

一人は万人のために
万人は一人のために

4月15日現在
組合員数 41,008人
出資金 13億5,857万円

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

広島医療生協へようこそ!



二〇二三年四月二日45名が入職

入協式では、坂本理事長や幹部職員から歓迎の言葉が述べられました。その後行われた新入職員研修は三日にわたって開催され、広島医療生協の成り立ちや理念、医療従事者としての責務を学び、職場めぐりなどをおこないました。新入職員の表情は緊張感とともに、希望に満ちた笑みも見られました。

コミュニケーションスキル研修

研修をうけた組合員が患者に扮し、新入職員を相手に採血や認知症、クレームの事例を演じました。新入職員たちは悩みながら対応していました。組合員の熱い演技に圧倒されながらも懸命に取り組みました。

参加した新入職員からは「本当に患者さんに対応している気持ちになった」「大変だったけど和氣あいとでできた」と感想が上がりました。

連続で注射を失敗



糖尿病患者がお菓子を購入



新入職員 代表あいさつ

広島共立病院 研修医 宇津木 聖章

今日、この場に立つことができたのは、ご縁を頂いた広島医療生活協同組合、学生時代に切磋琢磨し合った友人、何よりも支えてくれた家族のおかげです。心より感謝申し上げます。

我々は「人の為に働きたい」と言う夢を追いかけ、今日その夢は叶いました。しかし、ゴールではなく、これからが本当の夢のスタートです。

ご迷惑をおかけする事もあるかと思いますが、一歩ずつ成長して行く事を誓います。そして組合員の皆様や患者さんの健康や生活を守るために、安心と信頼を提供し、貢献できるような全力で努めてまいります。よろしく申し上げます。



虹の旗

「自分らしさ」

日本の人権教育は「当事者主権」について後ろ向きで、他者の権利について道徳的価値を押し付ける教育になつていと言われます。

「自分の事は自分で決める」当事者としての自分の権利を行使したり、守ったりすることが出来なければ、相手の権利も守ることは出来ないという、至極当たり前のことが主張し難い社会になっていきます。

権利は、職人の道具と同じで使えば使うほど磨きができますが、使わなければサビつき光を失います。日本国憲法は国民の権利を守ることを目的に定められています。その憲法を活かし、使いこなすことこそが、生きいきと生きる術なのです。

「自分らしさ」の対極が戦争だ」と言います。あのアウシュビッツで、ユダヤの人々からすべてを奪い、最後に名前を奪って番号を入れ墨し、ガス室に送り込んだのです。「人間らしさ」を奪うことで人殺しが出来るのが戦争です。

ロシアによるウクライナ侵略から世界を二分する戦争への足音が聞こえる今、大軍拡に「NO」を言える生き方が「自分らしさ」ですね!

(K・S)



大事努力 看護師
根性 看護師
不屈不撓 看護師
專一心意 初期研修医
新参 初期研修医
お眠金 初期研修医
努力 看護師
明 看護師
笑 看護師
主楽義観 看護師
甘 看護師
年中在宅 看護師
猫 看護師
音食眠映 看護師
花新友甘 看護師
友人家族 看護師
懸命一生 看護師
穿点石滴 看護師

2023年度 新入職員紹介!!

45名入職しました。よろしくお願ひします。

自己紹介!! 私を文字で表現します。

懸命一生 看護師
笑 看護師

雨晴読耕 看護師
学食音楽 理学療法士



穿点石滴 薬剤師
真 作業療法士

話思勉優 理学療法士
勤至勉誠 理学療法士

笑元明友 作業療法士
楽 作業療法士
第一健康 介護福祉士
優 介護福祉士
飛 介護福祉士
家野食楽 理学療法士
健 理学療法士
真 理学療法士

継誠続実 理学療法士

4月 理事会だより

(4月22日開催)

1. 第64回通常総代会について

6月24日の第64回通常総代会について、総代の人数制限をせず開催することを決定しました。地区別総代会で出された意見も踏まえて、「2022年度のまとめと2023年度方針」を含む第1号～第7号議案の7つの議案を決定しました。

2. 春闘について

夏季一時金を含めた2次回答を労働組合に行い2回目の団体交渉を行いました。2次回答の承認と引き続き労働組合からの交渉に応じることを確認しました。

3. 生協教育学習月間方針について

医療福祉生協の価値をともに学び、ともに考え、ともにつくる「健康で居心地よくくらするまちづくり」をテーマに6～7月の2ヶ月間取り組むことを決定しました。

4. 2022年度の経営結果

経常利益1億2,382万円の黒字で予算を3,600万円、前年を8,334万円下回りました。新型コロナのクラスターによる減収と、物価高騰による費用増に苦戦し予算を下回りましたが、一定額の利益は確保することが出来ました。

好旅行 臨床検査技師
不断優柔 事務
食 事務
想 事務
一元杯気 事務
進 事務
来笑福門 事務
不一乱心 保育士
遊旅食動 保育士
笑顔 保育士
笑 保育士
元気笑顔 保育士
愛和語顔 保育士

職場紹介シリーズ ~第35回~

広島医療生協 津田診療所デイケアコスモス



津田診療所は100年以上の歴史があります。当デイケアコスモスは診療所の2階へちょうど30年前に開所しました。

利用者さんは平均10名参加されています。皆さん自分の居場所として、のびのびと楽しく過ごされています。

木山所長を含め13名の職員で、診療所全体でも和気あいあいと仕事ができております。そのお陰で、感染症流行時もお互いに助け合いながら人員不足を乗り越えることが出来ました。

また、平和行進や津田健康まつり、サロンなどを通して組合員さんと交流を深めております。2023年度は先の活動が元通りに再開できることを願っております。

人とのつながりを大切にしている津田診療所を、今後ともよろしくお願ひします。

へー！ そうなのか

59

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター

センター長 朝日 千春



「地域包括支援センター」という言葉からイメージする業務とはどういふものでしょう？ 「地域」を丸ごと（「包括」）支援する機関：といっても何を支援するのか、言葉だけで想像するのは難しいですね。「地域包括支援センター」は高齢者の総合相談窓口です。対象は高齢者（介護保険適用の四十歳以上の方を含む）で、相談内容は「なんでも」です。一番多い相談内容は介護保険の申請など、介護保険に関わる相談です。地域包括支援セ

ンターで直接、解決出来ない問題は他機関につなぎ、解決できるようなお手伝いします。みなさんがお住まいの地域にも必ず「地域包括支援センター」はあるので、何かお困りごとがあれば、相談してみてください。



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

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



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
・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



お知らせ 地域まるごと健康づくり♪医療・介護の専門家がアドバイスします

健康教室「歯周病について」

- 講師:前田歯科 前田 秀郎 歯科医師
 - 日時:2023年6月24日(土) 14:00~
 - 場所:安佐南区総合福祉センター 6階大会議室 (安佐南区中須1丁目38-13)
 - 参加方法:申し込み制(当日参加可能)
 - 参加対象:地域住民のみなさま
- 地域の皆さまの健康づくりをサポートさせて頂いています。お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております♪
- お申し込み・お問合せ先:広島共立病院 地域連携部 TEL 082-879-1111

高齢者いきいき活動ポイント対象！1ポイント

参加費無料



～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。よろしくお願ひいたします。

連絡先:広島医療生協 本部総務部 TEL(082) 879-1897

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)

広島医療生協 イメージキャラクター「ギョツとちゃん」

登録しても管理者とのみつながり、他者に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)

広島医療生協の各診療案内 2023年5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 (健診, 内科, 脳神経内科, 精神科, etc.) and their respective schedules and doctors.

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 schedule.

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 schedule.

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 departments (内科・小児科) and schedule.

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 schedule.

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 from Ueyama Station to Hiroshima Ryugasaki 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 from Fujiguan Ryugasaki to Hiroshima Ryugasaki 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 from Fujiguan Ryugasaki to Hiroshima Ryugasaki 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「いっせい」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。



澆	九	和	俗	雪	古	石	天
八	濁	貴	備	稗	竹	蘭	否
原	大	豪	力	案	十	腹	清
山	馱	木	石	粗	寿	羊	念
呆	賦	桜	刺	十	分	屑	分
概	僅	鱈	頭	鈴	界	大	九
根	半	五	温	竹	守	規	魚
微	熱	折	気	端	子	差	湯

- ①カーネーション
- ②腹〇〇に医者いらず
- ③両てんびんを掛ける
- ④きんさで試合に勝った
- ⑤仙境↑〇〇
- ⑥豊後(ぶつご)は現在の〇〇県
- ⑦明日の百より今日の〇〇
- ⑧新鋭↑〇〇
- ⑨あつけない幕切れだ
- ⑩かもしかのような脚
- ⑪春の七草の「すずな」は蕪(かぶ)のことでは「すずしろ」は?
- ⑫桜の花が咲くころに獲れるワカサギなどの事を〇〇という
- ⑬善・悪区別なく受け入れ、度量の大きいこと
- ⑭彼はいつも元気がつらつた
- ⑮蒸したじゃがいものあらねつをとる
- ⑯長居の客を帰らせるまじない。「〇〇の裏に灸」

- ⑰攻撃↑〇〇
- ⑱山田の中の一本足のかかし
- ⑲思う〇〇岩をも通す
- ⑳カープで背番号「32」、高い守備力の若手キャッチャーは「〇〇〇〇選手」
- ㉑おいしい物をたらふく食べたい
- ㉒老女の白髪のこと。「〇〇〇〇髪」
- ㉓おむね成功です
- ㉔八十一歳のお祝い
- ㉕ぬるまゆにつかる
- ㉖運を天にまかせること。「運〇天〇」
- ㉗話をはしよる



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。正解者には抽せんで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

◇締切は六月十五日

クイズ三月号の正解は、「平穩無事(せいおんぶじ)」の中に変わったことも起こらず、日々の生活が穏やかなさまでした。

① 斉藤優汰 ② 白檀 ③ 干渉 ④ 果物 ⑤ 相槌 ⑥ 助六 ⑦ 瑞典 ⑧ 一輪 ⑨ 日傘 ⑩ 厄介 ⑪ 喉元 ⑫ 親王 ⑬ 敬遠 ⑭ 枝豆 ⑮ 寿命 ⑯ 追跡 ⑰ 手繰 ⑱ 炭素 ⑲ 鴛鴦 ⑳ 包容力 ㉑ 蒲公英 ㉒ 一堂 ㉓ 万葉 ㉔ 臍 ㉕ 独活 ㉖ 拔擢 ㉗ 胼胝 ㉘ 真珠

正解者は七十七人でした。

当選者
熊巳 道子様(伴東)
寺田 照子様(可部)
原 明美様(三次)
福田 典子様(毘沙門台東)
松田 郁子様(高取北)



俳句

初蝶と挨拶交わす朝の庭
一年生手さげの刺繍は祖母の役
幾重にも桜真青の空ありて
あと少しこのままで居てやぶ椿
入浴剤入れてお風呂は春の色
黄砂ふる日本列島山や空
昼下りいちじくを食べ夫の優しさ

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

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一四七回発表！)

雨上り散歩の途中つくし摘む 可部 山畑ヒロ子
テレビ見て桜を愛でつティータイム 口田 横地 妙子
世界一ワクワクドキドキWB C 八本松 田原里依子
老夫婦孫の手だけは必需品 毘沙門台 佐々木 恵

歴史紀行

連載 第四十一回

被爆の実相 その⑥ 〜原爆供養塔

ウクライナへのロシアの侵略に終りが見えない中、広島で開催されるG7には平和と核廃絶の大きな足掛かりとなることを願ってやみません。さて、平和公園の中心にある原爆慰霊碑は、埴輪型でさながらお墓のようにも見え多くの人々はこの手で合ませますが、実はここにはお骨は納められて



▲原爆供養塔

「原爆供養塔」と呼ばれ

いけません。この中にあるのは原爆死没者名簿で、お骨は原爆の子の像の西北約五〇mの所にあり直径約一〇mの丸い塚

る所の中に納骨されています。広島で一番の繁華街だった爆心直下のこの辺り一帯は全滅、多くの人が亡くなりおびただしい遺骨が散乱して見えました。その状況を見かねて、被爆の翌年の一九四六年、宗派を超えて結成された広島戦災供養会がこの場所に納骨堂を作り、市内各所にも散乱していた引き取り手のない遺骨も集め納めたのがこの場所です。一九五五年、現在の円形古墳を形どった供養塔が作られました。約七万人分と言われていますが、散乱する遺骨

(郷土作家 つかさまこと (つづく))

組合員の声

- ◆ やつと大好きな春がやってきました。毎日の食事と軽い運動、ちよびりオシヤレも意識しながら明るく過ごせるよう努力します。(川内. A・Y. 74才)
- ◆ 孫が4月から小学校に行きます。シューズ入れ・巾着・バッグを作ってます。わたしの方がワクワクしてます。(八本松. Y・N. 67才)
- ◆ コロナで3年間思うような面会・お世話ができず終焉を迎えようとしている母を思うと、巡って来た春とは裏腹に落ち着かない日々です。(西原. T・N. 74才)
- ◆ 中央図書館移転問題は移転ありき!!で…「はだしのゲン」削除の問題は削除ありき!!で。市議会の市教委の説明が無いことにとっても怒りをおぼえます。(口田. T・I. 76才)
- ◆ 漢字クイズの難易度が高すぎる様な…。あすなる診療所に3か月に一度通院しています。井口先生に良くしてもらってます。(落台南. I・K. 63才)
- ◆ 「からだとくらし」には沢山の話題満載で楽しいです。「研修医レポート」興味深く読ませて貰いました。クイズ楽しみに解きました。が非常に難しかったです。辞書の手を借りました。でもやり甲斐がありました。(あさひが丘. Y・S. 81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: kenmati@hiroshimairyo.or.jp
〒 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もぜひご覧ください!

組合員活動

根の谷サロン

3/22

—可部支部—



3月22日(水)、根の谷サロンではカレー作りを行いました。朝からじっくりと煮込まれた肉と野菜が食欲をそそります!ぐつぐつと材料が煮込まれている間は、風船を使ったオーラルフレイル予防や脳トレをして楽しく過ごしました。大鍋2つで作られたカレーは、あまりの美味しさにあつという間に無くなってしまいました。皆さん笑顔でごちそうさまでした!

これからも根の谷サロンでは、地域にひとりぼっちをつくらぬを合言葉に楽しい事を企画していきます。

【くらしの学校】長束教室 開講

3/22

—長束支部—



『初めての介護』～知っておきたい介護保険申請やサービス～

3月22日(水)広島医療生協介護福祉部長 岡田美杉さんを講師に職員を含め28名の参加がありました。どこに相談に行けば良いの?認定申請は?介護保険認定されるとどんなサービス受けられる?等真剣に受講しました。アンケートでは、「沢山の質問も出て、有意義な学習でした」「これから必要とする時の窓口が理解できた」「何となく知っていた事が多かったが、詳しく知ることが出来たので良かった。介護にかかる(サービスを受ける)費用が思ったより高いと知った」「回数を重ねた方が良いかと思う」「介護と看護の話が聞けて参加して良かった。今は元気ですが、日々気を付けて過ごします」…色々な声が寄せられました。

支部では「くらしの学校」をコロナ禍の2020年を除き、2012年より毎年開講しています。

組合員のひろば

～ No.15 ～

『ソロ花見』

サンセイさんより

「こころ」団地に素晴らしい垂れ桜の群生があり、「ソロ花見」に出掛ました。写真は、知らない方をお願い!パチリ



『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。



EX-URL

〒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

今月のレシピ

優しい春巻き

〈材料〉(2人分)

- 春巻きの皮 ……………6枚
- 小麦粉と水で糊を作っておく
- 生姜 ……………1片
- 鶏ササミ…150g(3本くらい)
- 白ネギ ……………1本
- 酒 ……………大さじ1
- 塩 ……………小さじ1/4
- ★しょうゆ ……小さじ1/2
- こしょう ……少々
- ゴマ油 ……………小さじ1

お好みのソースを添えて召し上がれ!!
作ってみて!!
私の一品
No.83



〈作り方〉

- ①鶏ササミを切り開いて薄くしてから縦半分になり、繊維に沿って細切りにする。
 - ②生姜1片の皮をむいて千切りにする。
 - ③白ネギ1本を斜め薄切りにする。
 - ④ボウルに鶏ササミ・生姜を入れて★を加えて混ぜる。
 - ⑤春巻きの皮に白ネギをのせて、下味のついた鶏ササミと生姜をのせる。
 - ⑥皮の縁に小麦粉の糊をつけて巻く。
 - ⑦フライパンにサラダ油を1センチ強くらい入れて、中火(165～175℃)になったら巻き終わりを下にして3分くらい揚げてできあがり。
- *「生姜」が苦手な人には、生姜の代わりにジャガイモを細切りにして入れます。そのときは風味の為に大葉などを千切りにして、一緒に巻くと爽やかですよ!
(あすなろ地区)



平和 夏のつどい2023



日時：6月29日(木)
13:30~15:00
会場：虹の会館1階「ほっこり」

オープニング♪
シャルウィーコーラス

記念講演 13:50~
「戦争をくり返さないために」
被爆体験語り部
切明 千枝子さん



*原爆のパネル展示もあります
*高齢者いきいきポイント対象です

主催：理事会平和・まちづくり委員会
お問合せ・申し込み
健康まちづくりセンターまで

どなたでも
も参加で
きます

ボランティアさん大募集

☆場所：広島共立病院・外来ボランティア
住所：安佐南区中須 2-20-20
曜日：月~金曜日
時間：9:00~11:30
内容：患者さん利用者さんの誘導・補助

☆場所：広島共立病院・健診センター
住所：安佐南区中須 2-20-20
曜日：月~金曜日
時間：9:00~11:30
内容：利用者さんのロッカー・フロアの誘導、清掃など

*いきいきポイント対象です。来院時に手帳をお持ちください。
*感染対策を万全にして実施します。

申込み：健康まちづくりセンター
TEL (082) 879-8124



地域のみなさんの健康応援隊になろう！

健康サポーター 養成講座

生活習慣や健診(検診)の正しい知識を学び、自分とまわりの方の健康を守ろう。

日時：5月25日(木) 10:00~11:30
会場：虹の会館1階「ほっこり」
(共立病院北側)

< 内容・講師 >

「糖尿病ってどんな病気？」
安佐南保健センター医師
「健診(検診)について知ろう」
安佐南保健センター保健師

参加費無料
要予約(定員 30人)

お申込みは
「健康まちづくりセンター」まで

高齢者いき
いきポイント
対象です

安佐南保健センター・広島医療生協 共同開催

ウォーキングサークルより (里山登山)

今月は、広島市内から眺めると、どっしりとしてあたたかみを感じる山容を、している阿武山(586.4m)に登ります。ご一緒しませんか。(登り2時間20分)

とき：5月25日(木)
集合場所：JR可部線「七軒茶屋」駅
集合時間：午前9時5分

雨天の場合は中止です。
*当日参加もOK
*山登りに適した靴・服装
でお越しください



お問合せ：
090-6841-7819 梶原
090-8600-8315 中井まで

おすすめのダイヤ
あき亀山駅発 8:43~
七軒茶屋駅 8:59 着
広島駅 8:17 発~七軒
茶屋駅 8:53 着