

一人は万人のために
万人は一人のために

3月18日現在
組 合 員 数 45,708人
出 資 金 14億1,831万円

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.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

第30回

健康づくり学会を開催!!

「元気じゃけん豊かな人生」 昨日よりも明日をいきいきと」



広島医療生協
広島共立病院 院長
村田 裕彦

三月十四日、第三十回健康づくり学会は、広島共立病院村田院長の記念講演から始まり、県北や東広島といった遠方からの参加もあり、計一五名が虹の会館に集いました。

人生百歳賢く生きよう!

「運動・栄養・社会参加」の実践

村田院長の「人生百歳賢く生きよう」と題した講演では、人生の後半をどうやって健康に生きるかという問題提起から始まり、フレイル(虚弱)予防の三つの柱である「運動・栄養・社会参加」の実践として、脳トレに参加者の皆さん

地域支部からの 実演を交えた活動報告

続いて、橋本研修医から一年間の研修を通じての思いと、地域での組合員との

交流の報告、健診センターからメタボと職種の関係についての報告がそれぞれありました。そして、地域支部からの演題発表は、川内支部の吹き矢班、安西支部のセラバンド班(ゴムバンドを用いた体操)から実演を交えた活動報告がありました。吹き矢班では、礼に始まり礼に終わる、吹き矢の基本動作が説明され、腹式呼吸により腹筋が鍛えられ、複数の班員が減量に成功したとの報告がありました。セラバンド班では、十二年も前から筋力トレーニングを続けていると説明があり、講師をしている組合員による実演も行われました。参加者と発表者の間で質問が積極的に交わされ、非常に活気ある学会となりました。



川内支部
「スポーツ吹矢東野花椿班」実演



▲安西支部「セラバンド班」の説明を聞く参加者

参加者からの声より抜粋

初めて参加しましたが、村田院長のお話が分かりやすくてまた来年も参加しようと思いました。今度、班会で今日学んだ資料を使って学習会を開く予定にしています。

現在メタボでいろいろ体調を壊しているのが、今一生懸命生活を改善しているところです。体重5キロ減になりました。

地域でのいきいきとした 健康づくりの交流の場

昭和五十七年(一九八二年)の「第一回保健活動交流集会」から始まった健康づくり学会は、今回で三十回を迎えることができました。これまで支えて下さった多くの方への感謝とともに、地域でのいきいきとした健康づくりの交流の場として、今後も続けてまいります。ご参加いただいた組合員の皆さん、開催にあたり準備に関わったスタッフの方々、発表していただいた方々、本当にありがとうございました。(第三十回健康づくり学会実行委員会)

総代会の招集

定款第50条に基づき、第60回通常総代会を招集します。

広島医療生協理事長 青木 克明

と き 6月8日(土)
13時30分～16時30分(予定)

ところ 佐東公民館 2Fホール
安佐南区緑井6丁目29-25

虹の旗

私はカタカナ言葉に弱い。生活の中で馴染んでいるものは多くある。しかし、日進月歩の様々な場面に出てくる新しいカタカナ言葉は覚えにくいし抵抗もある。▼介護に関連してもケアマネージャー、ソーシャルワーカー等カタカナ言葉は多く使われている。耳慣れてきているが、どれだけ内容を掴めているか心元ない。フレイル(虚弱)など訳を付けたものもある。▼認知症予防、包括支援など、昔は無かったものに、日本語の熟語が当てられている。それなりに意味が掴めるし、内容を深めるにも抵抗は少ない。▼テレビの俳句番組から日本語の奥深さに感嘆もしている。▼最近のニュースで、「宇宙探索機」は「やぶさ2号」が小惑星「りゅうぐう」に着陸し、小石を採取した着地点を「たまたばこ」と命名した」と報じられた。最新技術の成果に昔ばなしから発想した名がついたのは、ほほえましく楽しいものであった。(H・I)



「声の箱」より ―理事会事業所利用委員会―

【声】 予約して夕方診察に来る時、受付で名前と生年月日を言われるのはどうなのでしょう、人が少なく間違える可能性はかなり少なく、一番聞かれて困る生年月日まで言うのはどうかと思います。臨機応変に対応されてもいいと思います。健康保険証も提示していますし、もう少し個人情報に配慮されてもいいと思います。

【回答】 受付時には様々な場面がございます。氏名が一緒の方、生年月日が一緒の方、また保険証も月1回の確認となるため、毎回の提示でないこともあり、当院として患者間違いを防ぐため、医療安全を第一に考え、氏名・生年月日を患者様より言っていたくことになっております。ご協力をよろしくお願いいたします。

(広島共立病院 受付事務課長)



【声】 (救急車搬送 内科・耳鼻科) 病気知らずの体に突然襲っためまいと嘔吐、起き上がれない恐怖。助けてもらいたい一心で、ためらいながらも娘は救急車に連絡。救急救命士さんの判断で、目が開けられないまま、広島共立病院へ搬送していただき、点滴の救急処置を受けました。早朝にもかかわらず適切な対応、ナースコールにもやさしく応じていただき、安心の治療時間でした。内科から耳鼻科への診察もスムーズに、総合病院のありがたさも痛感いたしました。高齢化は進み、不安はつきまといますが、日夜、医療関係に携わる方々に感謝の日々でありたいと思います。助けていただきました。ありがとうございました。

【回答】 温かいお言葉ありがとうございました。

(広島共立病院 院長)

3月 理事会だより

(3月16日開催)

役員交代のお知らせ

5月1日付をもって、下記の人事を行うことを理事会で承認しました。

信野 哲三

新 代表理事専務理事 旧 常務理事

斉藤 孝司

新 常務理事 旧 代表理事専務理事

学ぼう! SDGs

SDGs(エスディージーズ)とは、持続可能な開発目標の略称で、2015年9月に国連で決められた、国際社会共通の目標です。貧困や飢餓ゼロ、すべての人びとの健康と福祉を、平和と公正を世界の人びとに、17の目標を掲げ、2030年までの達成を呼びかけてい

ます。左記がSDGsのロゴマークとなります。広島医療生協の理念や目標とも一致しています。2019年度は、SDGsとは何かの学習に取り組みます。



【2月の経営】

経常剰余が予算を466万円下回る

2月の事業活動は経常剰余1,964万円の赤字で予算を466万円下回りました。事業収益で予算を725万円下回ったことが要因で、経常剰余では予算未達成となりました。2月末までの累計で、経常剰余は5,636万円の赤字で、2,889万円の黒字予算に対して、予算差は△8,525万円となり、約470万円先月より差が拡大しました。

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



四十年ぶりに民法が大きく改正されます。高齢化、家族のあり方の変化に伴った改正と言われています。これまで、たとえば、夫が妻に自宅を贈与した場合、妻は自宅以外の預貯金などの相続分が減ってしま

う「特別受益の持ち戻し」という原則がありました。が、今回の改正で、婚姻関係の二十年以上の夫婦間の自宅贈与に関しては除外されることに。平たく言うと、夫婦の持ち家を生前に妻へ贈与すると、相続財産としてカウントされないので、相続分が大幅に拡大されることになります。

平均寿命は女性の方が長く、一方で年金は女性の方が少ない傾向があります。夫他界後、経済的に困るケースも日常的に経験します。残される妻のためにどうすれば、という思いをもたれている方も多いようです。該当するかどうか、一度調べてみてはいかがでしょうか。



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

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

沼田診療所 ☎(082) 848-4486

・デイサービス(通所介護) ☎(082) 848-4486(代)

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

・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

・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 ☎0824-64-8444



広島医療生活協同組合

広島医療生協

1号議案

ダイジェスト版

〈わたしたちを取り巻く情勢〉



第30回 健康づくり学会

安倍改憲許さない

先の自民党大会で安倍首相は演説で「いよいよ立党以来の悲願である憲法改正に取り組む時が来た」と述べ、改憲への執念をあらわにしました。安倍首相が9条に自衛隊を書き込む明文改憲を持ち出すのは、自衛隊が大手を振って、海外での戦争に参加できるようにするためです。憲法9条に「自衛隊」を書き込めば、1項、2項の戦争放棄・戦力不保持・交戦権否認の規定が空文化・死文化します。どんなに理屈をつけても、危険な改憲は許されません。

〈2018年度のまとめ〉

医療福祉生協の地域包括ケアの実現

安心してくらせるまちづくりに貢献共有するため、地域包括支援センター、安佐南区社協、学区社協、ワーカーズコープ等との連携でサロンや介護予防教室を各地で行いました。広島市の地域高齢者交流サロン事業に申請し、新たに3班が認可されました。

協同組合間共同・連携の前進

生協ひろしま、広島中央保健生協、広島医療生協の三生協の・三生協連帯連携の取り組みは、介護事業をめぐる情勢の大きな変化のなかで、事業の持続的な発展を展望した高齢者のすまい事業の実現を含む介護事業戦略づくりをすすめることになりました。

西日本豪雨災害支援に取り組んで

7月に起きた西日本豪雨災害では、県内に甚大な災害が発生しました。広島医療生協では、あすなろ生協診療所が敷地内建物周辺への土砂流入などで半日休診する被害がありました。全日本民医連による坂町支援への参加などを行いました。



7月土砂災害 口田南3丁目

健康づくりの活動の発展

「けんこうチャレンジ」は、県内3つの医療福祉生協や生協ひろしま等が共催し、実行委員会には昨年同様広島県やJAも参加し取り組みました。当生協ではこれまでの取り組みが定着してきましたが、昨年比では69%の1753名の実施にとどまりました。いっせい班会などで「フレイル予防」「あ

いうべ体操」や「医療福祉生協の健康習慣」「すこしお生活」の普及に努めました。

患者・利用者のニーズに応えた医療福祉活動

広島共立病院は新病院が開設し4年半が経過しました。救急医療、リハビリテーション、緩和ケア、ヘルスプロモーションの4つの重点活動として、安佐地区の総合的機能をもつ医療機関として役割を果たしてきました。各診療所、介護事業所は人材の確保や経営活動など困難が多い状況にありますが、医療と介護の連携という強みを生かし、患者・利用者のニーズに応えた活動を前進させました。

新たな支部づくりの追求

地元の状況や要望を知ることが大切しながら支部での活動を進めてきました。支部結成について白木地区の分割は青空健康チェックやJA主催の100歳体操での健康チェックは、継続しました。

経営の安定をめざして

経常剰余は約3500万円の赤字で、前年から改善したものの予算を約8000万円下回りました。事業収益は前年より2億円以上増加しましたが、予算に対しては1億円以上の未達成でした。事業費用では人件費が前年から1億4000万円以上増加しました。

2018年度経営見込み

単位:千円

	実績	予算	予算差	前年実績	前年差
事業収益	5,885,815	6,000,657	-114,841	5,671,890	213,925
事業費用	5,916,978	5,935,351	-18,373	5,776,454	140,524
人件費	3,702,645	3,692,241	10,404	3,558,568	144,077
減価償却費	365,827	365,827	0	417,893	-52,066
事業利益	-31,163	65,305	-96,468	-104,564	73,401
経常利益	-34,696	44,879	-79,576	-121,869	87,173

(3) 診療所の活動・訪問系介護事業の活動

- 在宅医療を引き続き重視し、法人内の連携を充実して強化します。また、介護との連携も重視し、事業所間連携を強めるなど、切れ目のない事業をすすめます。
- 津田診療所のリニューアル構想を組合員とともに作成します。あすなろ生協診療所では、将来の事業構想づくりに向けた準備をすすめます。
- 沼田診療所創立30周年記念事業を成功させます。
- 居宅介護支援事業については、統合と機能分担により経営改善を進めます。

(4) 被ばく者医療・被ばく者支援

- 国内外の被爆者支援を続け、被爆体験を継承します。
- 核兵器禁止条約の早期発効をめざして広島の市民団体とともに行動を続けます。

(5) 医療と介護の連携強化

- 広島共立病院、各診療所、各介護事業所の生協内連携を強化するための交流会や合同研修等を開催し、顔の見える関係づくりにいっそう力を入れます。

(6) 介護分野の具体的な事業と運動

- 地域の実態やニーズに基づいた介護事業・助け合い活動等の展開に向けて、他生協の実践などから学び具体化に向けて検討します。
- サロンやたまり場、班活動など人が集い交流する場を地域にひろげ、横のつながりをつくるための交流会を開催します。また助け合い活動に関する交流会も開催します。

(7) 子どもへの支援

- 安佐南区は待機児も多く3歳未満児の保育園入園が厳しい現状があります。今後も、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安定した保育園運営をめざします。

(8) 組合員の事業参加

- 事業所利用委員会は、引き続き各事業所の活動交流を行い、利用しやすく、かかりやすい事業所になるよう意見交流を進めます。
- 事業所利用委員会は診療部門や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. 社会保障の充実と平和の活動

- 広島医療生協全体および支部・班・職場を単位とする憲法学習会に取り組みます。「安倍9条改憲NO!憲法を生かす全国統一署名」を地域に広げて目標を達成します。
- 原水爆禁止世界大会および「ピースアクション2019」へ積極的に参加し、核兵器廃絶の運動に取り組みます。
- ヒバクシャ国際署名を多くの団体や県生協連と連帯し取り組み、核兵器廃絶の運動を次世代へ継承します。

- 消費税10%増税に反対します。
- 75歳以上の医療費負担2割化反対の署名を取り組みます。
- 一支部一要求運動に取り組み、安心安全で住みやすいまちづくりを目指します。
- 高齢者公共交通機関利用助成事業を敬老パス(注)に拡充する取り組みを進めます。
- 福島県磐梯熱海市で開催される日本高齢者大会(9月25～26日)に代表を派遣し、成功に貢献します。

8. 組織づくり

(1) 地域のつながりづくり

- 地域の強み等の状況を知り、組合員のくらしを支える支部づくりをすすめます。
- 安佐南区・安佐北区では生活圏域での支部をめざして、中学校区ないし小学校区単位に支部づくりに取り組みます。

(2) 生協を強くする取り組み

- 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。
- 支部の積立増資者1,500人、事業所では1,500人(職員の積立含む)を目標とします。
- 増資実人数目標を7000人とします。
- 班会開催・班づくりは、1,500回・50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

- 医療福祉生協の様々な活動への参加に結びつくようホームページをいっそう充実させます。

9. 経営・マネジメント

～マネジメント力を強め、必要利益を確保し、

経営の安定を図ります～

- 事業を通じて5億円の資金を確保し、事業を維持するための設備投資(1億5000万円)と長期借入金元本返済(3億円)を賄います。
- そのための必要利益(経常剰余)7000万円の黒字を達成します。
- 経営学習をおこない全職員参加の経営をすすめます。
- ISO9001マネジメントシステムは品質管理委員会を中心に、内部監査員をはじめとした職員のシステムへの理解とチェック機能の力量向上に取り組みます。
- 労働関連法の改定にともなう、超過勤務や有休消化の制度改正に対応し、コンプライアンスを重視します。

10. 専門職等の確保・養成

- 2020年度卒後臨床研修医を定員の3名を確保します。
- ふれあいセンター協同の管理を担う医師など、診療所勤務を希望する既卒医の確保に努力します。
- 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。
- 広島医療生協福祉職部会による学生等職場体験・ボランティア受け入れづくりの中で新卒者の採用を進めます。
- 介護職員の自主的な取り組みである、広島医療生協福祉職部会の取り組みを支援します。



〈2019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

- 一支部一居場所づくり(サロン・たまり場)や「助け合いカード」の活用、有償ボランティア等のくらしの助け合い活動に取り組みます。
- 各事業所と地域組合員が連携して「患者、利用者の困りごと」解決のための仕組みを具体化します。
- 「ワイワイ広場」(子ども食堂)を町内会とも連携し地域に広げます。
- 認知症カフェの定期開催を目指します。
- 地域組合員や利用者から生活困難を抱える人を出さないための受け皿(サロン・たまり場や事業受託、介護事業の展開)づくりを進めます。



どんぐり保育園 開園式

象に、医療福祉生協の健康習慣の普及や健康寿命を延ばす取り組みとして広げます。

- 「フレイル予防運動」(注)「すこしお生活」の普及・実践をすすめ、生活習慣の改善や定着をはかります。「けんこうチャレンジ」や「すこしお生活」の活動をきっかけに班づくりにつなげます。
- 健診受診運動を積極的に取り組み、早期発見、早期治療に努めます。その中でも郵送を利用した大腸がん検診の普及に力を入れます。
- 「健康サポーター養成学校」開催の普及とともに、「体組成」「血圧」の判定表を基に、組合員が自立して健康チェックができる環境づくりをすすめます。健康サポーターの活躍の場づくりを継続して検討します。



市民アクションピースパレード

2. 協同組合間共同・連携

- 三生協の連携連帯の取り組みをすすめる連帯協議体に参加し、その事務局を担う人材を派遣します。
- 広島県農業組合中央会(JA)などの協同組合と共通した課題で協力した活動に取り組みます。

3. 「いのちの章典」を実践する人づくり

- 組合員が自分の力を発揮し、育ち合える職場づくり、支部づくりにとりくみます。
- 地域組合員と職員組合員とが協同してとりくめる学習の場づくりを提供します。
- 教育学習月間にすべての支部、職場が参加し、学びを力に生協強化月間につなげます。

4. 災害支援・災害対策の活動

- 「広島土石流災害対策現地連絡会」から発展変更した「災害に強いまちづくり連絡会」に参加し、引き続き被災者支援・災害に強いまちづくりを進めます。
- 日本医療福祉生協連合会と協同連帯し、引き続き東日本大震災被災者支援等に取り組みます。

5. 健康づくり

- 5年目を迎える「けんこうチャレンジ」は、広島県をはじめとした行政や他団体との連携をより一層強化し、県内全域を対

6. 医療福祉活動

(1) 病院機能向上

- 広島共立病院は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発揮します。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ます。医療活動においては、救急医療、リハビリテーション、緩和ケア、ヘルスプロモーションの4つの重点活動に引き続き取り組みます。
- 地域の医療機関と連携し、「地域医療支援病院」を目指します。

(2) 歯科の発展

- 第2歯科診療所建設準備会の立ち上げに向け、体制や、医療構想・立地条件などの検討を進めます。
- 健康まちづくりセンターや介護事業所とも連携し、無差別・平等の地域包括ケアを目指します。

広島医療生協の各診療案内

2019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.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)川口	廣川 (乳)青木	桑原・廣川 (乳)川口	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)川口			
禁煙支援外来	健診センターにて	再診のみ	予約制	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 舟木・高橋	吉國・ウォン 山田・下地	山田・山科 中村(晴)・舟木	鷹屋・久保田 吉國・野田	山田・山科 舟木	1.3.5週 鷹屋・山田 舟木
		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		加太・西原		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				
		リウマチ科	予約制			舟木			
	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		予約制	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○	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 郷田	長嶺 中島	郷田	大田垣 中島	長嶺 郷田	1週 長嶺・郷田 3週 大田垣 中島 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					舩本	
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・土井 濱西	田中 森	森 亀井	市川・田中 濱西	田中 土井	1週 土井・濱西・市川 3週 田中・森 5週 市川・濱西
	午後 4 時～6 時30分		予約可		1.3.5週 市川 2.4週 濱西 土井		森 古田		
小 児 科	午前 9 時～11時30分	☐小児一般		☐友田	☐森下	☐友田	☐森下	☐友田	☐1.3.5週 森下 ☐吉國
	午後 2 時～3 時	☐アレルギー	予約制	2時～2時30分 ☐森下		☐2時～4時30分 1.3.5週 森下 2.4週 友田	2時～2時30分 ☐友田	2時～2時45分 乳1.3.5週 森下 2.4週 友田	
	午後 3 時～4 時30分	☐予防接種	予約制	3時～4時30分 ☐森下				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	高本	出口		益田		
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	1.3.5週 坂本
	午後 2 時～3 時00分								
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	三田尾	三田尾	1.3.5週 三田尾
	午後 2 時～4 時00分	子宮がん検診	予約制	三田尾	三田尾		三田尾		

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	廣川	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 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)		大阿神佐 石部田木	大田	大阿神 石部田	大重 田平	佐 々木	大重 田平	阿 部	重 大 平 石	神 田	(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1・2・4木曜日 午後2時～4時30分		大重大 田平石	大重 田平	佐 々木	大 田	大 石	神 田	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	大阿神 石部田		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	神 田	佐 々木		
		午後	阿神佐 部田木	大阿神 石部田	重 平	阿 部	佐 々木			重 大 平 石	神 田		

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

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。



長	苦	恵	天	拒	甲	喇	韋
金	碇	公	鹹	蛸	円	野	寿
平	馱	脱	依	馬	行	捻	飯
火	羅	続	卯	蚕	気	島	辛
出	怙	放	比	蒲	甚	州	解
絶	六	悄	地	酸	月	草	滑
文	久	叭	英	転	継	似	行
鱈	徒	水	縄	行	線	広	義

- ①陰暦4月の異称
②広島東洋カープ背番号「5」の選手は？「〇〇〇〇選手」
③入浴時間が短いこと。「からすの〇〇」
④受諾→〇〇
⑤よく走る神として知られ、転じて足の速い人のこと
⑥たんぽぽ
⑦人々を圧政からかいほうする
⑧炭火を入れて手足をあたためる道具
⑨日本のバームクーヘン発祥の地は、広島の〇〇です
⑩春はさわらといいたこがおいしい
⑪いこじになってしまった
⑫茎と根は生薬になる4月頃咲く「いかりそう」
⑬中止→〇〇
⑭失敗してしよげる
⑮五街道は東海道・中山道・日光街道・奥州街道・〇〇街道
⑯一茶の句「村中にきげんとらるるかいこかな」
⑰どこまでいっても一致しない「〇〇〇をたどる」
⑱五味は「甘・〇・〇・〇・〇」
⑲漁業・商売繁昌の神様「〇〇〇」
⑳長男は弟妹よりもおっとりしているの意味「惣領の〇〇」
㉑らっぱを吹く
㉒生活費からこづかいをねんしゅつする
㉓元素記号「Au」の金属は？
- ⑭だつぷろい家
⑮じょうもん時代
⑯ローマ
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、「一意専心」(二つのことに集中するさまを表す)でした。
①菜箸 ②呆気 ③智利 ④愛嬌 ⑤水金地火木 ⑥織田幹雄 ⑦自生 ⑧雪辱 ⑨抄抄 ⑩無尽蔵 ⑪竹麦魚 ⑫珠光 ⑬寛容 ⑭鷲・鳥 ⑮如月 ⑯晩酌 ⑰依託 ⑱紫式部 ⑲炬燵 ⑳眼鏡 ㉑大歩危 ㉒羅馬尼亞 ㉓挨拶 ㉔山茶花
正解者は八十八人でした。
当選者(敬称略)
木村久美子(川内)
祇園白秋美(大塚西)
藤井 保江(三次市)
芥川津代子(口田南)
中 敢司(長楽寺)



歴史紀行

連載 第五回



銀山落城、戸坂千足伝説！

せんぞく

要害堅固で鳴った銀山城(武田山)も天文一〇年(一五四一年)、ついに落城の時を迎えます。前年、武田光和が亡くなった後、跡目をめぐって家中が紛糾。鎌倉時代からの有力な臣下であった熊谷氏(可部三入)や香川氏(八木)らも毛利方に寝返り、最後には累代の家臣数百人が城に立て籠もりました。しかしそ



▲山上より戸坂千足辺りを望む

ち死ぬ覚悟で難攻不落の城に立て籠もるのですから容易には落とせません。そこで、希代の策略家、毛利元就は一計を案じます。まともに正面から攻めたのでは攻略できないと、近隣の村人たちから千足の草鞋を集め、これを油に浸して火をつけ、八木の辺りから夜の太田川に流したのです。煌々と火のついた大量の草鞋は戸坂の今の安芸大橋辺りにあった渡船場付近で大きく渦を巻き、これを見ると毛利の大軍が集結し正面から攻めて

来るように見えました。武田方は山の南の祇園側に全軍を集め防衛を固めていたところ、背後の沼田側から奇襲を受け不意を突かれて遂に三〇〇年続いた城も落ちたと言います。また万一の時には鐘を鳴らして知らせるこ

寺にも毛利方が手を回し、これをさせなかったとも…。毛利軍の草鞋伝説は、武田山落城秘話として「戸坂千足」の地名とともに今に語り伝えられているのです。(つづく)
(郷土作家 つかさまこと)

俳句

高速を友とドライブ木の芽立つ 竹本旬子
脳トレの本も開かず春炬燵 桑升幸子
夫の手術子から聞き安堵春日和 河野美智子

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一〇四回発表！)

俳句

さあ春だ校歌が何度聞けるかな

中筋 湯浅 博明

春光がガラス越しての夜明かな

口田 山本 千ズエ

開幕のエースに桜吹雪舞い

観音町 竹本 篤司

空気まで華やぐごとく春兆す

緑井 小杉 慶江



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

- 総手紙・川柳・写真・俳句・短歌など、ジャンルは問いません。
- 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もお願いします。
- 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。
- 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。

※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。
※本紙は広島医療生活協同組合ホームページに掲載されます。
※いただいた原稿などは原則お返ししません。
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 広島医療生活協同組合健康まちづくりセンター
連絡先: TEL(082)879-8124 FAX(082)879-8182



クイズ回答 ハガキより 組合員の声

フィットネスで汗を流しています。元気に生々とされている方が多く、目標になります。(八木、H・M)

歴史紀行、愛読しています。次号、銀山城が楽しみです。
広島共立病院のお陰で私はまだ元気で、週1～2回平和公園で平和学習ガイドをしています(被爆者です)。(毘沙門台、M・S)

2月13日、「ふれあい喫茶」…排泄ケア認定看護師さんが『尿もれ・骨盤底筋体操』。我が身にも起こる事と思いつつ、学ばせていただき感謝いたします。ありがとうございました。(東広島市、F・S)

今年は雪が少なく気温も安定しているので、桜が早く咲きそうな予感。今は花粉に悩まされてます。(落台南、H・Y)

「親子リズム」に通わせてもらっていた長女も、もう高校一年生になりました。「漢字クイズ」、調べないと出てこない熟語もあって、楽しく解かせてもらいました。(古市、T・S)

桜と笑顔が満開!! 組合員活動

お楽しみ広場 歌声喫茶

2/26

— 中筋支部 —



2月26日、中筋支部で行っているサロン「健康づくりとお楽しみ広場」で、歌声喫茶を開きました。毎年この時期に、生のキーボード伴奏に合わせて歌を楽しむ企画を行っています。

参加者からは、配布された歌本を見

ながら「この曲歌おうかね〜」「次はこっち!」など、次々とリクエストが出てきて、1時間があっという間に過ぎてしまいました。

毎回新たな顔ぶれを見かけるサロンですが、この日は支部ニュースでお知らせしていたこともあり41名の方が来場され、にぎやかな歌声を響かせていました（予備の歌本が足りなくなるほどの活況でした!）。

お楽しみ広場は、おしゃべりや手芸、健康チェックなどを楽しんでいる、広島市指定の地域高齢者交流サロン事業です。毎月第4火曜日、中筋駅近くの中筋福祉会館で行っていますので、年齢に関係なくどなたでもぜひ一度足をお運びください。（Y・H）

平和がいいね! PEACEパレードin緑井

3/2

— 地域みんなで声合わせ —

3月2日（土）の午後、緑井にて今年度2回目の「平和がいいね! PEACEパレードin緑井」が開催されました。80人を超える参加がありました。憲法9条を守ろう! 平和を守ろう! と多くの組合員さん方、職員、地域の方々が集まって下さいました。今回は手作りの物も持ち寄り、楽しめるパレードにしようということで、鯉のぼりやタペストリーなどを掲げてみんなで歩きました。憲法9条の縛りのおかげで、日本は今日まで、戦争に巻き込まれることはありませんでした。自衛隊員は、一人も海外で戦死することはない、一人も殺すことはありませんでした。戦争をする国づくりに反対し、憲法を守り暮らしに活かす政治を求めます。



▲ストップ! 戦争する国づくり安佐地区市民アクション

大塚公民館まつり

3/17

— 春に向けての健康づくり —



3月17日（日）、大塚公民館まつりが開催され、広島医療生協 大塚支部は健康チェックで参加しました。イベント会場とは別の階だったので、静かな場所で測定できました。お祭りの高揚感も影響したのか、または階段を昇って来られたせいか「今日は血圧が高めだ」という声が多く聞かれました。コープ共立歯科も子供の歯科チェックで参加されたので、その保護者の方を医療生協の健康チェックにお誘いしました。若いお父さん方は普段あまり体脂肪や内臓脂肪の測定をされたことがなく、測定結果を見て改めて日頃の運動不足を痛感されていました。「体脂肪や体重が落ちない」と言われる中高年の方や、「太りたくても太れない」という若い方、体脂肪の値を知るのが嫌なので測定しない」といわれる方、「肥満は重々承知している」という高齢の男性など色々な声を聞くことができました。春に向けて健康作りのきっかけになればと思います。

（大塚支部）

ホクホクで
美味しい〜!

作ってみて!!
私の一品

No.44



今月のレシピ 肉のロール巻き



〈材料〉

豚肉の薄切り肉（牛肉でもOK）
ニンジン
山芋
白ネギ
塩コショウ
タマネギ
焼肉のタレ

〈作り方〉

- ①ニンジン・山芋・白ネギを巻きやすいようにスティック状に切る。
- ②ニンジンをゆがく。
- ③薄切り肉を広げ、塩コショウをする。
- ④ニンジン・山芋・白ネギを芯にし、薄切り肉を巻く。
- ⑤フライパンにサラダ油を熱し、巻き終わりを下にして並べ、全体に焼き色がつくように転がしながら焼く。
- ⑥タマネギをすり入れた焼肉のタレをからめて出来上がり。

（佐東地区）



▲〈絵手紙〉本田梅香



▲〈絵手紙〉三宅いづみ