがあります
㉓ 国土面積は0.44km²と世界最小の国
㉔ 葉の付け根にできる芽、側芽。鱗片葉、花葉などを除く種子植物の葉に広くみられる
㉕ 「落穂拾い」などで知られる画家
㉖ 意地悪という意味ですが、悪ふざけたときや相手にちよつとからかわれた時などに使います
㉗ 1869年に開通。地中海と紅海を結ぶ
㉘ 小林一茶「雀の子」〇〇〇〇〇〇〇〇馬が通る」
- 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
- ◆締切は八月十五日
クイズ五月号の正解は、「ヤネヨリタカイコイノボリ」でした。応募総数は五十三通でした。当選者(敬称略) 土田 雅子(大塚西) 松尾 善道(高取北) 村岡かおり(己斐) 門脇 杏桜(古市) 緒方七奈美(東広島市)

歴史紀行

連載第八回

阿武山の 大蛇退治伝説!!

前回紹介した戦国時代の八木城主 香川光景の頃の天文元年(一五三二年)、当時の阿武山には象をも飲み込むほどの大蛇が出て、八木近隣の人々を脅かしていたとか。恐がってこれに近づくと、恐も無かった所、弱冠一八歳、一族の中で最も若く、勇猛果敢な香川勝雄が我こそはと名乗り出ました。古文書によると「背丈は六尺八分(一八〇cm)超の大男で骨太、髭づらで色黒く一五人力の怪力で、さながら仁王像のようであった」と云々。成



▲蛇王池大蛇鎮魂碑

敗に行った阿武山中腹で、襲いかかってきた大蛇の首を勝雄がエイッとばかりに二太刀で叩き切って落とすと首は辺りに飛び散り、落ちた所は血で赤く染まって池と化した。これを「蛇王池(じゃおういけ)」「首が落ちた辺を「蛇落地(じゃらくち)」と言い今も大蛇の霊を鎮める石碑が建てられています。



とところが後日談が：二〇一四年八月、この地を襲った豪雨土石流災害の後、最近有名な歴史学者の磯田道史氏が当時の古文書を調べてみると数百年前にもこの地で大規模土石流が起こっているらしく、石碑の辺りを今は「上築地(じょうちくち)」と言いますが、これはもと「蛇落地(じゃらくち)」であったろうと。「蛇落(じゃらくち)」とは古来土砂災害のこと、昔の人は後世に危険を伝えるために地名に意味を込めたそう、蛇落地(じゃらくち)「上築地(じょうちくち)」と数百年の間に不吉な地名から希望を感じる地名に変わった可能性が大きいと指摘します。阿武山中腹の山肌にもくつきり残る五年前の爪跡はまさしく大蛇の滑

俳句

夫よりの携帯電話あやめ咲く 河野美智子
カラオケへ笑顔の母夏帽子 桑升幸子
朝食の準備に急ぐとらが雨 竹本旬子
薄暑光寺町廃寺見学会 伊達和恵
夏来たる年下の子もオレと言ひ 寺本東子
梅雨晴れ間闊歩す黄色のハイヒール 石塚節子
夏帽子母語にほぐれる帰国かな 吉井美智子
たたみたる日傘の温み小脇にす 中村絹枝
笑み残し帰らぬ人や夏に入る 野田やよ子

落した跡のよう…大蛇退治伝説は実は五〇〇年前の大土砂災害を伝える民間伝承で、ひよつとすると豪雨大土石流の中で、村人たちが守るため果敢にこれに立ち向かった若者の姿だったのかも知れません。(つづく) (郷土作家 つかさまこと)

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一〇七回発表!)

筋トレで健康維持と笑顔の輪 東広島市 田原里依子
ジイジの歯いつ生えるのと孫が言う 中筋 湯浅 博明
新緑の日かげさがして犬をひく 口田 石原 清美
父の日の父の遺影の若かりし 緑井 小杉 慶江



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下さい。写真と合わせてコメントをお願いします。
- 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。
※本紙は広島医療生活協同組合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 広島医療生活協同組合健康まちづくりセンター
連絡先: TEL(082)879-8124 FAX(082)879-8182

クイズ回答 ハガキより 組合員の声

昨年の豪雨災害からもう一年になります。私が住んでいる団地内もがけ崩れや土石流がありました。この度、団地内防災マップが自治会より作成・配布されました。非常時予エックリストなどの記載もあり、携われた方々にとても感謝しています。(口田南. N・T. 69才)

「歴史紀行」毎回楽しみに拝読しています。広島市の歴史に疎い他県出身の私にとって良い勉強になっています。今回は相田の正伝寺さんの事を知り、よく散歩に訪れているので、改めて見る目が変わりました。今後も楽しみにしています。(高取北. M・T. 65才)

戦争発言した丸山議員には驚きました。即刻議員を辞めるべきです!! あんな人が議員になっているなんて悲しくなります。(口田. T・I. 72才)

6年前、乳がんを見つけて下さったのが青木先生、そして手術をして下さったのが高永甲先生、お二人の先生が共立病院から卒業されるのは残念です。シリーズ第33弾〜広島共立病院のプロフェッショナルたち〜を読み終えて熱いものが込み上げてまいりました。感謝しかありません。ありがとうございました。(毘沙門台東. M・A. 58才)

カーブの戦績に一喜一憂してます。おかげで血圧も上下をいったりきたり! 体調はボチボチ。(緑井. Y・N. 76才)

七夕の夜空、天の川を眺めながら **組合員活動**

「健康まつり2019」を開催! 5月26日(日)

5月26日(日) 広島医療生協のおまつり、「健康まつり2019」が広島共立病院駐車場で開催され、天気もよい中約2,200人の参加で賑わいました。病院から恒例のお仕事体験コーナーには、リハビリ、薬剤科、検査科が出展し、子供たちに大人気。健康チェック、歯科チェック、介護福祉コーナーもたくさんの人で大盛況でした。地域支部も食べ物コーナーなどで出店。また7月に広島で開かれる中四国組合員活動交流集会実行委員会では、タコ焼きに形が似た手作りの鈴カステラや物品バザーで賑わっていました。

まつり会場に隣接する虹の会館1階「ほっこり」の屋内特設ステージでは、ゆるキャラのハートンやクッキー&キャンディのバルーンアート、地域のフラサークルや子供たちのダンスパフォーマンスなど様々な出しものが、呉を拠点に地元広島を中心に活動している落語家、ジャンボ衣笠さんは広島弁爆笑落語で大いに会場を沸かせていました。気温も30℃と5月なのに夏のような陽ざしでしたが、大人も子供も楽しく過ごせた1日となりました。^^;



支部総会の紹介 4/25

— 相田支部 —



4月25日(木) 安ふれあいセンターにて、相田支部総会が29名の参加で行われ、まとめと方針、目標を全員で確認しました。また、「つながりマップ作り」に取り組み、地域に色々なサロンが有り、百歳体操など健康づくりをしている、それを地図に落とし全体を見ると「介護と介護予防のマップ」だと気づき支部の組合員に生かせると感じました。高取北・安西地域包括支援センターに行き交流もしました。マップ作りはセンターと地域の人を結ぶものだと喜ばれ、安小学校区社会福祉協議会の事務局と懇談し、地域のサロン状況を詳しく知らせて頂きました。

つながりマップは知恵を出し合い作り直して、分かりやすく表し、裏にサロン紹介を載せ、支部総会で配布。

包括支援センター長さんが「介護保険の申請から使い方」を分かりやすく話されて、つながりマップと関連できました。弁当を食べながら和やかに交流も出来ました。(H・I)

ピーマンの
美味しい食べ方~!

作ってみて!!
私の一品
No.47

今月のレシピ ツナ詰めピーマンの スープ煮



- 〈材料〉(4人分)
- ピーマン ……………大8個
 - タマネギ …………… 1個
 - ツナ缶 ……………大1缶
 - パン粉 ……………1カップ
 - A 溶き卵 ……………1個分
 - 塩 ……………小さじ1/3
 - コショウ ……………少々
 - B 固形スープの素 ……1/2個
 - 水 ……………1カップ
 - 塩 ……………小さじ1/2
 - コショウ ……………少々
 - サラダ油

- 〈作り方〉
- ①ピーマンのへたのまわりに切り込みを入れ種を取る。
 - ②タマネギをみじん切りにしてサラダ油小さじ1と1/2でしんなりするまでいため、ボウルに取る。
 - ③②にAを加えてよく混ぜ合わせ、8等分して①に詰める。
 - ④鍋にBを合わせて煮たて、③を入れ、ふたをして弱火で10分煮る。上下返し、味がなじむまで約10分煮て器に盛る。

(あすなる地区)