

一人は万人のために
万人は一人のために

3月15日現在
組合員数 43,228人
出資金 14億2,038万円

からだくらし

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.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

広島共立病院 地域看護支援室のご紹介

地域と共同した 看護の実践をめざして

広島共立病院 看護部 地域看護支援室

副総看護師長 認定看護管理者 村岡 智恵

地域看護支援室は、二〇二〇年度から新設された、保健師・看護師(認定看護師含む)・准看護師が所属する職場です。

【すべての対象者を「生活者」として支援し、「地域」をフィールドとした「看護」活動の実践に向け、「保健・看護・介護」の連携ならびに院内の連携に貢献するヘルスプロモーション活動を遂行】するビジョンを掲げ看護の役割を遂行しています。

看護師が入院・外来にかかわる専門的な看護介入を行い、介護領域においては、看護師がデイケア・訪問診療に携わる利用者の方を「生活者」として捉えた看護の役割を發揮しています。

病院内の役割として、保健領域においては、保健師が健診センター内で健康に繋がる指導や健診結果作成の役割を遂行し、看護領域においては、認定

病院内の活動では、ふれあいセンター協同内の「にじいろ保健室」に参画し、地域に看護が融合する活動を目指し実践しています。今もなお、長期化する新型コロナウイルスの感染状況が続く中、

職場スタッフ

地域に出かける時は、この「ピンク」のTシャツを着て活動しています



ふれあいセンター協同内「にじいろ保健室」ハンドバスの一場面
ココロとカラダを癒します



地域の様々な方から【看護】が求められている声を聴き、私たちが目指す地域看護活動の原動力となつていきます。これからも、社会福祉協議会の方々や地域包括支援センターの方々との連携をはかり、共同した地域活動の実践を強化していきたいと思ひます。

私達、地域看護支援室は「ホスピタリティ」を追求し、広島医療生協の「コミュニティナース」と呼ばれるよう、これからの地域に向けた看護活動フレキシブルに行い、ヘルスケアの展開をおこなつて参ります。地域のみなさまの期待に応えられるよう頑張り参ります。いつでもお声かけ下さい！よろしくお願ひします。

安佐・安佐南地域包括支援センターとの共同依頼出張「ハンドバス」看護相談として日々の想いを汲み取り寄り添います

社会福祉協議会との共同「地域サロンに向けた健康講座」

写真:弘徳団地HPより引用



先月三月一日付け、広島市広報「市民と市政」に、「昭和二十年八月六日に降った、広島黒い雨に遭われた人へ、要件を満たせば被爆者健康手帳が受け取ることができまふ」と記載がありました▲被爆者健康手帳取得の要件を讀んでビックリ、「障害を伴う一定の疾病にかかっていること」と記されていたのです▲国は、二〇二一年七月一四日、広島高裁判決を受け、控訴を断念、原告全員に被爆者健康手帳を交付しました。広島高裁判決では、地裁判決が「被爆者認定には、黒い雨の暴露だけではなく、疾病の発症が必要」としたのに対し、「疾病の発症」を要件から除外しています▲広島医療生協は安佐南・北区を中心とした「黒い雨」被害者の被爆者健康手帳申請に積極的な力を注いできました▲今こそ国・広島県・広島市は高裁判決を重視し、「黒い雨被害者全員に、被爆者健康手帳を交付することを求めまふ」▲私たちは、全ての「黒い雨被害者」が被爆者健康手帳を取得できるまで奮闘する決意です。(T・F)

虹の旗



研修医 レポート



迷ったら#7119へお電話を

広島共立病院 研修医 若林 大智

救急車の出動件数

が年々増加の一途を辿っており、特に問題になってきているのが救急車の不適切利用です。核家族化の進行に伴い、症状等を

相談できる家族が身近に居ないが故に安易に救急車を呼んでしまうケースが多いように感じますが、急な病気や怪我をした際に救急車を呼ぶべきか、自分で病院に行くべきか、判断に迷った際にお電話で相談できる窓口「救急相談センター」広島

広域都市圏#7119が平成三十一年より開設されています。窓口では看護師が病気や怪我の症状を把握し、緊急性や応急手当の方法、適切な医療機関などの案内を行い、緊急性が高いと判断した場合にはそのまま119に繋いでくれます

ので、「身体の具合がいつもと比べて何だか変だな」そんなときは気軽に相談されることをおすすめします。



看護師 レポート

私たちができる基本的な感染対策

広島共立病院 感染管理認定看護師 山下 典恵

私たちができる基本的な感染対策は何があるでしょうか？感染症にかからないためには予防が大切です。細菌やウイルスは私たちの手に付着し、その手で鼻や口などに触れることに

よって体内に侵入し感染します。細菌やウイルスにとって手は移動できる道具です。道具である手をきれいにすることは、自分や周りの人にも感染を拡げることが防げることが極めて有効な感染対策

です。また感染症にはワクチンで予防できるものもあります。ワクチンを打つことで免疫を獲得し、ウイルスなどが体に侵入してもかからない、または症状が軽く済むようになります。

手をきれいにし、必要なワクチンを接種して予防できる感染症にかからないうようにしていきます。



3月 理事会だより

(3月19日 開催)

1. 新型コロナウイルスの感染拡大と対応

広島県のまん延防止措置が解除された後、再度感染者数が増加傾向にあるため、理事会はリモート開催となりました。共立病院の入院患者の感染は数名で収まり収束宣言となりました。病院・診療所では3回目ワクチン接種が行われており、3/20の虹の会館でのワクチン接種は200名を超える予約が入っています。

2. 第63回通常総代会の議事について

6月25日の通常総代会に第8次長期計画を含めた8つの議題を提案することを確認し、現時点での中期計画及び2021年度のまとめと2022年度方針(案)について確認しました。併せて長期不明組合員処理の見通しと、組合員増やし・増資の状況について確認しました。

3. 2022年度予算案について

2次予算の積み上げでは2億円の必要利益には到達しておらず、3月末の3次予算集約に向けて検討を進めることを確認しました。

4. 春闘について

労働組合との団体交渉を3/9に行ったことが報告され、賞与を含めた2次回答について4月の常務理事会に一任することが確認されました。

5. その他

共立ひよこ保育園の園長が定年のため交代となります(脇園長→田辺園長) 県北地区の松田理事より辞任の申し出が承認されました。 医師給与規定の改定を承認しました。

2022年度 広島医療生活協同組合

第63回 通常総代会の招集

広島医療生協 理事長 坂本 裕

広島医療生協定款第50条に基づき、第63回通常総代会を開催します。
記

日時 2022年6月25日(土) 午後(予定)

会場 佐東公民館2階「ホール」(安佐南区緑井6丁目29-25)(予定)

*新型コロナの感染状況によって、変更になる場合があります。ご了承ください。

職場紹介 シリーズ ~第25回~

広島医療生協 本部総務部



本部総務部は、職場長含め全員で5名という少人数の職場です。職員の給与計算や社会保険事務を主に行う「庶務」、生協の事業活動の元手となる出資金の手続きと出資状況の把握を主に行う「組合実務」、法人全体の資金の動きや経営実績を記録して、入出金の管理や納税などの決算業務を行う「経理」、以上3つの担当で構成されています。手続きを通して地域の組合員の方々と直接関わる窓口であるとともに、生協の全事業所の職員が快適に業務を行うために縁の下で支える部署でもあります。

組合員や職員が手続きを円滑に進められるように、居心地の良い雰囲気づくりを心がけています。

これからも生協の基盤組織のひとつとして、職員一同頑張っております！

広島医療生活協同組合 広島医療生協 第1号・2号議案 ダイジェスト版

〈2021年度のまとめ〉

医療福祉生協の地域包括ケアの実現

健康づくりや居場所づくりの取り組みはコロナの影響で活動自粛が長期化する中で、組合員のフレイル予防として、オンラインストレッチを実施しました。また、公式LINEアカウントを活用し、情報発信や「つながり」づくりを行いました。助け合い活動のコーディネーターとして、健康まちづくりセンターにケアマネジャーの配置を10月から開始しました。



メンバーの自宅と会場をオンラインで結び、ストレッチ体操を開催。コロナ禍でもつながりを断つことがないように工夫しています

協同組合間共同・連携

各生協の事務長・部長への経営指導と併せて、各生協で重点エリア（拠点事業所）を1か所定め、エリアリーダー候補に対する経営やマネジメントに関する研修を開始しました。圏域の組合員を健康な時から人生の最期まで支える事業と組合員活動の拠点づくり・新たな事業構想の検討とチームケアを実践し、経営改善にもつなげていきます。

「いのちの章典」を実践する人づくり

3期目となる生協学校を開校し、7名が卒業しました。組合員と職員がそれぞれの立場から率直に意見を出し合い、学びあい、成長できる場となりました。

健康づくり

「けんこうチャレンジ2021」は、県内3つの医療福祉生協や広島県農業協同組合中央会（JA）、生協ひろしま等の共催で、昨年比88.6%の1,006名（報告カード提出者数）の実施となりました。毎年懇談会を行っている安佐南区地域支え合い課の窓口への設置と安佐南区が行っている子育てイベントで配布を行えるようになりました。し

かし、新型コロナウイルスの影響で例年取り組みをお願いしている小学校に要請ができず、配布部数が伸び悩みました。

患者・利用者のニーズに応えた医療福祉活動

新型コロナウイルス感染予防対策では、広島共立病院の入院患者のPCR検査、定期的な職員のPCR検査の実施を継続しています。6月から当院のかかりつけ患者を対象にワクチン接種を実施し、2月からは3回目接種を行いました。また、発熱外来では外にドーム型待合、検査室を設置しました。また第5、6波時には感染者入院受け入れ準備を行いました。

経営の安定をめざして

1月末現在、経常剰余2億104万円の黒字となり、予算を1億1,242万円超過しています。コロナ禍で事業に影響が出る中で、積極的な医療・介護活動を行い、事業収益は前年度を3億5,553万円上回っています。黒字の積み重ねにより、累積赤字は10億円まで減少しました。

2021年度経営見込み（2022年1月末現在） 単位：千円

Table with 6 columns: Category, Actual, Budget, Budget Difference, Previous Year Actual, Previous Year Difference. Rows include Business Income, Business Expenses, Personnel Costs, Depreciation, Business Profit, and Regular Profit.

〈第8次長期計画（案） 2022年度～2026年度〉

1. 広島医療生協の使命

「地域まるごと健康づくりをすすめ、いのち輝く平和な社会の実現をめざします」

2. 5年後にありたい姿・5年後の到達目標

- ビジョン1 地域に人と人とのつながる場があり、人生を自分らしく生きるための健康づくり、まちづくりをすすめています。
ビジョン2 地域に必要な事業を協同の力で創り出し、くらしの安心・満足を高めています。
ビジョン3 地域の健康とくらしを支えるために10億円の累積赤字を解消し「足腰の強い」経営を実現しています。
ビジョン4 互いを尊重し多様性を認め合う、平和で公正な社会をつくるため、積極的な役割を果たしています。

〈第7次長期計画のまとめ 2017年度～2021年度〉

特長は

○医療生協のめざす地域包括ケアの取り組み

- 医療や介護の公的責任を明確にし、切れ目なく、住宅・医療・介護・介護予防・生活支援の事業と活動をすすめ、誰もが安心してくらするまちづくりに貢献してしました。
3つのつくるチャレンジに取り組み、各支部で必要なテーマを設け「つながりマップ」作成に取り組みました。「居場所づくり」では行政の助成を受けたサロンをはじめ各地域でたまり場、通いの場ができました。「地域包括ケアを担う支部づくり」では、大町準備支部の復活がありました。

○健康な生活を作り出す活動

- 「けんこうチャレンジ」のとりくみは、広島県生協連合会の主催となってから6年目を迎えました。2017年度から県内3つの医療福祉生協の取り組みが始まり、実行委員会にはJA、生協ひろしま等が共催となり、広島県も参加しています。2021年度は県内で3,864名（当生協1,006名）の参加がありました。
2020年度は初めて広島中央保健生協と合同で広島市健康福祉局との懇談を行いました。今後は両生協で市と協力できる取り組みを論議して、定期的な懇談を行う予定です。2021年度は、三者連携で「健診受けて良かったエピソード」を募集し、全体で12件、うち広島医療生協から7件（医科6件、歯科1件）の応募がありました。

○事業活動

- 広島共立病院は、新病院から3年半～8年半が経過したことになります。安佐南区唯一の総合機能を有する病院として、地域医療および地域包括ケアの拠点としての役割を發揮しています。保健・医療・介護の質を向上させ総合的な展開をしていくとともに、地域での保健・医療・介護・生活の切れ目のない連携を推進し、無差別平等の地域包括ケアを実現しています。
経営活動では、第7次長期計画の初年度である、2017年から新病院建設借入37億円の返済が始まり、既存の借入と合わせて年間最大3.1億円の借入返済に対し、必要な利益が確保できなかったため、2017年～2019年度にかけて多額の資金が流出し、経営危機を迎えました。その後2020年度以降は新型コロナによる新たな経営危機に対し、組合員による増資活動や入院患者増による増収、介護事業所の経営改善と合わせて補助金獲得の取り組みにより、2年連続して大幅な増収増益を勝ち取り、当面の経営危機を脱しました。

○社会保障と平和を守る活動

- 無料低額診療事業は、実施機関の基準条件整備、パンフレット刷新などを検討しました。沼田診療所で定期的な相談会を行っています。
2021年9月「黒い雨プロジェクト」を立ち上げ、相談員を育成し、安佐南区・安佐北区を中心に相談会を開催しました。

(2) 診療所の活動・訪問系介護事業の活動

- 第2歯科診療所の医療構想をまとめます。
- あすなる生協診療所の将来構想を具体化し、新たな介護福祉事業への参加を検討していきます。
- 医療生協らしく地域と共にある訪問看護ステーションとして、その人らしく地域で幸せに暮らせる在宅療養支援を目指します。地域の要求に応え地域の組合員さんと共に安佐地域で存在感のある複数の訪問看護として確立します。まず第1号としてふれあいセンター協同内に定期巡回型訪問介護看護(一体型)を立ち上げモデルケースを創り上げ安定した経営と共に地域貢献し他地域への拡充を計画実践します。もみじ、えのかわ訪問看護ステーションはそれぞれ地域性を活かし更なる医療介護福祉の連携を強化し地域包括ケアの位置づけとして訪問看護活動を展開します。

(3) 被ばく者医療・被ばく者支援

- 「黒い雨」問題で、組合員や職員向けの相談員養成の学習会、地域での被爆者健康手帳申請相談会による申請支援を行います。



黒い雨相談会の様子

- ノーモア被ばく者訴訟、福島原発ヒロシマ訴訟など、各種訴訟の支援を継続します。

(4) 子どもへの支援

- 保護者が子育てをしながら安心して働き続けることができるよう支援し、保育の質の向上と経営の改善を進めていきます。

(5) 組合員の事業参加

- 事業所利用委員会は、各事業所の活動の交流を行い、利用しやすい事業所になるよう意見交流を行います。
- 事業所利用委員会は、専門職との懇談を計画します。
- 事業所ボランティア委員会は、病院・診療所におけるボランティア養成講座、緩和ケアボランティア養成講座を開講します。

7. 平和の活動と社会保障の充実

～核兵器禁止条約発効の年に被爆地ヒロシマから、核兵器廃絶に向けて運動を推進し、人間らしい生活の保障と平和で公正な社会づくりをすすめます～

- オンラインによる原水爆禁止世界大会および「ピースアクションINヒロシマ2021」への参加を通じて、全国の団体と連帯し、核兵器廃絶運動を高めていきます。
- 核兵器禁止条約発効を受けて、「唯一の戦争被爆国 日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」に広島医療生協全体で取り組みます。
- 75歳以上の医療費窓口負担2割化撤回を求める運動に引き続き取り組みます。
- 敬老パス制度実現のため、世論を高めていきます。
- 一支部一要求運動を通じて、誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりを目指します。

8. 組織づくり

(1) 地域のつながりづくり

- 引き続きオンラインを活用したつながりづくりを進めます。活動自粛期間でも、フレイル予防やつながり維持ができるよう工夫していきます。
- あらゆる世代のそれぞれの要求を掴んで活動を進めます。

(2) 生協を強くする活動

- 組合員ふやしは、2,000名を目標とします。
- 増資活動は、1億2,000万円を目標とします。
- 積み立て増資者は支部で1,500名、事業所では1,500名(職員の積立含む)を目標にします。
- 増資実人数は7,000名目標とします。
- 班会開催・班づくりは1,500回・31班を目標とします。

(3) 広島医療生協の活動を知らせる活動

- 法人ホームページ、ブログ、フェイスブック、LINE、YouTubeなどを活用し、医療生協の活動を知らせます。

9. 経営・マネージメント

～マネージメント力を強め、必要利益を確保し、

経営の安定を図ります～

- 事業を通じて4億5,000万円以上の資金を確保し、事業を維持するための設備投資(1億4,000万円)と長期借入金元本返済(2億8,000万円)を賄います。
- そのための必要利益(経常剰余)2億円以上の黒字を達成します。
- ISO9001マネジメントシステムを活用し、職場マネージメント力を強めます。
- 「いのちの章典」と「民医連綱領」の実践を確認、評価できる内部監査員を養成します。

10. 専門職等の確保・養成

- 2022年度卒後臨床研修医は定員の3名を確保します。
- 診療所所長対策プロジェクトをすすめ、診療所を担う医師の確保に努めます。
- 各職種において事業構想に対応して計画的に採用します。
- 介護人材確保、在宅での生活を最期まで支える事ができる人づくりとして、生協10の基本ケアの学習を組合員とも連携して取り組みます。



国民平和大行進

〈2022年度の方針〉

基本方針(品質方針)

- 1.誰もが安心して住み続けられるまちづくりをめざして医療福祉生協の地域包括ケアを実現します。
- 2.医療福祉介護の質の向上を追求し、患者・利用者の満足度を高めます。
- 3.地域のニーズに応える医師をはじめとした専門職の確保をすすめ、理念を共有する組合員を育成します。
- 4.様々な人びとと力を合わせ、権利としての社会保障と戦争をしない国を守り抜きます。

1. 医療福祉生協の地域包括ケアの実現

- 最期まで安心して暮らせる地域づくりのために、地域の助け合い活動や担い手育成を行い、組合員活動(健康づくりや助け合い等)と医療・介護事業所の連携を強化し、健康な時から虚弱、要介護から終末期までを切れ目なく支えます。またこれらの連携を病院・診療所圏域で進め、広島医療生協版の地域包括ケアを実現させます。
- 地域包括ケアの中核に、組合員の自主的活動としての健康づくり、居場所づくりを位置づけ、介護予防や生活支援に活かします。
- 他団体(生協間・地域包括支援センター・町内会など)との連携をさらに深め、地域のくらしを支える活動を広げます。
- 地域組合員や利用者、生活困難を抱える人などを支えるための受け皿(サロン・たまり場や事業受託、介護事業の展開)を小学校単位でつくります。
- 継続して安佐南区、安佐北区の生活支援体制整備区域協議体に参加し、地域づくりの役割を果たします。

2. 協同組合間共同・連携

- 2022年の協同福祉会のコンサルではふれあいセンター協同を介護の拠点とし、拠点事業におけるチームケアができる人材育成を行うとともに、介護事業の経営改善や質の向上を目的に協議を行っていきます。

3. 「いのちの章典」を実践する人づくり

- 地域の状況や地域を取りまく情勢を学びます。
- 医療福祉生協連の2030ビジョンブックレットを活用して学習し、生協や支部や事業所の存在意義を確認し、将来ありたい姿の実現にむけて話し合います。
- 参加者を拡大し、担い手として成長できる生協学校を開催します。

4. 災害支援・災害対策の活動

- 新型コロナウイルス感染予防対策の継続、必要な対応を行います。
- 生協としての災害対策を検討する委員会を設置し、BCP(事業継続計画)を作成します。



広島共立病院発熱外来専用テント

5. 健康づくり

「地域まるごと健康づくり」の運動を具体的に取り組みます。

- 「健康サポーター養成学校」の未開催支部に開催できるよう支援をします。コロナ禍でも開催できるように、オンラインで講義を行うなど工夫して開催します。
- 「健康サポーター交流会」を発展させ、「健康づくり学習交流会(仮)」を開催します。あらゆる機会を通して健康サポーターの活躍の場を広げます。
- 「けんこうチャレンジ」を今年度も取り組みます。けんこうチャレンジの経年的な取り組みの習慣化と参加者の拡大を図ります。
- 広島市健康福祉局や安佐南区、安佐北区と協力して健康づくり活動を行えるよう懇談を進め、学習会を企画します。
- 「フレイル予防運動」「すこしお生活」の普及を、各支部と協力して進めます。
- すこしおモニターに参加します。すこしお生活に関心を持つきっかけとなる学習会を開催するなど呼びかけを工夫し、参加者の拡大を図ります。
- 健診受診者数の拡大に取り組みます。大腸がん検診は支部目標の達成を追求して取り組みます。

6. 医療福祉活動

(1) 病院機能向上

- 全日本民医連の医療・介護活動の新しい2つの柱、「①貧困と格差、超高齢社会に立ち向かう無差別平等の医療・介護の実践、②安全、倫理、共同のいとなみを軸とした総合的な医療・介護の質の向上」を実践します。チームでの取り組みを重視し、院内外での多職種協働による質の高いチーム医療を追求します。医療活動においては、医療の4本柱として急性期医療、リハビリテーション、緩和ケア、ヘルスプロモーションに重点をおいた取り組みを実践します。
- 地域包括ケアシステムの拠点病院としての位置づけと生活を継続する病院の視点を、全職員が持ち、無差別・平等の地域包括ケアを実現するための連携をよりすすめます。在宅医療は地域開業医と連携をとりながら、病院近隣の訪問診療を行いニーズに引き続き応えていきます。

広島医療生協の各診療案内 2022年4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

Main table listing medical departments (e.g., 健診, 内科, 外科, 小児科) and their respective doctors and schedules.

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 department (内科) and doctor schedules.

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 department (内科) and doctor schedules.

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 department (内科・小児科) and doctor schedules.

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 department (午前, 午後, 夜間, 往診) and doctor schedules.

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 departure and arrival times for the route between 上安駅, 大町駅, and 広島共立病院.

※定員13名通勤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 departure and arrival times for the route 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 departure and arrival times for the route 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

*上安：喫茶「いっせいでん」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

クイズ回答
ハガキより

組合員の声

◆週3日、実母の介助に実家通いをしています。今年は寒くて、年齢と共に寒さはこたえます。「からだとくらし」は、共立病院内の情報を知るのに大変役立させてもらっています。
(倉掛 Y・O. 70才)

◆総合診療科についての内容が大変わかりやすく解説しており、専門治療の必要性がなくなった後も気軽に相談できる体制であることがよくわかりました。患者にとっては病院の敷居が低いことでホッとします。
(八木 T・N. 85才)

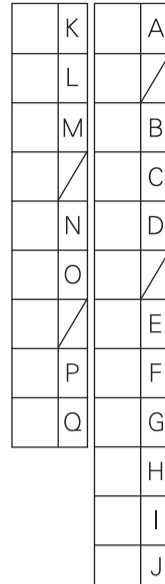
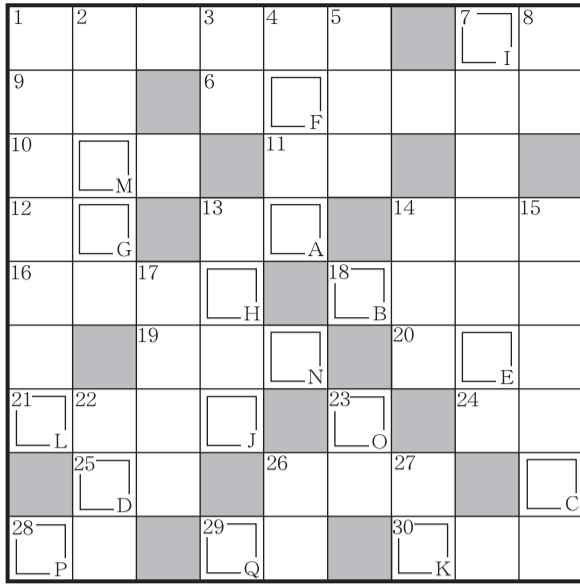
◆今年も共立病院健診センターから健康診断のご案内をいただきました。1年が経つのが本当に早い!!! 今年もしっかり診ていただこうと思います。
(緑井 H・Y. 70才)

◆コロナ禍で外出を控えていることもあり、テレビのニュースをよく見ます。毎日、残酷な映像が流れますが、一日も早く世界中に平和が訪れることを祈るしかありません。
(真亀 N・Y. 81才)

◆月一回の「からだとくらし」は、ボランティアで役員の方が届けて下さいます。楽しみです。中に折り込んであるニュースも支部のことがわかります。以前、親戚の者が親の介護で迷っている時、「えのかわ」でとても親切に対応していただき、いとも組合員に入ったようです。健康で長生きしたい…はみんなの願いです。そのためには今を自分で努力することが大切なのでね。
(三次市 N・M. 68才)

◆今年から高校生になります。以前はよく病院に通っていましたが、おかげで元気になりました。高校に行っても頑張ります。
(毘沙門台 D・J. 15才)

◆「起訴相当」でやっとなり辞職する県議・市議。でも、選挙でまたまた税金を使うのですよね。怒りが湧いてきます!!
(口田 T・I. 75才)



【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～O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: 桜満開。曲のタイトルにも桜 桜 桜



- 【カギ】
- ① 大野豊の背番号を受け継ぐカープ期待のドラウ
 - ② ○○○○平行棒は、女子のみで行われる体操の種目
 - ③ 放牧場などの柵
 - ④ 戸主が家督を他の者に譲ること
 - ⑤ ハンドモデル
 - ⑥ 梶原一騎原作の「巨人の星」に登場する熊本出身の巨漢スラッガー
 - ⑦ ○○○島大橋は、通行料無料の橋として日本屈指の長さ1780mを誇る
 - ⑧ 市区町村の役所に登録した印鑑
 - ⑨ ○○○表は、あらかじめ推算した各地の潮汐をまとめたもの
 - ⑩ キリシタンの唱える祈祷のうち、旋律をもつもの
 - ⑪ 仕事、商売、所属など、それまでのものから別のものにかえること
 - ⑫ 一六銀行とも呼ばれる
 - ⑬ ○○○レーザはメイプル超合金のボケ担当
 - ⑭ ドリアン助川原作の小説を河瀬直美監督が映画化、主演は樹木希林
 - ⑮ ○○○カーとは、衝突被害軽減ブレーキなどの先進安全技術を備えた車の愛称
 - ⑯ 【カギ】
 - ⑰ ① 多分貴方はいつもの店で 酒を飲んで○○○○○○○○
 - ⑱ ○○○○○○○は机の上に 短い手紙をそえておくわ
 - ⑲ ① 一万円○○、五千円○○、千円○○、○○入れ、○○束
 - ⑲ ② 自分の引いた牌で和了すると「ツモ」、相手の捨て牌で和了すると「○○」
 - ⑲ ③ 北陸では、メバルやカサゴのことを総称して○○○と呼ぶそうです
 - ⑲ ④ ○○ニアは、キプロス北部の地中海に面した町で旧港と城壁で有名
 - ⑲ ⑤ ○○○マフィン、ラグドールから派生した猫
 - ⑲ ⑥ 加減乗○○
 - ⑲ ⑦ ○○○書士、○○○警察、○○○解剖、○○○試験
 - ⑲ ⑧ キルケゴール「○○○○は悪の根源である」
 - ⑲ ⑨ 日本古来の歌で、神楽歌、催馬楽、風俗歌などの総称
 - ⑲ ⑩ ○○○ミネリは、1972年「キャバレー」で主演女優賞を受賞
 - ⑲ ⑪ 「なみたの○○○」は、殿様キングスのヒット曲
 - ⑲ ⑫ ○○○○州の州都はランシング、最大の都市はデトロイト
 - ⑲ ⑬ 馬に騎乗する際に用いる馬具の一種
 - ⑲ ⑭ ○○○は万代の宝
 - ⑲ ⑮ 狩人の「8時ちようど」の○○○2号
 - ⑲ ⑯ 現在、「8時ちようど」の新宿発は○○○5号
 - ⑲ ⑰ マメ科植物の種子を包んでいる殻
 - ⑲ ⑱ ○○○を落として舟を刻む
 - ⑲ ⑳ 「崖の上の○○○」は、宮崎駿監督の作品

◆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

◆締切は五月十五日

クイズ二月号の正解は、「ハツ雪コナ雪 ササメ雪雪ガッセン雪ミザケ」でした。

サ	ヨ	ナ	ガ	ラ	ガ	ラ	ミ
カ	ル	ガ	チ	ハ	ル	ラ	ン
ク	サ	ジ	ヨ	ウ	ミ	ン	コ
ラ	ツ	キ	ヨ	ウ	ゲ	ン	コ
シ	リ	ウ	セ	キ	ト	リ	イ
ヨ	ボ	ウ	ゲ	ン	ソ	ク	イ
ウ	リ	ン	ウ	ゲ	ン	ス	イ
ゴ	ツ	シ	ナ	ス	イ	ス	ダ
ワ	イ	ド	ビ	ユ	ー	ヒ	ダ

正解者は四十六人でした。
当選者
眞鍋 正明様(口田)
占部伸一郎様(中須)
城仙 栄子様(長束)
七森ゆう子様(八本松)
宮崎 淳様(亀崎)

文芸作品投稿募集中! 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・俳句・短歌など、ジャンルは問いません。
●携帯・スマホなどの端末からもお気軽に応募ください。ご意見や要望などもお気軽に。

※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お返しいたしません。

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 健康まちづくりセンター
機関紙編集部 宛
連絡先: TEL(082)879-8124
FAX(082)879-8182

医療生協 Facebookもぜひご覧下さい!

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
・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)

・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

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
・居宅介護支援事業所 ☎(082)874-4115
・小規模多機能ふれあい協同 ☎(082)555-5188
・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
・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わ ☎0824-64-8444
・居宅介護支援事業所えのかわ ☎0824-53-1888

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一三五回発表!)

月命日叱ってほしい父の声 中筋 湯浅 博明
大声で気分転換笑いヨガ 八本松 田原リエ子
朝起きて今日の体調すぐわかる 中須 杉 ひのき
花さくら風に掛かるのはウクライナ 安川 川 瀬 実

俳句

シエルターの子声震わせて二月果つ 石塚 節子
春光や惨状の国思い馳せ 野田やよ子
少年が青年と成り卒業す 寺本 東子
春立つや孫にあごひげ生えていて 中村 絹枝
日本酒の試飲を母と春隣 吉井美智子
二人して春蘭展の植物園 伊達 和恵
入試終え声弾ませる彼の顔 桑升 幸子
黄水仙ベッドサイドに生けてある 河野美智子

春、桜満開の季節 3密を避けて楽しもう♪ 組合員活動

健診サポーター養成講座 ～健診を受けよう、みんなに勧めよう～

安佐南保健センターとの共催企画

コロナの影響で健診の受診控えはありませんか。仕事や家事など日々の生活に追われ、自分の体を振り返る機会を失っていませんか。健診の受診は、自分では気が付かない体の変化を知る貴重な機会です。積極的に声を掛け合い、受診を広げましょう。安佐南区の特定健診の受診率は、広島市全体で2番目となっており、広島市の平均よりも高い受診率となっています。しかし、ここ数年の受診率の変化を見ると、新型コロナウイルスの影響もあり、平成30年度から令和元年度は横ばいとなっています。安佐南区の受診率も向上が必要です。健診サポーター養成講座を受け、改めて健診について考えてみましょう!

健診サポーターは決して特別なことをしなければいけないわけではありません。まずは自分の健康について振り返る機会を持ちましょう。参加をお待ちしています。



- ◆日時：令和4年5月30日(月) 10:00～12:00
- ◆場所：広島医療生協 虹の会館 1階ほっこり (安佐南区中須二丁目19番6号)
- ◆内容・講師：生活習慣病について(安佐南保健センター 医師) 健診(検診)について(安佐南保健センター 保健師)
- ◆申し込み先：健康まちづくりセンター TEL(082)879-8124

介護者のつどい 3/7

—理事会福祉活動委員会—



理事会福祉活動委員会が主催している「介護者のつどい」を、虹の会館1階「ほっこり」で開催しました。2021年度は4回シリーズで行い、最終回の4回目は「こんなときどうする ～悩みを共有しましょう～」と題して、広島共立病院 久保田認知症認定看護師を講師に交流会を行いました。参加者8名の方には、ご自分の介護に対する悩みをお話していただきました。毎回参加いただいている方もいれば、今回初めて参加された方もいらっしゃいました。お話の中で「介護をする中で孤独を感じていた」「父の認知症状が進むことがとても不安」といった悩みから、「ここに参加して自分の介護に対する視野が広がった」といった意見がありました。参加者同士で介護に対する悩みを共有することで、参加者の心の負担も少しは和らいだのではないかと思います。最後に「今後もこうした機会があれば参加したいという」参加者からのご意見もいただき、来年度も引き続き開催していきます。

組合員のひろば ~No.5~

『ひな祭り』

毎年組合員さん宅で行っているひな飾りです。今年はコロナのため大々的にはできませんでしたが、少人数でワイワイ楽しみました。



ペンネーム H・C さんより

新コーナー! 『組合員のひろば』おたより募集

お気に入りの1枚! 子どもさんやお孫さんなどご家族やペット、風景写真や、花・植物・作品などなど。身近な出来事、地域やご家庭の話題など、一言を添えてご応募下さい。

●住所 ●氏名 ●年齢 ●電話番号 ●写真 ●一言
上記をご記入いただきどしどしご応募下さい。
メール・FAX・お手紙お待ちしております!

※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。
※本誌は広島医療生協ホームページに掲載されます。(ペンネームでの掲載も可)
※いただいた原稿などはお返しいたしません。

〒731-0121
広島市安佐南区中須二丁目19-6
広島医療生協
健康まちづくりセンター
機関紙編集部 宛
☎(082)879-8124
FAX(082)879-8182
e-mail:sosikibu@urban.ne.jp

作ってみて!! 私の一品 No.72

魚介類豊富で健康的です!

今月のレシピ パエリアで洋風おもてなし

- 〈材料〉
- 米……………2合 (炊く直前に洗ってざるに上げておく)
 - あさり…殻つき120g (砂抜きし、殻をこすり合わせて洗っておく)
 - 蒸しほたて…100g
 - 白ワイン……………60ml
 - 鶏もも肉……………160g(一口大に切る)
 - 有頭えび……………4尾(200g)(背わたを抜いておく)
 - オリーブ油①……………小さじ2
 - にんにく……………1片(みじん切りにする)
 - 玉ねぎ……………1/2個(粗いみじん切りにする)
 - トマト……………中1/個(粗いみじん切りにする)
 - オリーブ油②……………大さじ1と1/3
 - 鶏ガラスープ(顆粒)……………大さじ1/2
 - ④ 湯……………480ml(鶏ガラスープ(顆粒)とサフランを湯につけておく)
 - サフラン……………少々
 - ローリエ……………1枚
 - ピーマン……………小2個 (縦半分に切って種を取り、縦5mm幅に切る)
 - 赤ピーマン……………1/3個 (縦半分に切って種を取り、縦に1cm幅に切る)
 - 塩……………小さじ1/3
 - こしょう……………少々
 - オリーブの実……………4個(2~3個に輪切りにする)
 - レモン……………2/3個(くし形に切る)
- 〈作り方〉
- ①小鍋にあさり、ほたてを入れて白ワインを注ぎ、ふたをして強火で2~3分蒸す。あざりが開いたら、火からおろしてふたをしたままおく。(煮汁を捨てない)
 - ②パエリア鍋(フライパンが中華鍋でもよい)にオリーブ油①を熱し、鶏肉とえびを焼きつけ、取り出しておく。オリーブ油②を足してにんにくを炒め、香りが立ってきたら玉ねぎ、トマトを炒める。
 - ③米を加えて炒め、①とあざりの煮汁、塩、こしょうを加え、鶏肉、えび、ほたてをのせて強火にする。
 - ④アルミホイルなどでふたをして煮立てる。中火→弱火にして水気がなくなるまで炊く。途中であさり、ピーマン2種をのせる。
 - ⑤ピチピチと乾いた音がしたら焦げ始めるので火を止め、ホイルを除いて新聞紙をかけて10分ほど蒸らす。皿に取り分け、オリーブの実をのせ、レモンを添える。(共立地区)