

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 42,356人
出資金 13億8,198万円

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.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

ウクライナに平和を!!

～職場や地域で反戦の声広がる～



国連憲章を守り、 ロシアは今すぐ ウクライナから撤退を!!

二月二十四日、ロシア軍によるウクライナへの軍事侵攻が始まり、現在も続いています。この間子供や女性、お年寄りはじめ多くの罪もないウクライナの人々が多数犠牲になり、国外へ脱出避難する

人も六〇〇万人超と後を絶ちません。世界中で大きな被害を出したあの第二次世界大戦の惨禍から七十五年以上も過ぎた二十世紀の今、ロシアの軍事侵略は平和の維持を謳い武力行使を禁止した国連憲章違反の暴挙です。プーチン大統領は核兵器使用もチラつかせており、これは国連で採択された核兵器禁止条約が発効している現在、また世界最初の被爆地広島市民としても断固として容認出来るものではありません。

また地域や職場ではウクライナ支援の募金も集められ、既にユニセフ他も届けられています。私たちは世界のすべての国が国連憲章を守り、ロシアが今すぐウクライナから撤退することを求めます。



▲沼田診療所待合室のメッセージボード

日本や世界の世論と同じく、「戦争反対!」の声は私たちの職場や地域でも瞬く間に広がりました。広島共立病院の健診センターでは、待合のホワイトボードへ、沼田診療所でも待合室に国花のヒマワリで飾り付けられたウクライナの青と黄色の国旗のデザインに患者さんや職員のメッセージを貼り出し反戦をアピールしています。



ウクライナに、 そして世界に平和を! NO WAR! PEACE FOREVER!

〈国連憲章第2条〉

すべての加盟国は、その国際関係において、武力による威嚇または武力の行使を、いかなる国の領土保全または政治的独立に対するものも…慎まなければならない。



▶募金箱も(沼田診療所)



▲共立病院健診センターでも

虹の旗

一人暮らしになって一週間に二回から三回くらいの買い物をしている。行くたびに物価が上がっている。年金生活者には厳しい▲以前、医療生協理事長をされていた尾野展昭先生(元修道大学経済学准教授)の勉強会を開催している。その中で四月の消費者物価は去年より2.1%も上昇。2%を超えているのは十三年半ぶりとか。弱肉強食で人を使い捨て、自己責任を押し付ける「新自由主義」が大本にあるということ。人を大事にする経済こそ、強い経済ということを学んだ▲庶民に影響しているひどい物価高。苦しさや不安を感じている人が私の身近にも増えている。国民生活を追い込んでいっているのはコロナやウクライナ侵略だけでなく人に冷たい経済政策を続けてきた政治の責任が大いにあると感じた。学ばなくてはと痛感した。

(E.S.)



研修医 レポート

佐賀を探そう

広島共立病院 研修医 野坂 哲平



はじめまして、広島共立病院研修医一年目の野坂哲平と申します。生まれも育ちも広島市ですが、大学の六年間は佐賀で生活してました。今回はあまり知られていないであろう佐賀について紹介していこうと思います。
まず佐賀県は人口八十万ほどで広島市よりも少ないです。
大きなビルなどはなく大学の周辺も田んぼだらけでした。そんな佐賀ですが福岡県と長崎県に挟まれており、特急を使って福岡県の博多や長崎のハウステンボスへ電車一本で行けるので、栄えた隣県へのアクセスは抜群です。また、佐賀の特徴としては人が少なく大きな土地があるため、アウトレットや競馬場、医療で言えば九州国際重粒子線がん治療センターなどの大きな施設が県内にはあります。
身近なもので言えばお茶や温泉で有名な嬉野、イカの活け作りで有名な唐津なども佐賀県です。今度九州に旅行に行かれる機会がありましたら是非とも佐賀にも注目してみてください。

看護師 レポート

手術前になぜ禁煙が必要なのか

広島共立病院 手術看護認定看護師 林 操

たばこの有害物質には、身体心に強い依存性や体内で発がん性物質を作り出す「ニコチン」や、呼吸器の病気が起こりやすくなる「タール」、動脈硬

化、心臓病などが起こりやすくなる「一酸化炭素」があります。喫煙が手術に与える影響には、次のようなものがあります。
①痰が増え、呼吸器の

合併症を起こす原因になります。
②免疫機能の低下を招き、傷の感染や治りが遅れる原因になります。

③血液、循環器機能への影響により、身体への酸素の運搬量が低下します。
④血液がドロドロになり、動脈血栓症が起こりやすくなり



⑤脈拍が増え、血圧が高くなり、循環器に負担がかかります。
電子タバコにもニコチンを含むものがあります。また、従来のタバコにはない化合物を生成し、それがどのような影響を及ぼすかわかっていません。副流煙にも化学物質が含まれています。受動喫煙に気をつける必要があります。
以上のようなことから、手術前には、まず禁煙をしましょう。四つのポイントをまとめましたので参考にしてください。



POINT1 タバコは手術の合併症を増やし、傷の治りを悪くします。

POINT2 禁煙はいつから始めても合併症を減らし、早いほど有効です。

POINT3 禁煙は手術後も継続することで、病気の経過を改善します。

POINT4 受動喫煙も手術経過に有害であるため家族も一緒に禁煙をしましょう。

6月 理事会だより

(6月18日 開催)

- 1. 新型コロナウイルスの感染拡大と対応について
6月に入り新規感染者が減少傾向となり、検査陽性者も減少傾向となりました。直近では職員の感染者も収まっています。病院および診療所で4回目接種を行っていくことと、夏以降予測される感染の広がりに対し、換気・マスク・消毒・距離など必要な対策を継続していくことを確認しました。
2. 2022年度の理事会運営について
月1回の理事会および常務理事会の日程を確認し、合わせて理事会の補助委員会の役割分担を確認しました。各委員会で議論を深め、理事会で決定していきます。
3. 2022年度借入金限度額について
2022年度の借入金限度額を50億円と決定しました。2022年4月1日時点の借入金残高は45.7億円で、今年度は新たな借り入れ予定はありません。予定通り返済を実施した場合、2022年度末時点で借入金の残高は42.9億円まで減少します。コロナによるクラスターや大規模災害の影響も考慮し、限度額を50億円としました。
4. ショートステイ所長人事について
成相現所長の退職に伴い、広島共立病院の岩井師長を所長に任命する件について提案され決定しました。

広島医療生協 公式LINEのお知らせ
リアルタイムで情報を届けたい!
登録すると...
●医療生協の活動や医療・介護・保育の情報
●コロナ対策ニュース
●健診センターより保健師のお役立ち情報や予約の空き情報などが届きます
友だち募集中
登録簡単
地域の困り事の相談窓口!
お困り事があるときは...
●トークからメッセージを返信ください。担当部署へつなぎます(返信の際は、お名前と連絡先をお忘れなく)
ご安心ください
登録しても管理者とのみつながり、他者とつながることはありません。(管理者にも個人情報が入りません)

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

職場紹介シリーズ ~第28回~

広島共立病院 看護師長室(看護部)



看護職員は2022年4月より林操副院長・生協看護部長、菅太佳子総看護師長の統括の下、看護部理念“わたしたちは、「気づきの目」を養い「愛ある看護の手」と「思いやりの心」を大切にします。～目と手と心～”を各職場で実践しています。

看護師長は職場の運営に責任をもち、院所方針の徹底とその遂行のため人的・物的環境を整備し、所属職員の育成に責任を負うことを職務としています。

看護師長室には看護師長12名のデスクがありますが、出退時と休憩以外は自職場にいる事がほとんどです。看護師長室所属の看護補助者2名が事務作業や薬剤や物品のラウンド等の補助業務を担っています。

看護師長をはじめとする看護職員は良い看護を提供するため現場で日々努力していますので、これからもよろしく願いいたします。

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) 真崎 有香



医療費制度には高額療養費制度があり、患者さんの医療費負担は一部負担です。所得によりひと月の負担限度額が決まっています。事前に限度額認定書の申請をすることで、限度額までの負担で済みます。

令和三年度よりマイナンバーカードの健康保険証利用を登録されている場合は、オンライン資格確認のできる医療機関であれば、限度額認定証の申請が不要になります。当院はマイナンバーカードの健康保険証利用を導入しています。

また、非課税世帯の場合は医療費だけでなく食事代も減額となります。不明な点などがあれば、お気軽におたずね下さい。



高額療養費制度にマイナンバーカード活用できます

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。よろしくお願いいたします。

連絡先: 広島医療生協 本部総務部 TEL (082) 879-1897

募集 からだとくらし 配布員

組合員の手で組合員に届け 地域のつながりを作る

月に一度

地域の見守り

散歩のついで

お住まいの地域で

配布のご協力をお願いします

お気軽にお問い合わせください！

広島医療生活協同組合 健康まちづくりセンター ☎(082)879-8124

*ご希望地域に配布員がいる場合は、配布地域をご相談させていただきます

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

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

沼田診療所 ☎(082)848-4486
・デイサービス(通所介護) ☎(082)848-4486(代)

・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

・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 ☎0824-53-1888

広島医療生協の各診療案内 2022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

Main table listing medical services by department (e.g., 健診, 内科, 外科, 小児科) and time slots, including doctor names and appointment status.

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 service times and doctor names.

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 service times and doctor names.

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 service times and doctor names.

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 service times and doctor names.

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 stations and the hospital.

※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 Fuziguran and the hospital.

(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 Fuziguran and the hospital 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

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。



中	砒	廉	即	唐	狸	御	鱧
紫	当	閑	百	木	通	陽	走
啖	老	油	和	村	古	鍾	茄
素	蕃	内	獅	雄	呵	健	意
井	答	人	目	蟬	初	処	小
草	糠	鱈	妙	鳥	外	止	一
子	星	乳	糜	石	舌	質	解
貞	砒	桁	花	馳	海	行	弁

- ① かつこうのこと。「○○○が鳴く」
- ② しずかに降るこまかな雨「○○雨」
- ③ 豪華→○○
- ④ 牡丹に○○○、竹に虎
- ⑤ 別称「七変化」と言われる、雨がにあう花「○○○」
- ⑥ 高価なふかひれスープ
- ⑦ 40歳の異称
- ⑧ こつこつとお金を貯める
- ⑨ 人にばかりお金を出させ自分は出さないようにすること「○○勘定」
- ⑩ 山姫は○○の異称
- ⑪ カーブ番号「50」広角に打てるバツティングが持ち味の三拍子揃った選手は?
- ⑫ 杉山岳陽の句「嘘をつき了せざる日のあぶらせみ」
- ⑬ 赤いトマト
- ⑭ 存続→○○
- ⑮ ビーバーのこと
- ⑯ テストのいかいとうを配る
- ⑰ できあがるめどがついた
- ⑱ けたはずれの広い庭
- ⑲ ひとかどの人物
- ⑳ 徳星は○○の異称
- ㉑ 沈黙は金、○○は銀
- ㉒ たんかをさる
- ㉓ いわつららといえは○○○のこと
- ㉔ 十和田湖に姫ますの養殖を成功させた人は?
- ㉕ ごちそうになる

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 千七百三十一〇二二二 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、「撥乱反正(乱れを正し治安を保つことをいう)でした。」

① 鬱金香 ② 千枚 ③ 十八番 ④ 高祖父
⑤ 王道 ⑥ 蕎麦 ⑦ 追及 ⑧ 抑抑 ⑨ 石路
⑩ 未包昇大 ⑪ 答申 ⑫ 重箱 ⑬ 涙 ⑭ 山椒 ⑮ 求心力 ⑯ 妥結 ⑰ 造詣 ⑱ 反哺 ⑲ 阿吽 ⑳ 下馬評 ㉑ 織細 ㉒ 保証 ㉓ 若布
㉔ 鋤焼 ㉕ 高楊枝 ㉖ 大袈裟
正解者は五十五人でした。
当選者
大和田 均様(緑井)
三上ユミ様(伴東)
西川 裕子様(東原)
今本 清蔵様(三次)
八並 清賢様(落合南)



歴史紀行

坂本龍馬 ③

轍の浦、いろは丸沈没事件

幕府直轄の海軍伝習所の塾頭として習熟した航海術などを駆使して、脱藩浪士たちと日本最初の会社「亀山社中」(後の海援隊)を設立し、日本狭しと八面六臂の活躍をしていた坂本龍馬。その龍馬ゆかりの地が広島にもあるのをご存知でしょうか?

一八六七年(慶応三年)四月、伊予大洲藩から土佐藩の後藤象二郎が借り受けた蒸気船「いろは丸」(一



▲轍の浦、いろは丸展示館

六〇トン)に龍馬ら海援隊士が乗り込み、長崎から大阪に向かっていた瀬戸内海を航行していました。積み荷は小銃や弾薬等々だった(?)と言われています。四月二

三日深夜、備後鞆の浦(福山沖で長崎に向かっていた紀州藩の軍艦・明光丸(八八七トン)と衝突、いったんバックした明光丸は再度前進し二度目の衝突に よっていろは丸は大破、沈没しました。(乗組員は全員無事)さて、ここからが龍馬の本領発揮です。鞆の浦港に上陸して紀州藩と交渉を始めた龍馬は、航海日誌の提出を要求。そして自分が精通し、当時まだ日本に持ち込まれたばかりの「万国公法(国際法)」を掲げ、紀州藩の過失を激しく追及しました。話はまとまらず翌月長崎に場所を移して再開された交渉の際には、龍馬や海援隊士たちは拠点としていた長崎の丸山などの花街で、船を沈

めたその償いは金を取らずに国を取るなどと紀州藩を揶揄する俗謡を流行らせ、徳川御三家でもある大紀州藩を追い詰めます。世論をも巻き込むこれら熟達した龍馬らの交渉術に翻弄された紀州藩は、薩摩の五代友厚の仲裁等もあり、結局七万両(約二十億円)の賠償金を支払うことと決着。この事件は蒸気船同士の衝突事故としても、海難審判事故としても日本最初の事件とされています。現在鞆の浦には、「いろは丸展示館」が作られ、海底のいろは丸調査状況の展示や交渉の際の廻船問屋での龍馬の隠し部屋なども復元され、往時を偲ばせています。(つづく)(郷土作家 つかさまこと)

組合員の声

クイズ回答 ハガキより

- ◆深呼吸は死体とがれきの中では出来ない。平和な大空の下で深呼吸は出来る。一秒でも早く、ウクライナの人々に深呼吸をさせてあげたい。今、一番の私の願いです。戦争反対!! ロシアはウクライナから出てゆけ!! (口田. M・I. 73才)
- ◆昨年10月に共立病院でガンの手術を受けました。現在まで順調に推移しており、安心しております。(緑井. H・Y. 70才)
- ◆この地区で「からだとくらし」を配っています。漢字クイズ、楽しみです。緩和ケア病棟での傾聴ボランティアをしていましたが再開できるでしょうか。(私の体力も含めて…) (相田. H・M. 79才)
- ◆新緑がまぶしいこの頃、梅雨入り前に真夏日到来。歳を重ねると気温の変化は体にこたえます。地球は病んでいますね。本当の真夏はどうなるのやら…。 (伴東. U・H. 78才)
- ◆今の世の中にびっぴりのクイズでしたね。たった一つしかない命をブーチン氏は何とて戦争なんかするのでしょうか。失う事ばかりの暴挙、一日も早く止めて欲しいと毎日テレビに語りかけています。(相田. M・F. 79才)
- ◆2年に1回、市から健康診断で共立病院の婦人科、乳腺、大腸のガン、3ヶ所の検診予約してお世話になっています。お友達と2人でを行っています。(1人ではなかなか勇気が要りますのでネ) (伴東. Y・M. 80才)

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一三〇八回発表!)

病院でサミットしてる爺7
中筋 湯浅 博明

負けないで自分自身に喝入れ
東広島市 田原里依子

緑燃ゆ風の香りも匂い立つ
八木 占部伸一郎

木々の花にも晩春の候



俳句

風薫る言葉少なにティータイム
石塚 節子

朝顔や明治女性のたたずまい
寺本 東子

よちよちの笑顔ふりまき風薫る
中村 絹枝

ジャガ掘りて親指程も捨てられず
野田やよ子

戦なき平和に感謝夏一日
伊達 和恵

薫風や七歳の空よみがえる
吉井美智子

合歓の花風にそよぐよ心憂し
桑升 幸子

院長の笑顔絶やさず五月晴れ
河野美智子

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!

QRコード: Eメール, Facebook

短冊に願いを込めて 世界中が平和でありますように **組合員活動**

新入職員地域研修 5/26

—ふれあい地区—



5月26日、新入職員地域研修を行いました。あいにくの雨でしたが、新入職員は7グループに分かれて各地区へと出かけていき、現地の組合員と交流しました。

ふれあい地区では、ふれあいセンター協同の事務長が建物内の施設を紹介し、医療生協50周年のDVDを上映しました。続いて、新入職員と組合員が輪になり、それぞれの自己紹介や交流を行いました。その中で、「長く働いてほしい」「居場所づくりのような健康づくり以外の活動を行っていることに驚いた」といった声が挙げられました。終了予定の12時をギリギリ過ぎてしまいましたが、地域から持ち帰ったことを日々の仕事でも忘れないでほしいです。

川内支部で認知症学習会 6/10

—川内支部—



6月10日(金)川内集会所にて、川内支部独自で行っている3回連続講座の第1回を行い、川内地区に居住している18名の方が参加されました。第一回となる今回は、広島共立病院の村岡師長をお呼びし、認知症について学習を行いました。

認知症とは、物忘れ・言葉が出ない・いつもやっていたことができなくなるなど、認知機能が低下していると診断がついた病名です。認知症を予防するためには生活習慣を改善させることが重要で、バランスの良い食事や運動はもちろん、生きがいや趣味を持つこと、さらに家族や友人関係も重要であると学びました。

誰であっても認知機能は低下します。そんな中でも人生を楽しむために、身体的・精神的・社会的な健康づくりをすすめ、何より地域で支えあえる仲間を作ることこそが一番大事なことだと感じました。

組合員のひろば ~ No.8 ~

『枯木にヒラタケ』
占部 伸一郎さんより



『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

ホッカ、ホッカで美味!!

作ってみて!!

私の一品

No.75

今月のレシピ

ポテトグラタン
(大皿取り分け用)

〈材料〉

- メークイン……………2コ
- 玉ねぎ……………1コ
- 赤ピーマン……………半コ
- しめじ……………1房
- ベーコン……………100g
- むきエビ……………100g
- 塩・コショウ……………少々
- ホワイトソース……………1缶
- パン粉……………少々
- ミックス
- シュレッドチーズ…150g
- レモン……………半コ
- バジル……………少々

〈作り方〉

- ①メークインを2,3ミリの厚さに切る。
- ②玉ねぎを半分に切り、千切り。
- ③赤ピーマンを太めの千切り。
- ④しめじをばらす。
- ⑤メークインを炒める。
- ⑥ベーコンとエビを加えて炒める。
- ⑦野菜を加えて炒める。
- ⑧ホワイトソースを混ぜ合せる。
- ⑨深皿に入れる。
- ⑩チーズとパン粉をふりかける。
- ⑪オーブンのグラタンボタンを押す。
- ⑫レモンとバジルを飾る。

(津田地区)