

一人は万人のために
万人は一人のために

4月16日現在
組合員数 45,191人
出資金 13億8,646万円

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.hiroshimairyo.coop

健康まちづくりセンター(旧 組織部)Eメール

sosikibu@urban.ne.jp

地域と共にある 看護ケアを目指して



私の故郷であるこの安佐地区で長きに渡り看護師として地域貢献させていただく事ができるというのは、この上もない幸せを感じています。私が大切にしたいと思っている看護ケアは、「その人らしさを大切に自然



私がこれまで温めてきた
看護とアロマテラピーの融合

広島共立病院副院長 総看護師長 立石 純子

治療力を高める全人的ケアであり、その実現には、今私が学んでいるアロマテラピーが有効であると思っています。

「あなたの手は
本当に温かいね…」

そこで、私と看護ケアにつながるアロマテラピーとの出逢いについてお話ししたいと思います。認知症のあるAさん。私の手を握り、こう言ってくださっていました。「あなたの手は本当に温かいね…ふっくらして気持ちいいね。ずっとなでていいね」。

急性心筋梗塞のため救急車で搬送となったBさん。私は搬送中Bさんの手を取り何気なく脈を診ながら、その冷たく小刻みに震える手をずっとなでていました。回復されたBさんは私の事を覚えてくださっており、

「あの時、あなたが温かな手でずっとなでてくれたから、寒くなかったし安心できたのよ。本当にありがとうね」と言われたのをこの間のように覚えています。



「タッチングと
アロマテラピー」の融合

私は患者さんからお話を聴かせていただくときは、患者さんの視線に合わせ、患者さんの手をとるなどして体の一部をタッチングしながら、心をきくと患者さんに向けるように心がけています。そうすることで私も身も落ち着き、心が癒され、不安感が取り除かれ、豊かなコミュニケーションがとれることを経験しています。アロマテラピーに用い



る「精油（エッセンシャルオイル）」は、自然の植物から抽出した、香りの成分の集合体であり、その成分はリラックス効果だけでなく、私たちの心と身体に様々な効果をもたらします。また、私の目指す究極の看護ケアは「タッチングとアロマテラピー」の融合です。その人に寄り添い触れる事。そこにはアロマテラピーを活用することで相乗効果が期待できます。どうすればひとりでも多くの人に自然界からの恩恵を知っていただく事ができるのかなと考えると、わくわくしてきます。地域と共にある看護ケア、そしてアロマテラピーのもつ思いやりと愛の世界。この地域でその夢を実現するスタートラインに立ちました。その無限の可能性をとてもしみじみしております。これからもよろしくお願いたします。

虹の旗

一九九九年九月にセンター事業団に入り広島共立病院の設備管理に配属されました。病院での勤務は初めてでしたが、業者との関わりで、水回り・塗装技術・エアコン洗浄清掃又清掃担当の女性の方々から清掃ノウハウ、それに付随して感染予防対策清掃・洗剤使用の方法・他網井戸の張り替え・ヘルパー講座でヘルパー資格取得など多くの知識を得た事を生かしながら、病院内で明るく清潔感ある空間作りを目指してきました。その中で最も嬉しかった事は、患者さんからの「いつもありがとう」と言われた言葉であり、サラリーマン時代には経験しなかったように思います。現在は病院からは離れていますが、出来る事はあるのではと思います。仕事をしながら仲間と一緒に休耕田を借りて畑作りに取り組んでいます。未経験ではありますが、近隣の人達に教えて頂いています。その中で、休耕田の草刈をしてほしいとか竹を切つて欲しい、家の掃除は出来ないか等の要望が出て来ます。今までは出来ていた事が出来なくなつたとの多くの声を聴きます。幸いに刈り払い機・チェーンソー取扱資格も林業講座で持っているなど、今までの経験が生かされる事が多くあり、その中で私や同じ仲間が経験を生かしながら出来る事からやって行く思いが強くなっています。地域の困り事は多くあります。それぞれの分野を生かしながら、連携して行ければと思います。

(S・M)

「一意専心」
医局
医師(前期研修医)

「成るように成る」
2階病棟
看護師

「一期一会」
2階病棟
看護師

「地に足を着け、
星を見るんだ」
2階病棟
看護師

「一生懸命」
検査科
臨床検査技師

「一期一会」
救急・内視鏡センター
看護師

「継続は力なり」
3階西病棟
看護師

「笑顔と親しみやすさ」
3階西病棟
看護師

「試行錯誤」
外来
看護師・保健師

「努力と忍耐」
3階東病棟
看護師

「失敗は成功のもと」
3階東病棟
看護師

「唯一無二の看護」
3階西病棟
看護師・保健師

「笑顔を大切にし、
日々学習し努力する」
4階西病棟
看護師

2018年度 新入職員紹介!!

49人の新しい職員です。よろしくお願いします。
仕事をするにあたって、「座右の銘」...

「誠心誠意」
手術室
看護師

「努力は必ず報われる」
手術室
看護師

「継続は力なり」
4階西病棟
看護師

「一期一会」
4階西病棟
看護師



「やり始めたことはやりとげる!!」
コープ共立歯科
歯科医師

「初心忘れるべからず」
コープ共立歯科
歯科衛生士

「日進月歩」
リハビリテーション科
理学療法士

「一期一会」
リハビリテーション科
理学療法士

「聞くのは一時の恥、
聞かぬは一生の恥」
リハビリテーション科
理学療法士

「為せば成る、
為さねば成らぬ何事も」
健康まちづくりセンター
事務

「日進月歩」
受付事務課
事務

「笑う門には福来る」
地域介護相談所
社会福祉士

「継続は力なり」
リハビリテーション科
言語聴覚士

「人生、一度きり」
リハビリテーション科
作業療法士

「いつも笑顔で!!」
あすなろ生協診療所
デイサービス

「一期一会」
メディカルフィットネス共立
トレーナー

「毎日笑顔で、元気に働く」
デイサービスひまわり
介護福祉士

「諦めたらそこで試合終了」
リハビリテーション科
作業療法士

「清廉潔白」
共立ひよこ保育園
保育士

「継続は力なり」
共立ひよこ保育園
保育士

「人生一度きり」
共立ひよこ保育園
保育士

「笑顔と思いやり」
共立ひよこ保育園
保育士

「笑顔」
共立ひよこ保育園
保育士

「わたしは、
あなたの味方です」
共立どんぐり保育園
保育士

「笑顔で行動」
共立どんぐり保育園
保育士

「一期一会」
共立どんぐり保育園
保育士

「継続は力なり」
共立ひよこ保育園
管理栄養士

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) 山地 恭子



特別養護老人ホーム（以下 特養）入所待機者は四〇万人超えと言われていました。平成二七年度から、入所対象者が介護度3以上と制限されたことにより、厚生労働省の発表では平成二九年三月末時点で、二九万五千人まで待機者が減少しました。現在、広島県では約一万人の待機があり、そのうち四三％の方が在宅で待機されています。

広島市は平成二八、二九年度に六一二名分の特養新設方針を打ち出し、事業者の募集を行いま

した。結果、一〇特養、五四〇名分の入所が新たに増えることになりました。安佐南、安佐北区で六カ所の特養が新設されます。設置しやすい立地条件などもあるのですが、安佐地区の住民にとっては少し心強いですね。

特養待機は減った！けど：

②③

めざせ！
つやつや
シニア

健康長寿のための12か条



いつまでも幸せに、健やかに過ごすカギはこれ！

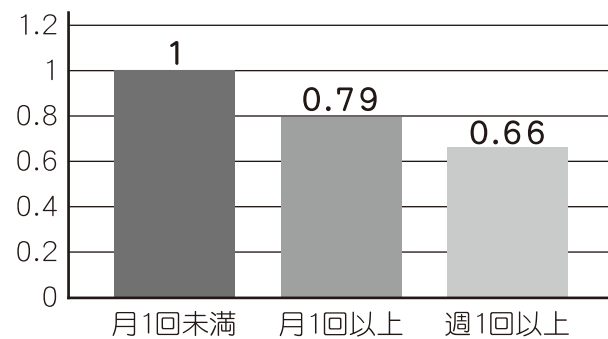
今月は第4条を紹介しします。皆さんも取り組んでみましょう。

広島医療生協 理事長 青木 克明

4 社会参加 “外出・交流・活動”で、人やまちとつながろう！

- 1日1回以上は外出を。
- 週1回以上は友人、知人と交流を。
- 月1回以上は活動に参加しよう。
- 年齢とともに社会活動参加のかたちを変え、無理なく楽しもう。

〈友人などとの交流の頻度と3年後の障害発生の割合〉



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。よろしくお願いします。

連絡先：広島医療生協 本部総務部 TEL (082) 879-1897

4月 理事会だより

(4月21日開催)

経営基盤確立へ正念場

組合員参加強め、事業の持続可能性を追求

6,000万円の資金が減少に 2017年度

患者・利用者が計画に届かなかったことなどにより、収益は1億4,000万円と大幅な計画未達成でした。そうしたなかで、保健予防収益は4億円、介護収益は7億円を初めてそれぞれ超えました。経常剰余は1億2,187万円の赤字で予算に1億円以上未達成でした。共立どんぐり保育園の補助金収入が1億3,714万円あったため、当期純利益は2,881万円の黒字でしたが、累積赤字は13億1,256万円となり、資産に対する自己資本の割合(自己資本比率)は1.0%という状況です。事業で得た資金は4億円で、前年をわずかに上回る状況でした。しかし、借入金元本返済額が前年の年間2億3,000万円から2億9,000万円と6,000万円増えたため、資金は期首よりも増加した借入金返済額に相当する約6,000万円減少しました。

事業で5億円の資金確保が目標 2018年度

事業を通じて5億円以上の資金を確保し、事業を維持するための設備投資(1億7,000万円)と長期借入金元本返済(3億1,600万円)を賄なえるようにします。それに見合う経常剰余は4,000万円以上を目標にし、累積赤字解消の第一歩を踏み出します。

★認知症予防・改善プログラム★ 「シナプソロジー」ご存知ですか？

①シナプソロジーとは？

頭で考えることと体を動かすことをミックスさせたプログラム。頭と体を使うレッスンで、認知症の予防・改善に取り組みます。



認知症看護認定看護師 久保田 浩子

広島共立病院の認知症スペシャリストとフィットネスインストラクターがタッグを組んだ頭と体を使った手軽で効果的なプログラムです。

②どのくらいの時間運動するの？

1回15分程度で手軽に行うことができます。毎日習慣化することで、より認知症予防効果がアップします。



岩崎 歩 インストラクター

メディカルフィットネス共立でレクチャーします！詳しくはスタッフにお尋ねください。



継続は力なり！さっそくやってみよう！

メディカルフィットネス共立

新規会員募集中!! 1,000円で1週間体験し放題！5月末まで！ ※お電話にて予約が必要です

メディカルフィットネス共立と一緒に運動を始めてみませんか？ 初めての方も安心してご利用していただけるよう、しっかりサポート致します！ 詳しくは、お電話にてお問い合わせ下さい♪ TEL 082-879-1126

広島医療生協の各診療案内

2018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.hiroshimairyo.or.jp メール kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp

	診療開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
健 診	(市・被爆者・協会けんぽ等 各種健診、人間ドック他) (乳)乳がん検診	午前 予約制	桑原 (乳)青木	桑原 (乳)青木	儀賀 (乳)青木	桑原 (乳)青木	桑原 (乳)青木	1.3.5週 古江 (乳)青木
		午後 予約制	(乳)青木		古江	桑原 (乳)青木		
禁煙支援外来	健診センターにて	再診のみ		2時～健診外来				
被爆者外来	〈担当医 青木〉			2時～4時30分 青木				
内 科 (当院に初めて 受診される方 は、予約制では ありません。)	午前 9 時～11 時30 分	総合診療内科 予約可	山田・木村 野田	吉國・ウォン 山田	山田・山科 中村(晴)	鷹屋・久保田 吉國	山田・吉國 山科	1.3.5週 秦・鷹屋 山田
		総合診療内科 予約制		大谷				
		循環器内科 予約制	鷹屋・伊藤		鷹屋・村田		秦・村田	
		呼吸器内科 予約制		木山				
		消化器内科 予約制	三田尾	加太・西原	三田尾	西原・中村(真)	ウォン	1.3.5週 ウォン 中村(晴)・久保田
		糖尿病内科 予約制	森下		森下		森下	1.3.5週 森下
	午後 2 時～4 時30 分	総合診療内科 予約制		大谷				
	午後 5 時～6 時30 分 (定期通院されている 予約の方のみ)	呼吸器内科 予約制				2.4週 木山		
		循環器内科 予約制				鷹屋		
		消化器内科 予約制				西原		
糖尿病内科 予約制					森下			
脳神経内科	午前 9 時～11 時30 分 午後 2 時～4 時30 分		祢津					
精 神 科	午前 9 時～11 時30 分	予約制				山本		
緩和ケア内科	午前 9 時～11 時30 分	予約制	本家		本家	本家	加太	
	午後 1 時30 分～4 時30 分							
リハビリ テーション科	午前 9 時～11 時30 分	○理学・作業・言語・ 物理の各療法 予約制	○	○	木村・廣川○	澤○	○	1.3.5週 ○
	午後 1 時30 分～4 時30 分		○	○	○	○	○	
外 科	午前 9 時～11 時30 分 ※第 3 土曜日 (予約のみ)高永甲	予約可	大田垣 網岡	高永甲 長嶺 甲斐	高永甲 網岡	高永甲 大田垣 甲斐	長嶺 網岡	1週 高永甲 長嶺・網岡 3週 大田垣 甲斐・高永甲 5週 交替
	午後 3 時～4 時30 分							
乳腺外科	午後 2 時～4 時30 分	予約可					舛本	
心臓血管外科	午後 2 時～4 時30 分	予約可				片山/山根 交替		
脳 外 科	午後 2 時～4 時30 分	予約制					広島大学	
整形外科	午前 9 時～11 時30 分	予約可	市川 中林・國崎	田中 森	森 坂	市川 田中・國崎	田中 中林	1週 市川・國崎 3週 田中・森 5週 中林
	午後 4 時～6 時30 分							
小 児 科	午前 9 時～11 時30 分	☐小児一般	☐ 東	☐ 森下	☐ 東	☐ 森下	☐ 東	☐1.5週 東 3週 森下 予吉國
	午後 2 時～3 時	アアレルギー 予約制	2時～2時30分 予 森下	予2時～2時30分 東	☐2時～4時30分 1.3.5週 森下	2 時～6 時 ア 東	2時～2時45分 乳1.3.5週 森下 2.4週 東	
	午後 3 時～4 時30 分	予 予防接種 予約制	3時～4時30分 ☐ 森下	☐2時～4時30分 東			3時～4時30分 ☐ 森下	
	午後 5 時～6 時	乳乳児健診 予約制						
	午後 0 時30 分～5 時	カウンセリング 予約制	太田・芳西			太田・芳西	太田・芳西	
眼 科	午前 9 時～11 時30 分	予約可	山崎	出口		水野		
泌尿器科	午前 9 時～11 時30 分	(月)(木)は午前 9 時30 分～ 予約可	広島大学		山崎	広島大学	山崎	1.3.5週 広島大学
	午後 2 時～4 時30 分		広島大学		山崎	広島大学		
耳鼻いんこう科	午前 9 時～11 時30 分		大橋	大橋	大橋	大橋	大橋	1.3.5週 大橋
	午後 3 時～4 時30 分		大橋			大橋	大橋	
皮 膚 科	午前 9 時～11 時30 分	予約可	坂本	坂本	坂本	坂本	坂本	坂本
	午後 2 時～3 時00 分	予約可						
婦 人 科	午前 9 時～11 時30 分	初診(再診) 予約可	三田尾	三田尾	三田尾・秋本	三田尾	三田尾	1.3.5週 三田尾
	午後 2 時～4 時30 分	子宮がん検診 予約制	三田尾	三田尾		秋本		

協同診療所 2015年8月～休診 宍佐南区西原九丁目8-22 TEL:082-874-0455

内 科	午前・午後:休診							
-----	----------	--	--	--	--	--	--	--

津田診療所 宍佐北区可部二丁目13-22 TEL:082-812-2048

内 科	午前9時～12時		木山	三田尾	木山	木山	木山	1.3.5週 木山
	午後3時～5時	(火曜:4時～6時30分)	木山	木山	木山	休診	木山	午後休診

沼田診療所 宍佐南区伴東七丁目38-10 TEL:082-848-4486

内 科	午前9時～12時		吉國	井口	ウォン	山田	西原	1.3.5週 西原
	午後休診		午後休診	午後休診	午後休診	午後休診	午後休診	午後休診

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

内科・小児科	午前9時～12時		井口	小林 内科のみ	小林 内科のみ	井口	井口	1.3.5週 井口
内科・小児科	午後3時30分～ ※受付終了は各曜日をご覧ください		～6時 井口	～6時 井口	～6時 井口	～5時 井口	～6時 井口	午後休診

☐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					※予約制です。急な場合はご相談ください。				
午 前		午前 8 時30・40分～11時30分 (木曜日10時～11時30分 託児ボランティアあり)			大阿 石部		佐々木 大田		大阿 石部		大重 田平		佐々木 大重		阿部		重大 平石		(交替) 大重大阿 田平石部		佐々木			
午 後		月・火・水・金:午後 0 時～ 4 時30分 第 2・4 木曜日 午後 2 時～ 4 時30分			重大 平石		大重 田平		佐々木 大田		大石		第1・2・4・5診療 第3休診		大田		阿部		佐々木		午後休診			
夜 間		月・火・水・金:午後 5 時～ 7 時30分			大重 田平		重平		佐々木 大阿		阿石 部		夜間休診		大田		阿部		佐々木					
往 診		※往診の相談はお電話で受け付けています			午前								大石		佐々木									
					午後		大田		阿部		佐々木		大阿 石部		重平		阿部		佐々木		重大 平石			

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

上安駅 (出発)	大町駅	共立病院 (到着)	共立病院 (出発)	大町駅	上安駅 (到着)
8:00	8:15	8:20			
8:40	8:55	9:00			
9:20	9:35	9:40			
10:00	10:15	10:20	10:25	10:30	10:45
10:50	11:05	11:10	11:20	11:25	11:40
			12:40	12:45	13:00
13:10	13:25	13:30	13:40	13:45	14:00
14:10	14:25	14:30	14:40	14:45	15:00
15:10	15:25	15:30	15:35	15:40	15:55
			16:15	16:20	16:35

※定員13名コミューター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

緑井 (出発)	共立病院 (到着)	共立病院 (出発)	緑井 (到着)
8:00	8:05	9:25	9:30
8:15	8:20	9:45	9:50
8:30	8:35	10:05	10:10
8:45	8:50	10:30	10:35
9:00	9:05	11:00	11:05
9:15	9:20	11:45	11:50
9:35	9:40	12:05	12:10
9:55	10:00	12:30	12:35
10:20	10:25	12:55	13:00
10:40	10:45	14:00	14:05
11:10	11:15	14:30	14:35
11:55	12:00	14:50	14:55
12:15	12:20	15:20	15:25
12:45	12:50	15:50	15:55
14:20	14:25	16:20	16:25
14:40	14:45	17:00	17:05
15:10	15:15	17:15	17:20
15:40	15:45	17:45	17:50
16:10	16:15		
16:30	16:35		

〈土曜日ダイヤ〉

フジグラン緑井～広島共立病院コース

緑井 (出発)	共立病院 (到着)	共立病院 (出発)	緑井 (到着)
8:00	8:05	9:45	9:50
8:15	8:20	10:05	10:10
8:30	8:35	10:25	10:30
8:45	8:50	10:55	11:00
9:10	9:15	11:20	11:25
9:30	9:35	11:40	11:45
9:55	10:00	12:15	12:20
10:15	10:20	12:50	12:55
10:40	10:45	13:10	13:15
11:10	11:15	13:30	13:35
11:30	11:35	14:00	14:05
		14:20	14:25
		14:50	14:55
		15:10	15:15
		15:30	15:35

●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

川柳

夫婦して友達選びのまずいこと

大町西 真野 正子

俳句

路のとう土筆顔出す散歩道

相田 長屋 康子

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第九十四回発表!)

数値みて休質改善やりますぞ

東広島市 田原里依子

俳句

酔うほどに嵐山の花吹雪きをり

緑井 小杉 慶江

俳句

揚げ雲雀干拓の畑広がりぬ

石塚節子

俳句

平穏に迎えし朝や若葉映ゆ

野田八代子

俳句

ポケットに洗濯挟み春の月

中村絹枝

俳句

一輪の白花タンポポ線路道

伊達和恵

俳句

花の中地図から消ゆる鉄路かな

寺本東子

俳句

春日永楽器背負いし異邦人

吉井美智子

俳句

被災地の百花繚乱生きめやも

安永道子

俳句

昼餉後のコーヒー追加菜種梅

竹本旬子

俳句

公園の親子にエール降る桜

桑升幸子

俳句

わが裏庭にしゃやくさきており

河野美智子

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 奨学金制度もあります

電話 082-879-1111 (代表)

広島医療生協の介護・福祉事業案内

あすなろ生協診療所 ☎(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
・協同診療所居宅介護支援事業所 ☎(082)874-4115
・小規模多機能型居宅介護 ☎(082)555-5188
・ヘルパーステーション虹 ☎(082)225-7790

津田診療所 ☎(082)812-2048
・津田診療所居宅介護支援事業所 ☎(082)812-2048
・デイケア(通所リハビリ) ☎(082)812-2048(代)

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

◆締切は六月十五日

クイズ三月号の正解は、「ハルハドコカラクルカシラ」でした。

クイズ三月号の正解は、「ハルハドコカラクルカシラ」でした。

正解者は八十四人でした。
当選者(敬称略)
高田 邦子(川内)
三宅いづみ(安東)
本田 梅香(伴東)
本多 二葉(三次市)
吉川 好則(落合)

クイズ回答
ハガキより

組合員の声

3月14日の学習会「お薬サロン」に参加させていただき、当日組合員に加えてもらいました。皆様どうぞよろしくお願いいたします。(東広島市 F・S)

一年が過ぎるのがだんだん速くなります。つい先日、年が明けたと思ったら4月に入ってしまった。一日一日を大事に有意義に過ごそうと思っていますが、夜になると“あーっ、今日も終わってしまった!”と毎日反省する日々です。(真亀 K・C)

次々と出てくる安倍政権の疑惑には、空を覆う黄砂のようにいやな、腹立たしい思いになります。(口田 T・I)

今月から表面と裏面がカラーになり、豪華になりました。総代会の議案も字が大きくて助かります。方針をしっかりと読んで臨みたいと思っています。(高取南 M・M)

まだかまだかと開花を待っていた桜も、あっという間に終わりに…。でも春はいいですね。水仙、チューリップ、ポピーなど次々と咲き、心癒してくれます。(伴東 U・H)

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。※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。

●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します。写真と合わせてコメントをお願いします。※本紙は広島医療生協ホームページに掲載されます。

●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。※いただいた原稿などは原則お返ししません。

●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。

メール:sosikibu@urban.ne.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
連絡先: TEL(082)879-8124
FAX(082)879-8182

タテのカギ

①NHK大河ドラマの主人公
②一時的に被告人を釈放すること
③子、〇〇、寅…
④広島などの正月過ぎの行事
⑤春、夏、秋、冬
⑥物事が決まること 予算が
⑦野球のシヨート 〇〇〇〇
⑧手
⑨別名ニガウリ
⑩〇〇の大木
⑪檻
⑫水母 海月
⑬肩を支えている骨
⑭締めりがなくなること
⑮〇がゆるむ
⑯色のもとになっている物質
⑰好意や親切に對しありがた
⑱夜中の2時過ぎ 〇〇〇〇
⑲時
⑳吉田松陰ゆかりの山陰の市
㉑物質が酸性かアルカリ性が
調べる紙 〇〇〇〇試験紙
㉒1回で完結 〇〇〇〇小説
㉓〇〇は投げられた
㉔パソコンの操作器具 鼠じ
やないよ

【ハコのカギ】
①縫物の仕事
②年末のこと
③異性を意識しはじめる年

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

強く優しく大きく育て！

組合員活動



「2018年春!! 花見のつどい」を催して

- 佐東地区 佐東支部 -



快晴にめぐまれ、桜も満開が続く中、「お花見のつどい」を催しました。25人が輪になり桜の下で、はじめに本浦福祉部長のお話で「医療・介護・障害同時報酬改定」の学習をしました。社会保障制度の後退は、どんどん進んでいます。人を大切にしない国、介護保険の「国家的詐欺」、尊厳が保持されない「自立支援」などなど…腹の立つことばかりです。

学習後、みんなでお花見弁当を食べながら楽しく過ごしました。最後にAさんのアコーディオン伴奏で、「青い山脈」「みかんの花咲く丘」「ふるさと」などを合唱して終わりました。(かがやく会)

本格的な糠床作り体験

- 共立地区 相田支部 -



春がすぐそこまで来ている様なうらかな日、岩国の漬物の老舗「うまもん」へ行きました。基礎から丁寧に教えていただき、自分で作った糠床は持ち帰りました。これからが各自の腕を試される事になります。

昼食は「半月庵」で岩国寿司やれんこん料理等、郷土色豊かな岩国御膳を堪能。その後、錦帯橋をわたり、白へびの館へ足を延ばしたり、宇野千代さんを偲ばせる数々の作品に触れたり、心身共に充実した一日を過ごしました。

これからも元気で長生きをモットーに、楽しい日々が送れるよう皆で助け合い健康に気をつけて過ごしたいと思っています。

(すまいる班)

 東城町における
「安心して住み続けられるまちづくり」の取り組み

3/4

- 県北地区 東城支部 -



3月4日(日)午後、東城町・田森自治振興センターにて、田森自治振興区との共催で、東城支部としては初めての市民向けの「集い」でした。一部は、広島県医連会長の佐々木敏哉先生の「広島県の新たな医療計画で進む社会保障の縮小～定住社会を目指すまちづくりにあたり」と題しての講演。そして二部では、「安心して住み続けるために」と題してのシンポジウム。

学習会には60名を超える住民の参加がありました。このテーマでこれだけの参加に、関心の強さを感じました。「庄原・東城の切実さを感じた」「県のレベルのお話。とてもわかりやすく勉強になった。もっと時間がほしかった」「医療福祉の動きを継続的に続けてほしい」「老いた親と暮らすために1年前にUターンし、医療、在宅サービスを利用しており、在宅で看取ることが目的です。このような学習会をされたことに敬意を表します」など感想が寄せられました。「集い」終了後、あいさつ回りをし、9名の組合員新規加入、増資が4万6千円あり。支部としての今年度の目標を達成しました。

「安心して住み続けられるまちづくり」のために、各方面と幅広く手をつなぎ、地域の福祉力を高めるために貢献するという点で有意義な学習会となりました。(名越)

色鮮やかで
美味しそう！作ってみて!!
私の一品

No.35



手まりずし

今月のレシピ



〈材料〉(4人分)

米 ……………2合
小えび ……………10g
ずし酢 ……………大さじ4
甘酢しょうが ……………20g
スモークサーモン…4尾 40g
青しそ ……………大さじ2
卵 ……………1個
砂糖 ……………小さじ1/4
塩 ……………ひとつまみ
サラダ油 ……………小さじ1
にんじん ……………20g
枝豆 ……………8個

〈下準備〉

- ①米を洗って40分おく。
- ②甘酢しょうがをしぼってみじん切りにする。
- ③青しそを4等分に切る。
- ④卵を割りほぐし、砂糖・塩を加える。サラダ油をひき、錦糸卵を作り、8等分にしておく。
- ⑤にんじんを花形にぬいてゆでる。

〈作り方〉

- ①米と小えびを普通の水加減で一緒に炊き、ずし酢と甘酢しょうがと合わせてずし飯を作る。4人分のずし飯を12等分する。
- ②1個めはラップを敷き、サーモン・大葉を置き、ずし飯の上に置き丸める。
- ③2個めも同じように、錦糸卵・にんじん・枝豆を置き、ずし飯の上に置き丸める。
- ④3個めも同じように、サーモン・錦糸卵・枝豆を置き、ずし飯の上に置き丸める。

(ぴよぴよちゃん)