

一人は万人のために
万人は一人のために

5月15日現在
組 合 員 数 45,487人
出 資 金 13億7,095万円

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(旧 組織部)Eメール
sosikibu@urban.ne.jp

楽しく取り組もう!

「けんこうチャレンジ」



パソコン・スマホからもチャレンジ!

配布しているパンフレットに書き込むほかに、QRコードを読み込んでWebからも取り組めるようになりました。多くの方のご参加をお待ちしております。



けんこうチャレンジは、医療福祉生協の健康習慣「八つの生活習慣と二つの健康指標」を実践し、生活習慣の改善につなげていくものです。チャレンジ項目の中から自分ができそうなものを選び、子どもは三十日間、大人は三十日間または六十日間取り組めます(今年度から大人の取り組み日数が選択制になりました)。

二〇一八年度は申込カードを一七五三人、報告カードを一〇三七人が提出し参加されました。県内の医療福祉生協をはじめ、生協ひろしまやJA広島中央会などの他団体、広島県と合同の実行委員会をもち、共同のパンフレットを作成し県内全体を巻き込んだ健康づくり運動を推進できるようにしました。その結果、広島県全体で四二三人の参加になりました。

二〇一九年度は全体で六〇〇〇人目標、広島医療生協では一五〇〇人を目標に取り組みます。今年度から報告カードのみの提出となりました。昨年度に引き続き、報告カードを提出された方に抽選でプレゼントをお渡しいたします。引き続き健康づくり運動にご協力をお願いいたします。

広島医療生協では楽しみながら気軽に健康づくりの習慣を身につけられるよう、毎年七月一日～十月三十一日までけんこうチャレンジを実施しています。(今年度目標二五〇〇人)

昨年度の報告カードより



お父さんお母さんが喜んでくれるのが嬉しかった。

(お手伝いにチャレンジした10歳女の子)



歯医者に行き、歯垢を取りに行ったときにすごくきれいでしたと言われました。10分間毎日歯磨きしました。



(80代女性)



毎日続けてできたので良かったです。

(歯みがきとあいっぺ体操にチャレンジした11歳女の子)



(70代女性)

続けることの難しさがよく分かりました、最後の方では膝痛になりましたが一週間て治りました。嬉しいです。

声を掛けなくても自分から取り組んでいました。



(お母さん)

取り組みの多かったコースベスト3

- 〈大人〉 第1位 ちょい足し運動
第2位 +1000歩
第3位 歯みがき
- 〈キッズ〉 第1位 歯みがき
第2位 お手伝い
第3位 ごはんをしっかり

昨年度のプレゼント当選者



- キッズ……………5名
- ふれあい地区 ……2名
- 歯科地区 ……4名
- 佐東地区 ……1名
- 共立地区 ……4名
- あすなろ地区 ……3名
- 沼田地区 ……1名

虹の旗

「コスタリカの奇跡」という映画を観た。一九四九年に日本と同じ軍隊を持たないという憲法を持つ国というくらいは知っていたが、なぜ「奇跡」なのかよく理解できなかった。▼それまで国家予算の三割を軍事費に回していたのを教育や医療に使うようになり福祉が充実し国民の暮らしが安定した。今、一五一ヶ国のうちに幸福度指数のランキングでトップである。▼紛争の多い中米のコスタリカで六十五年以上、軍隊なしで安全を保っている。それを可能にしたのは何なのか。紛争があれば交渉し話し合う。有事には国際法が助けてくれるという国際法への信頼がある。実際に、国連で核兵器禁止条約の交渉会議で議長として活躍しているエレン・ホワイトさんはコスタリカの人だ。▼目から鱗の映画です。日本は今、平和憲法を変えて戦争する国に進むかどうかの岐路に立たされている。是非、多くの人に観てほしい。

(T・F)



シリーズ第33弾

広島共立病院の
プロフェッショナルたち

「広島医療生協と

共に歩んだ三〇年」

広島共立病院 元院長

青木 克明 医師



昨年八月に心臓弁膜症の手術を受けてから健康に不安を抱えるようになり、九月末に退職して、自立しているうちに家族とともに東京で暮らすこととなりました。

一九九〇年から広島共立病院に勤務し、

ふるさと・平和のまち広島で、医療生協の皆様とともに命と平和を守るための様々な活動に参加できたことを嬉しく思い、厚く感謝いたします。

二〇〇二年からの五年間は病院長を務めさせていただき、回復期リハビリ病棟、電子カルテ、

医師

病院機能評価の課題をみんなの協力



▲大きく育った被爆アオギリ3世の樹をバックに

で達成できました。その後は健診専任となり「健診は健康づくりの一年塚」をモットーにしてきました。昨年度の健診受診者は一万五千人、大腸癌は一万件、乳癌は五千件を越えました。

者医療、原爆症認定、在外被爆者、黒い雨被爆者、福島原発事故で広島に避難してこられた方たちへの援護と核兵器も核発電もなくす活動に取り組んできました。

先の東大和市の公園には東京大空襲で焼け残った変電所があり、傍らには広島市から贈られた被爆アオギリ二世が植えられています。

東京に移住しても皆様と心をひとつに活動を続けていきたいと思っています。

5月 理事会だより

(5月22日開催)

第60回総代会にむけて
安心して住み続けられるまちづくり

第1号議案 まとめと方針

他団体との連携を通じて、サロン・たまり場での100歳体操が広がりしました。地域の困りごと解決の仕組みとして「地域助け合いカード」の運用を開始し、東広島では有償ボランティアが始まりました。昨年7月の西日本豪雨災害では診療所の被害対応に対応しながら、全日本民医連の坂町支援・JMAT派遣などを行い、年度末に広島共立病院が災害拠点病院に指定されました。2019年度は地域と事業所が連携して、「患者利用者の困りごと」解決の仕組みの具体化や、地域包括支援センターと連携した「つながりマップ作り」、1支部1居場所づくりをさらに進めます。「地域まるごと健康づくり」を進めるために、すべての世代を対象とした健康づくり運動として、「早期発見・早期治療に役立つ健康診断」を行います。

第2号議案 決算等2018年度事業報告決

経営は収益が58億7,400万円で、前年から2億200万円増やしましたが、計画を1億2,000万円以上未達成となりました。費用は59億200万円で、計画を3,300万円下回りました。その結果、経常剰余は2,583万円の赤字で予算を7,070万円下回りました。

第3号議案 2019年度予算案

今年度は事業活動で5億円の資金を獲得する目標で、予算編成を行ってきました。収益60億7,000万円となり、前年より1億9千万円増加させます。費用は59億9,200万円で人件費などの増加で前年より9,000万円増加することとなります。その結果、経常剰余は6,500万円の黒字、これにもとづき、予想した事業で獲得する資金計画は約5億2,000万円で、何とか当初の目標の予算案となりました。



お知らせ

2019年中四国 組合員活動交流集会 IN ヒロシマ

■日時: 7月16日(火)13:30から 7月17日(水)12:00まで

■会場: グランドプリンスホテル広島(広島市南区元宇品)

☆1日目プログラム 13時30分～

講演だけの参加は1,000円!!

①オープニング企画

②記念講演:

「知らなかったぼくらの戦争」
～今、伝えたかった詩(うた)～
アーサー・ビナード氏

原爆のこと、改憲のこと、言葉の持つ力のことを縦横無尽に語ります。



詩人

アーサー・ビナード氏

③現地報告

・広島平和ゼミナールの取り組み

・「ピカに灼かれて」被爆者聞き取り活動に取り組んで

④災害から1年経っての報告

・広島中央保健生協

・倉敷医療生協

⑤夕食交流会

☆2日目プログラム 9時～

分科会

ご希望の分科会をお選びください。

① 班活動について

② 健康づくり活動

③ 居場所づくりについて

④ 平和とくらしについて

⑤ つながりマップについて

⑥ 移動分科会 バス移動で「原爆遺跡を巡る」

※移動分科会のみ8:30出発となります。

閉会 12時終了

■申込み、ご質問等は広島医療生協 健康まちづくりセンターまで

実行委員会: 広島中央保健生協・福山医療生協・広島医療生協

事務局: 広島医療生協 健康まちづくりセンター ☎082-879-8124



新コーナー!

職場紹介シリーズ ~第1回~

広島共立病院 受付事務課



受付事務は、患者さまが最初に接する、病院の「顔」ともいえる部署です。総合受付、会計担当をはじめ、各診療科窓口での対応を行っています。毎月の保険証確認や初診患者のカルテ作成、代表電話・窓口での診察予約業務、書類申込の受付も担当しており、さまざまな問い合わせにお答えする仕事です。患者さまが安心して診察を受けられるよう、日々笑顔を忘れず、柔軟かつスピーディーな対応を心がけています。

(受付事務課)

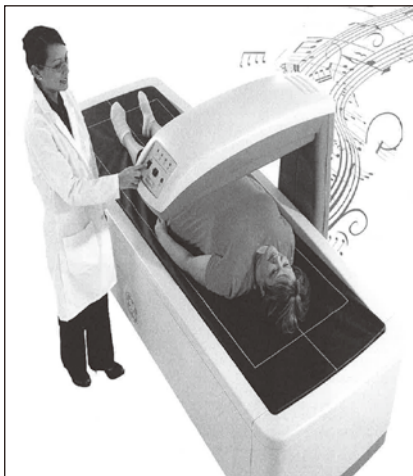
「声の箱」よい —広島共立病院利用委員会—

【声】 本日、整形外科から腰のレントゲン、骨密度の検査に放射線科にいきました。男性のレントゲン技師さんもやさしく誘導して頂きました。又、女性のレントゲン技師さんも骨密度をはかるのに、やさしく誘導して頂き、安心して検査を受けられました。ありがとうございます。事務の方、技師さんありがとう、やさしい心は患者の力になります。感謝致します。又、共立病院の骨密度の機械はすごいです。こんな機械は初めてでした。立派な機械がふえる事は、地域住民にはありがたいです。さっそく増資を少ないですが、して帰りました。共立病院の益々のご発展を祈念致します。皆様、くれぐれも身体を大切にしてくださいませ。ありがたく感謝致します。

【回答】 温かいお言葉ありがとうございます。今後もきめ細やかな対応を心がけて参ります。

(広島共立病院 放射線科職員一同)

全身用X線骨密度測定装置



骨密度測定は、医師の指示にて保険診療でおこないます。
窓口3割負担の方で1,350円です。
骨密度が気になる方は、診察の時、医師にご相談ください。

無料法律相談のお知らせ

弁護士による「無料法律相談」を開催しています

「一人暮らしの父。認知機能が低下し、通信販売で色々と購入してしまう。支払いも滞っている。どうすればいいか？」

広島共立病院の医療福祉相談室では、生活上の様々な相談に応じています。社会福祉制度を活用し安心して住みつづけられるよう相談を行います。時には法律家の介入が必要となることも。

広島医療生協では、弁護士による無料の法律相談を毎月1回、実施しています。相続、離婚、不動産、労働問題、交通事故、債務、消費者被害など法律問題など、一人で悩む前にまずご相談ください。

弁護士 田上 剛(たのうえ法律事務所)

◆相談は事前の予約が必要です

◆お一人あたり15分

◆会場・・・広島共立病院

◆予約・・・広島共立病院 医療福祉相談室

◆電話・・・082-879-6672



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

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)

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

広島医療生協の各診療案内

2019年6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		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				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)		大阿佐神 石部米田	大田 大阿 神 石部 田	大重 佐 田平 々木	大重 阿 田平 部	重平 神 田	(交替) 大重大阿佐神 田平石部米田
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 佐 田平 々木	大 大 神 田 石 田	第1・2・4・5診療 第3休診	大田 阿佐 部米 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 阿佐 部米 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 佐神 石 々木 田		
		午後	阿佐神 部米田	大阿 神 石部 田	重平 阿佐 部米 々木		重平 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。



香	床	船	牛	無	神	冠	詮
新	索	血	前	高	鼠	麝	進
水	吉	栖	束	蠅	笠	岩	雨
貴	令	峰	喜	天	哨	朽	頭
田	鬼	碗	鋭	崗	寛	燥	五
勝	埔	戦	縁	木	捨	景	議
神	月	蛙	乾	月	感	気	傷
鳥	蝸	豆	花	樹	和	寨	弱

- ① ぜんしょうせんに勝つ
② タカジアスターゼやアドレナリンを発見した人は？
③ かこうがん
④ 5月1日から元号が「〇〇」へ
⑤ 「うるさいなあー」
⑥ 陰暦6月の異称
⑦ 進んで寄付や施しをすること「応分の〇〇を乞う」
⑧ カピバラの和名
⑨ 佐賀県にある長崎本線「とす駅」
⑩ じゃっかん16才で偉業をなしとげた
⑪ 湿潤→〇〇
⑫ あれこれせんさくする
⑬ 「〇〇多くして船山にのぼる」
⑭ かたつむり
⑮ 地縁→〇〇
⑯ スイートピーの異称「〇〇〇〇」
⑰ 宝井其角の句「あまがえる芭蕉にのりてそよぎけり」
⑱ こうごうしい姿
⑲ 鬼怒川温泉がある県は？
⑳ 広島東洋カープ2年ぶりに復活した背番号
- 「28」期待の投手は？「〇〇〇〇」選手
① かんしよう的なメロディ
② カンボジア
③ 今年5月場所、新大関になった力士は？
- 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 〒731-0122
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
◇締切は七月十五日
- クイズ四月号の正解は、「円転滑脱」(スミーズに物事が運ぶさま)でした。
① 卯月 ② 長野久義 ③ 行水 ④ 拒絶 ⑤ 草駄天 ⑥ 蒲公英 ⑦ 解放 ⑧ 行火 ⑨ 似島 ⑩ 蟬 ⑪ 依怙地 ⑫ 礎草 ⑬ 継続 ⑭ 情気 ⑮ 甲州 ⑯ 蠶 ⑰ 平行線 ⑱ 酸苦・鹹・辛 ⑲ 恵比寿 ⑳ 甚六 ㉑ 喇叭 ㉒ 捻出 ㉓ 金 ㉔ 徒広 ㉕ 縄文 ㉖ 羅馬
正解者は七十五人でした。
当選者(敬称略)
天野 清子(東広島市)
小川 和子(祇園)
梶本 和枝(川内)
白石久美子(口田)
三好 和雄(倉掛)

歴史紀行

連載第七回

八木城伝説！

安佐南区八木の太田川沿いにある「城山」というちよつとした小山には、戦国時代「八木城」という城があったのをご存知でしょうか？ 承久の変(一二二一年)の戦功で八木村をもらい受けた香川氏が一三世紀後半に相模国(神奈川県)より移り住み、ここを拠点に銀山城の武田氏の重臣として長らく臣従していました。ところが、



八木城跡の権五郎神社

川左京亮らを中心とした武田方は約一〇〇〇の軍勢で八木城を攻めますが、香川氏は三〇〇程度の小勢で城にこもって奮戦し、ついに城を守り抜きました。小さな城ひとつ落とせなかった武田氏の求心力はガタ落ち、翌年の滅亡へとつながってゆきます。その後毛利元就についた香川氏は、川内水軍などを配下に置き、一五五五年の厳島合戦でも水軍を率いて参戦し活躍したとのこと。

城山南側頂上の八木城跡には、香川氏の祖であり奥州での後三年の役(一〇八七年)で右

俳句

新緑や傷跡あれど山ふくらむ
寺本東子
轉りに負けじと響く球の音
野田八代子
風薫る四方山話立ち話
伊達和恵
若葉山重機音の再開す
石塚節子
山笑う行き慣れし道あの辺り
吉井美智子
歩くまま気の向くままに緑雨かな
中村絹枝
山越えの細道友とわらび刈り
竹本旬子
復興の祈のごとく幟たつ
桑升幸子
腰痛をこらえてするは更衣
河野美智子

川柳・俳句・短歌コーナー

編集委員会選(第一〇六回発表！)

川柳

山桜我ここに有り誇らしく

安佐北区

竹本 弘昭

ボケ防止子供二人にラインする

あすなるデイサービス 山崎美江子

春風や木々をやんわり目ざめさせ

口田 山本チズエ

いつの間に世代交代子に学ぶ

東広島市 田原里依子

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。
- 我が家の宝物…家族やペット・花・農作物・作品など、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

組合員の声

クイズ回答
ハガキより

たくさんの新入職員さんが入れられ、さぞあたらしい風が吹いていることでしょう。皆さんの協力が実り立派な職場になることを願っています。(可部 Y・T. 80才)

孫との会話。孫「オレ!!すごいじゃろ〜10連休よ!!」。私「そりゃすごいね〜長い休みじゃね〜」。孫「ババは何連休なん?」。私「365連休よ!!」。孫「エエッ!!ブチスゴー!!」。??会話途切れる……(東広島市 F・S. 71才)

何でもかんでも「令和初」と騒いでますが、令和まんじゅう、令和ポテチなど、商魂たくましいですね。「令和」も「平成」同様に平和な時代になるよう祈っています。(毘沙門台 M・S. 55才)

「からだとくらし」の配布やおしゃべりサロンに参加しています。皆と話が出来るのが楽しいし、物作りにも参加して出来上がりが楽しいです。(あさひが丘 T・N. 50才)

3年前、父がお世話になりました。入院したまま最後は亡くなりました。とても辛く病院に近づくことができませんでした。仕事で寄ることになり、今は私も診察もお願いしました。令和もよろしくお願いします。(毘沙門台 Y・T. 49才)

この間は皮膚科にお世話になりました。先生がとても解りやすく、よく説明をして下さり、老人性のもので、あまり心配しなくて良いですよと言って下さり、安心して又働きに行っています。(安東 Y・S. 72才)

梅雨を彩る 紫陽花の美しい季節

組合員活動

整体的子育て講座

4/12・13

— 県北子育て学習会 —



4月12日・13日の二日間、三次で整体的子育て講座を行いました。講師は育児雑誌クーヨンでおなじみ、山上亮先生（著書『整体的子育て』など）。

地域の子育て中のお母さんからぜひお話を聞いてみたいとの要望を叶えるために、県北地区の組合員さんのご協力で集めた基金を運営資金に充てて実現しました。

チラシやポスター、フェイスブックなどを活用して地域にお知らせし、両日ともお子さんを含め70名を超える参加者。また、地域からの思わぬ反響もあり、山上先生の影響を改めて実感しました。

先生のお話はとてもわかりやすく、また子育てに悩むお母さんの質問にも親身になって対応してくださり、参加者の皆さんから「気持ちが軽くなった」「子どもの様子をもっとみたいと思う」などの感想をいただきました。（健康まちづくりセンター 山口）

毘沙門台支部総会～花みどり公園にて～

4/26

— 毘沙門台支部 —



毎年、支部総会は近くの三国花みどり公園で開催しています。参加者20名、車4台で約30分、青空と新緑の木々をめでながら到着。小学生の遠足と重なり、藤棚の下には座れませんが噴水の前に場所を取り、挨拶後「支部のまとめと方針」、「会計報告」、特に今年度は健診に力を入れ、大腸がん150名を皆で取り組む計画です。

医療生協方針では第二歯科建設検討や、お互い様の助け合い活動などでの町づくり等、学習しました。全国四課題達成の表彰を今年も受け、武田さんの体操後、おいしい昼食をいただき、皆で合唱したり、踊ったり、中四国交流バザー物品を完売する協力もありました。

その後、園内をゆっくり、色とりどりの「シャクナゲ」「芝桜」「君子蘭」など満開の中を散策しました。速山さんの折紙も習い、盛り沢山の楽しい一日となりました。ハプニングはありましたがそれも大笑いとなり、怪我なく帰着出来、皆さんお疲れ様でした。

（理事 伊藤 富子）

笑顔いっぱいアイデアコンテスト

— 広島共立病院 —



広島共立病院では来院されるすべての人々を対象に、「広島共立病院にきてよかった」と思ってもらえるようなアイデアを出し合い、実践することを目的として、笑顔いっぱいアイデアコンテストを実施しています。2012年度から毎年実施し、2018年度で7回目となります。「自分だったらうれしいと思うことを出し合い実践可能なことに取り組む」「私たちの行動、仕事の仕組み等で、できるアイデアを実行する」ことを各職場で工夫して実践しています。実践した内容はパワーポイントにまとめ、模造紙に貼りだして職場間で投票しています。2018年度は広島共立病院利用委員会の組合員さん

にも投票して頂きました。2018年度1位は4階東病棟（緩和ケア病棟）で、「4階東非公式キャラクターを使っの毎月のイベント開催」でした。その他にも「健診センターにポンチョ&膝掛け設置」や「患者・利用者さんが院内で迷わないご案内」など、様々な取り組みを実践しています。これからも患者・利用者さんが「笑顔いっぱい」になれる取り組みを実践していきます。

作ってみて!!

私の一品

No.46

美味です!

ホクホクの魚の煮付け

今月のレシピ

〈作り方〉

- ①魚の頭を取り、イワシはそのまま、サンマは好みにより切り分ける。
- ②調味料と材料を圧力鍋に入れて、魚に対して、ヒタヒタか多めの水を入れ、圧力がかかるまで煮る。
- ③圧力がかかれば弱火にして、20分くらい煮る。
- ④圧力が抜けたら弱火で煮汁が絡まるくらいまで、焦げないように煮詰める。

* 圧力鍋でなくてもできます。サンマや、イワシが安く手に入るときにまとめて作り置きしておけば、（小分けにして冷凍保存）とても便利です。（沼田地区）

サンマ、イワシの圧力鍋煮付け

〈材料〉

サンマ又はイワシ……………数匹

醤油……………大さじ3

みりん……………大さじ3

砂糖……………大さじ3

酢……………大さじ2

酒……………大さじ3

ショウガ……………2～3片

好みにより午房、こんにゃく