

一人は万人のために
万人は一人のために

10月15日現在
組合員数 42,468人
出資金 13億9,730万円

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Eメール

kenmati@hiroshimairyu.or.jp

楽しい!

2022年度広島医療生協強化月間

班を作ろう! 参加しよう!

地域の繋がりが

3人寄れば班に!

広島医療生協には現在200を超える班が登録されています。班を作れば、自主的な健康チェックや、医療生協職員による医療・介護・福祉に関する勉強会の開催などができます。趣味の集まりや百歳体操など、3人集まれば班として登録できます! 趣味や健康づくりをしながら、地域のつながりを作りましょう!

※新型コロナウイルス流行以前の写真も使用しています。

気軽に! 地域の繋がりが!

班は医療生協の最も小さい自主組織です。組合員であれば誰でも参加や新班立ち上げができます。地域の活動に参加しよう!



健康チェック!

定期的な血圧測定・体組成測定
班会では普段の活動に加え、各種健康測定ができます。血圧測定や体組成測定を基本に、握力や尿検査、足指力など様々な健康チェックができます。



リモート班会!? スマホでリモート開催

スマホやパソコンを使い、学習会や班会で交流ができます。コロナ禍だからこそ、離れていても繋がろう!



医療生協ならではの 班会やイベントも!

職員を皆さんの地域に招いて、専門家による勉強会をおこなえます! また、リハビリ班会、健康診断班会などもあります。



運動系

ストレッチ 太極拳
百歳体操 ウォーキング
卓球 吹き矢 など...

文化系

書道 手芸
絵画 パソコン
コーラス 茶道 など...

お楽しみ系

おしゃべりサロン
健康麻雀
友禅染 など...

各支部の活動について...開催している班会は各支部によって異なります。班会に参加したい、新しい班会を作りたいと言ったご相談は各支部、または**健康まちづくりセンター(082-879-8124)**までご相談ください。



今年、沖繩返還五十年と半世紀が過ぎた。返還時、沖繩の人々は、米軍基地から解放され日本に復帰するとういう希望と期待を持ち、歓迎された。しかし日本政府は沖繩の人々の期待を裏切ってしまった。戦時中は本土を守るという名目で日本兵による蹂躪、戦後は米軍基地の居座りで県民に犠牲を強いてきた。琉球時代から、中国・日本・他の国とは友好を大切にしてきた沖繩の歴史の中で、沖繩の人たちの、不屈の精神はどんな困難にも対峙してきた。選挙でも、玉城デニー県知事の勝利に強い意志を感じた。辺野古基地反対座り込みが持続的に続いていることもしっかりである。本土では岩国基地が拡大され、大爆音の恐怖事故の危険など不安が尽きない。微力な一人一人ではあるが「平和をそれぞれが声を上げれば大きな力になるのではないだろうか。」(E・S)



研修医
レポート

自己紹介：私と愛知文化



広島共立病院 研修医 大本 夏光



皆さん、はじめまして。研修医一年目の大本夏光と申します。初めての研修医レポートなので、まずは自己紹介をさせて頂きます。

も広島市、大学は愛知医科大学出身です。六年間の愛知県生活では、広島との文化の違いに驚きました。まずは、かの有名な赤出汁文化です。学食から近所の定食屋まで味噌汁はいつ何時も赤出汁。合わせ味噌で育った私には、なかなかのインパクトでした。次は、地形です。皆様ご存知のように広島は中国

山地とデルタの大変特徴的な地形です。しかし、愛知県は広大な濃尾平野・三河平野・豊川平野が合わさった地形で、真つ直ぐな地平線を望めます。遠くまで見渡せる地形は、さぞかし戦国時代の戦では大変役に立ったのだらうなんて考えていました。卒業後、故郷に帰ってきた今では広島山の山々に迫



力さえ覚える日々です。そんな故郷で日々奮闘しておりますので、温かい目で見守ってくださいと幸いです。

看護師
レポート

広島共立病院 コロナ病棟を開設して

広島共立病院 緩和ケア認定看護師 伊東 哲朗

広島共立病院では、コロナ感染急増にもない八月二十二日～十月三日までの期間、緩和ケア病棟を閉鎖しコロナ病棟六床を開設しました。その間、緩和ケア病棟の患者さんは他の病棟への移動や検査・手術を延期するなどの調整が

必要となりました。 コロナ病棟の患者さんは、ご高齢の方が多く入院中は原則、病室から一步も外に出られないため体力や筋力の低下が顕著に見受けられました。発熱・発汗があり一日五回以上の着替えをすることもありました。

食欲不振がある方には、食事量の調整やのど越しのよい食事等、嗜好に配慮し食事介助を要する方も多くいらっしゃいました。また、精神的に不安定になった方には、落ち着くまで側で寄り添い話をすることもありました。症状が軽くな

り退院される方、または廃用症候群(長期間の安静状態を継続することや活動性低下による身体能力の大幅な低下や精神状態に悪影響をもたらす症状)となり一般病棟で入院を継続される方もいらっしゃいました。



医療スタッフは、感染エリアにて防護服(ガウン、ゴーグル、二重マスク等)を着て従事しました。看護師は検温、清潔ケア(体拭き・

に気を配り、看護ケアを実践する大変さを実感する機会となりました。そのような中でも、患者さんから「頭を洗ってくれて嬉し

オムツ交換等)、掃除(病室内・トイレ・ベッド周囲等)で二時間程度は防護服で過ごしており発汗が著しく体力を消耗しました。自分自身の体調管理(脱水予防、感染予防等)

かった「優しくしてもらえて嬉しかった」「ここに入院してよかった」や家族からは「病室での様子を分かりやすく説明してもらえて安心できた」などの言葉をいただきました。私たち看護師は、制限された入院生活の中でも安心して療養できるように患者さんやご家族の力になっ



きたいと思っております。皆さまも日頃の手洗い・うがい・手指消毒など行い、お体に気をつけてお過ごしください。

10月 理事会だより

(10月15日 開催)

1. 生協強化月間の取り組み状況

全ての地区でスタート集会が行われ月間がスタートしました。また9/29には月間に向けて支部長会議が行われ、担い手増やしの取り組み方や、月間の進め方について交流が深まりました。

全支部から31人の担い手増やし目標に対し、4人の担い手が誕生しています。

2. 2022年度上半期のまとめと下半期の課題について

上半期は新型コロナの第6波・第7波により、事業活動・組合員活動ともに大きな影響を受けました。そんな中でも人と人が繋がる取り組みを大切に、学習会や交流会を企画して実施しました。事業活動では累計で1割近くの職員が家庭感染などにより出勤できなくなり、事業を縮小せざるを得ない場面もありましたが、幸いクラスターまでには至らず事業を守り抜きました。

3. 広島市への私たちの要求について

各支部から出された要求を取りまとめ理事会で検討し、広島市への要求書として決定しました。今後は他の地域に共有する要求についてまとめて要求していくことなど検討します。

4. 労働組合の秋闘要求と回答について

労働組合より秋闘要求書が提出され理事会で検討しました。11月9日の回答指定日までにとりまとめて回答し団体交渉に応じます。

職場紹介シリーズ ~第32回~

広島共立病院 総務課



総務課は、共立病院の2階にあり、スタッフはパートを含め5名の職場です。

総務課の仕事は、職員の勤怠管理、購買業務、経理業務、設備関係なども含まれ多岐にわたります。コロナ禍、世界情勢の影響もあり、物資が高騰したり、不足したりと対応にも苦慮することが多いですが、経費節減のアイデアを出したりと日々奮闘しています。

共立病院を利用される方が、安全で安心して利用できるようラウンドにも参加し、改善できるところがあれば日々改善しています。

共立病院を利用して、何かお気づきの点がございましたら、声をかけてください。

子育てコラム

No.7

共立ひよこ保育園

園長 田邊 妙子



色々感じられる秋ですね

過ごしやすい季節になりましたね♪秋といえば『食欲の秋』『スポーツの秋』『読書の秋』ですが…。実りの秋は特においしい食べ物がたくさんあります。子どもたちにも豊かな「食」の体験をさせてあげられる季節です。保育園では「さんま」を一匹丸ごと提供し、子どもたちは身をほぐしながら食べます。また、給食の味噌汁やまし汁は、いりこや昆布・かつお節からだしを取り四品の具材が入っています。ある年、保護者から「保育園のお汁はおいしいけど、お家のはおいしくない！って子ども

に言われ、家ではほとんど食べてくれません。」「レシピを教えてください」と…。レシピを伝え直ぐにお家でつくられたところ、「よく食べるようになったよ」と嬉しかったことがありました。コロナ禍の中、みんなで楽しく食事はできませんが、「食」を通して心豊かになれる経験ができるようにしていきたいと思っています。



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。よろしくお願いたします。

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わ ☎0824-64-8444

広島医療生協の各診療案内 2022年11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.hiroshimairyo.or.jp メール kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp

Table with columns for department (e.g., 健診, 内科, 外科), time slots, and staff names. Includes notes on appointment systems and specific clinic hours.

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 staff assignments for morning and afternoon hours.

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 staff assignments for morning and afternoon hours.

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 staff assignments for morning and afternoon hours.

□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 department (歯科) and staff assignments for morning, afternoon, and night hours.

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。



春	俊	古	萩	零	筒	蝨	松
闊	一	樹	真	末	一	藤	蓮
繰	余	草	出	阿	礼	法	樹
風	息	儀	孫	古	斯	遠	子
捻	郷	骨	茸	穿	燥	楽	肌
山	漆	代	敏	步	講	頻	病
興	頂	袴	手	柵	甲	黒	平
災	片	義	太	醒	唧	屋	公

- ①親しき仲にも○○あり
- ②市中をかっぱする
- ③純白↑○○
- ④秋の味覚。むか飯
- ⑤男性の酔態を見てきようざめする
- ⑥家計からこづかいをねんしゆつする
- ⑦秋の七草(萩・薄・葛・撫子・女郎花・桔梗・○○)
- ⑧子供がはしゃぐ
- ⑨雨がひとしきり降る
- ⑩匂い○○味しめじ
- ⑪初夢にふるさとを見て涙哉(二茶の句)
- ⑫愚鈍↑○○
- ⑬秋知草は○○の異名
- ⑭冬来たりなば○○からじ
- ⑮ポンプを漢字で
- ⑯親孝行をしたい時に親はなしの意。(○○の嘆)
- ⑰手助けをする意味。「○○を脱ぐ」
- ⑱イチヨウの漢名
- ⑲聞くは一時の恥聞かぬは○○の恥
- ⑳糸をたぐる
- ㉑大学教授のこうぎを受ける
- ㉒世間のしがらみがじゃまする
- ㉓うるこをまとう哺乳類。「センザンコウ」
- ㉔アリとキリギリス
- ㉕○○○貝を使って真珠を作る

- ㉖ほうれんそうのおひたし
 - ㉗しんこつちようを發揮する
 - ㉘のんき、すきほうだいに言うこと。「○○を並べる」
- 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。正解者には抽せんして図書カードをプレゼントします。
- ◇宛て先 千七三二〇二二
 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
- ◆締切は十二月十五日

クイズ九月号の正解は、「天下泰平」(世の中がよく治って平和な様子)でした。

①素数 ②清聴 ③菊石 ④一線 ⑤苦渋
 ⑥彼処 ⑦秋山翔吾 ⑧鶴鶴 ⑨桐一葉
 ⑩丁丁 ⑪踵 ⑫牛津 ⑬剽軽者 ⑭弘法大師 ⑮見巧者 ⑯阿寒湖 ⑰帆立貝 ⑱浄化 ⑲物怪 ⑳渾名 ㉑輪郭 ㉒辛党 ㉓会心 ㉔土佐 ㉕一献

正解者は五十二人でした。
 当選者
 坂本 光子様(中筋)
 志賀 義生様(口田)
 沖 恵美子様(伴東)
 酒井 恵美様(東広島)
 玉木 節絵様(西原)



俳句

尋ねらる駅はすぐそこ黄コスモス
 颯風やホテル避難の街無人
 朝まだき朱に染まりし秋の空
 藪陰や時知らずごと彼岸花
 コスモスやシヨパン流るる美容室
 戦争の虚実の如何に秋暑し
 花芒風になびいてダンスかな

寺本 東子
 石塚 節子
 伊達 和恵
 野田やよ子
 中村 絹枝
 吉井美智子
 桑升 幸子

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一四二回発表)

都合により聞こえぬ耳ありき 口田南 横地 妙子
 終活は財産すべて使い切る 中筋 湯浅 博明
 草刈りの音に触発我も動く 東広島市 田原里依子



歴史紀行

連載第三十八回

被爆の実相 その③ 県立二中の碑

平和公園内の国際会議場西側、本川土手に建てられた横長の石碑が県立第二中学校(現 観音高校)の慰霊碑です。あの日、建物疎開作業に駆り出された県立二中の一年生男子生徒たち三二二人は、ちょうど本川を背に爆心地の方へ顔を向け、二列横隊で整列し点呼を取っていました。米軍戦闘機(B29 エノラ・ゲイ号)が広島市上空に入ってきたのが見え、「B29がどっちに行くかよう見



▲県立第二中学校の慰霊碑

とれ！」と引率の先生に言われて皆で見ていたとの証言もあります。まさにその時、上空約五〇〇mの至近距離で、世界で初めて人類の真上で原子爆弾が炸裂したのです。二中の生徒

たちは閃光に目を焼かれ、服は燃え、壊れた建物の下敷きとなったり、凄まじい爆風でまだ小さな体を後ろの本川に吹き飛ばされた者：そして多くは並んだままの姿で、どちらが顔か頭か分らぬほど真っ黒にその場で焼かれたのです。何とかその時を生き残った者も数日後までに全員が亡くなりました。何日間か生きた生徒の証言によると、その時凄まじい熱線に砂も燃えたと言います。それらの詳細は一九六九年広島テレビ放送制作のドキュメンタリーを編集した「碑」(広島二中一年生全滅の記録)(ポプラ社刊)に掲載されています。二〇一五年夏、戦後七十年特番として広島出身の女優、

綾瀬はるかさんが進行する朗読ドキュメンタリーとしても放映されました。この日全市民的建物疎開作業が行われ、ここに十二、十三才の非力な男女生徒たちが多数駆り出されました。炎天下、無防備な状況だったため学校側は反対しましたが、軍は軍刀で床を叩いて強圧的に押し切ったと言います。広島市内の生徒の原爆犠牲は六三一人でしたが、これは戦時中亡くなった全国約一万人生徒の六割に当たります。現在平和公園になっていく中島地区ではその内十一校一八二一人が亡くなるという大きな犠牲を出すことになったのです。(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

◆2023年版のカレンダーやスケジュール帳を買い揃える時期になりました。この2~3年、神楽カレンダーの発売が危ぶまれていましたが、広島県民手帳は2022年版で終了だそうです。スマホの台頭、恐るべしです。(西原 H・K. 57才)

◆物価が毎日上がっている。早く生活が落ち着くように政府は政策を立ててほしい。(毘沙門台 N・O. 78才)

◆昨年よりつながりセンターでピンポンをしています。年齢が気になっていましたが、皆さんの親切に感謝しています。(東広島市 M・S. 83才)

◆入院中病室でからだとくらしを受け取り、クイズに挑戦しました。主治医看護師その他皆さん優しく、快適な入院生活でした。お世話になった御礼に医療生協にも加入してみました。(山本 K・Y. 62才)

◆「虹の旗」で近所付き合いが薄れてくるこの頃...とありました。昨今はPTA廃止、町内会の解散が増えているとかテレビ等で紹介していました。時代の移り変わりで、より良い方向に柔軟に変えていく必要があるのかなと思います。(毘沙門台 M・S. 58才)

◆今回はとてもおぼろしく、スマホ片手に頑張りました。コロナ禍の中でも9丁目サロンに楽しく通っています。(東原 H・N. 78才)

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: kenmati@hiroshimairyo.or.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



Eメール

医療生協
 Facebookも
 ぜひご覧ください!



Facebook

明るい未来を子ども達のために! **組合員活動**

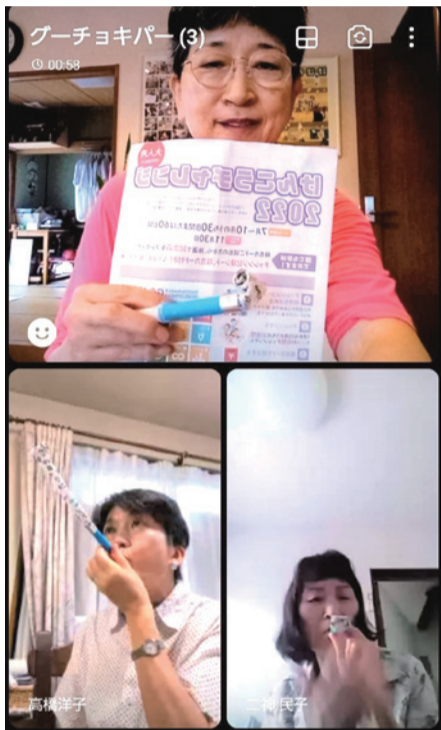
オンラインで班会

—大塚支部—

私達3人は、沼田診療所の手話サークルで出会い、その後月1回程度会って井戸端会議をしたり、支部の行事や学習会に参加する事で班として活動してきました。でもコロナ禍で大塚と相田に住む3人が容易に会えなくなりました。そこでスマホが不得意ながらも何とかライングループを作り、ビデオ通話班会にトライしました。

この夏も第7波と猛暑の為、お互いの安否と長息生活のやり方を確認するライン班会になりました。途中画面がフリーズしたり、音声はずれたりする事もありますが、それも楽しい経験です。実際会うには及びませんが、マスク無しの顔を見て話ができるのは嬉しいです。

これからも新しい事にチャレンジしながら班のコミュニケーションを維持していきたいと思っています。



リハビリ班会

7/14

—可部支部—



7月14日(木)13時～15時、可笑屋(かわらや)で可部支部リハビリ班会が開催されました。皆様、コロナ感染予防マスク姿での会合ではありましたが、和やかで笑いの絶えない会となりました。

若い方から、ちょっとお年寄りの方まで融合しながら、現況報告と今後の方針について話し合いました。この会の高木会長さん、副会長の北村さん、会計の叶谷さん又中野さん等、絶妙のタイミングでのユーモアを交えた話には時間を忘れる位、みんなで大笑いしました。また健康まちづくりセンターから職員さん2名の参加も頂き、リハビリや、再検査の重要性等の話をして頂きました。

次回第7波コロナに打ち勝つての再開を約束し、散会となりました。(患者会会員 武永 清志)



組合員のひろば

～ No.12 ～



『山からの贈り物』

T・O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:kenmati@hiroshimairyo.or.jp

皆さん、
毎日のおかず作りに
苦労して
おられませんか!?
かき揚げ用の
リングを使って
簡単に美味しく、
形の良い一品を
作ってみました。

作ってみて!!
私の一品

No.79



今月のレシピ
野菜のかき揚げ

〈材料〉(4人分)
野菜 人参 全部で
ごぼう 200g
玉ねぎ ~250g
かぼちゃ

*残っている野菜、さつまいも、まめ類、なすなど、何でも使ってみましょう。

天ぷら粉 ……100g
水 ……160cc
油 ……適量



〈作り方〉

- ①野菜は全部千切りにする。
- ②ボウルにAを混ぜ合わせ、①を入れてざっくり混ぜ合わせる。
- ③揚げ油の中にリングを入れ、半分くらいのところで160度～170度に熱する。
- ④②の種を1/8量ずつリングの中に入れ、からりと揚げる。

(歯科地区)