



広島中央保健生活協同組合

編集部連絡先

〒733-0031 広島市西区観音町16-19

電話(082)532-1264(代)・FAX(082)532-1267

ホームページ
アドレス <http://www.hch.coop/>
Facebook⇒「広島中央保健生活協同組合」

「けんこう」は古紙を配合した紙を使用しています。

伝言板

広島市のがん検診の制度が変わります。

今年6月より、広島市のがん検診を利用して検診を受ける場合、市が発行するチケット(受診券)が必要になります。5月中旬より対象の方に送付されます。6月を過ぎてもチケットが届かない場合は、各区の保健センターにお問い合わせください。

地域の中でいきいきと活動しよう! ～元気の出る支部総会開催中～



東区北支部 中本先生による講演

今年の支部総会のテーマは、「元気の出る支部総会」です。支部活動の振り返りと活動方針の他、様々な学習企画や面白企画など、いろんな支部からいろんな元気が届きました。今回はその中からいくつかをご紹介します。

東区北支部

東区北支部総会では、元福島生協病院院長の中本康雄先生を学習会の講師にお招きし、「福島生協病院の歩んできた歴史について」お話し頂きました。診療を開始した当初の福島町は長い間無医地域でした。診療所を建設するために1軒1軒訪問を行い出資金を集めたことや、寝る間もないうらい24時間患者さんが診療所に詰め寄せる日々だったことなど貴重なお話を聞いて、広島中央保健生活協会の発地点は、多くの地域住民の熱い気持ちからスタートしたことがよくわかりました。みなさん新病院建設に



紙面のご案内

- 2面：一万人訪問行動に取り組もう！／出資金動向／手遅れになる前にぜひ歯科受診を／夏休み特別企画こども歯科講座
- 3面：職場探訪／福島生協病院 小児科外来／わがまち散歩(太田川放水路事業)／新病院すくすくフォト通信／総代公示
- 4面：組合員の輪／介護保険利用の流れ／相談から申請まで／理事会より／俳句・川柳／私の家族／子育て広場「コープのびのびクラブ」予定

向けた取り組みに気合が入った様子でした。元気の出る楽しい集いを開催し、地域ともっともつと繋がりを深めていきたいものです。

(2面へ続く)



中区南支部 笑いヨガ



春は雨の多い季節です。朝晴れていても急に空が暗くなり、冷たい風とともに雨が降り出す日が数日続きました。

そんな4月の日曜日、買い物に出かけました。支度するときは「雨が降るかもしれないから傘を持っていこう」と思っていたのに、あまりに陽射しが明るいのので、つい持たずに出てしまいました。デパートで買い物をして、帰ろうとして外をみるとやっぱり雨です。がっかりして、しばらく外を眺めていましたが、ふと以前から新しい傘が欲しかった事を思い出しました。「丁度よかった、今日買って帰ろう。」と、売り場へ足を向けました。見つけた傘は内側に模様があり、差しながら傘を見上げて楽しむことができそうです。嬉しくなって何度も傘の模様を見上げながら帰りました。家に着いてからも干してある傘を何度も覗き、あのがっかりした気持ちはどこへいってしまったのだろうと可笑しくなってしまうました。失敗しても少し見方を変えると、そこから新たな発想が生まれることがあります。急な雨に降られるのも、また楽しいことかもしれません。(Silk)

一万人訪問に取り組もう!

統一訪問行動のお知らせ

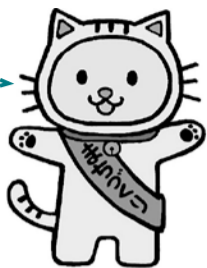
参加可能な方は生協組織部(082-532-1264)へ参加登録をお願いします。

第15回 己斐支部主催

●日時: 6月22日(日)10時~12時
●場所: 己斐上2丁目周辺

第16回 己斐上支部主催

●日時: 7月6日(日)10時~12時
●場所: 己斐中3丁目(ふじハイツ)



五月が丘支部 みんなで合唱

(1面の続き)
五月が丘支部
五月が丘支部総会では、学習講演として生協さえき病院の八尾欣恵看護師に『認知症について』のお話をしてもらいました。認知症の症状・治療・予防方法などについてのお話を興味深く聞き、講演後には「認



安芸中央支部
安産亭徳丸師匠の爆笑時事落語

知症かも、と思ったらどこかの科を受診したら良いか」などの具体的な質問が出て、活発な質疑応答が行われました。
今回初めて昼食とお楽しみ会を支部総会と一緒に開催しました。講演も身近な内容だったためか、参加者34人と、去年に比べて2倍以上の参加がありました。普段はあまり顔をあわせない人とお話をして、生協や支部のことを知ってもらえることができました。

出資金動向

新年度スタート!



新年度がスタートしました。4月の出資金動向は、856万円の増資があり、277万円の純増でした。昨年度の出資金ふやし&純増額は過去最高の到達になりました。支部や職場、事業所ではそれぞれが掲げる目標が出そろいつつあります。井口鈴が峰支部では、昨年度実績を上回る目標が支部総会で確認されました。

手遅れになる前に ぜひ歯科受診を

生協歯科ひろしま 所長 今川 裕敏

私たち歯科医師は歯を抜きたいとは思っていません。皆様が健康で丈夫な歯を維持していくサポートをしていきたいと思っています。6月4日は「むし歯予防デー」、そして6月4日~10日は「歯と口の健康習慣」ということで、お口の健康について紹介いたします。この機会に歯科を受診して、私たちと一緒に「おいしく長生き」をめざしませんか。

「歯周病について」

初期の歯周病はほとんど自覚症状がありません。症状が無くとも一年に一回は受診をおすすめしています。歯周病の場合は、レントゲン検査と歯周組織検査を行うことで診断します。歯周組織検査とは、歯の揺れかた、歯肉からの出血の有無、歯周ポケットという歯のまわりの歯肉の溝の深さを測定します。歯周病が進行すれば歯の揺れが起きますし、初期であっても歯肉からの出血や歯周ポケットが深くなるという結果が見られます。

「デンタルフロスで 自己チェック」

では、自分では歯周病は全く分からないのかと言えば、そうでもありません。

「虫歯について」

全ての歯の間にデンタルフロスカ歯間ブラシ(調べるためならデンタルフロスの方がお勧めです。ただし冠の構造によってはデンタルフロスが通らない場合があります)を通して、そこに血が付いてこないか、匂ってみて臭くないかというところを丁寧にみていけばある程度は自分でも判断がつきますが簡単ではありません。それと歯がしみる場合も歯周病であることが多いです。歯周病が進行すると様々な生活習慣病も進行すると行われていきます。ですから初期の段階で歯科を受診して欲しいのです。

「虫歯について」

歯の詰め物が取れたという事で歯科を受診される人は結構多いです。実は毎

日のように来られます。同じところが短期間に取れたりするのはいくつかありますが、一方で数年ごとに何か外れることは実はもっと悪い状態になることを予防している可能性もあります。あまり残念に思わないでください。また、金属冠をくっつけている歯科用のセメントは10年程で徐々に劣化してきます。冠が取れることが安全装置になっている場合もあります。

「とにかく早目に受診」

詰め物が取れたのではなくて虫歯の穴が出来たとしたら、それは大きな虫歯かもしれません。と言うのは早期発見の小さな虫歯を自分で見つけることができる人は非常に稀だからです。歯科でも歯と歯の間を写すための詳細なレントゲン検査でないと発見できない虫歯もあります。虫歯が痛くなる場合は、歯髄炎と言っている場合は、歯髄が死んで歯の神経までが細菌によって侵された状態です。こうなると治療の時間と費用は数倍にもなります。このことから早めの歯科受診の必要性が分かって頂けると思います。

「口腔がん」

お口の中にも「がん」はできます。全てのがんの2

生協さえき病院歯科からのお知らせ

夏休み特別企画 <こども歯科講座>

開催します

日時 2014年7月26日(土) 14:00~16:00

場所 生協さえき病院歯科・5階食堂



●生協歯科ひろしま
082-291-1333
●生協さえき病院歯科
082-926-1148
%が口腔がんと言われています。口腔がんが歯科で早期発見できることもあるのです。
生協歯科ひろしま並びにさえき病院歯科のスタッフが皆さんの「おいしく長生き」をお手伝いします。
お問い合わせ・ご予約は
生協歯科ひろしま

職場探訪

5

福島生協病院 小児科外来

福島生協病院小児科では、今年3月、医師2名の退職がありました...

小児科外来では、一般診療に加え予防接種、乳児健診、育児相談外来を行っています...

いる事は様々です。発達、離乳食開始に伴う不安、薬の苦手な子どもに...

筆頭に小児科外来には子育て真只中のスタッフが多く在籍していますので、母親...



目線からの診察や治療はもちろん、帰宅後も安心して育児が出来るように帰宅後のケアも行っています...

新病院すくすくフォト通信

福島生協病院の屋上から新病院の建設現場の様子を写真でお届けします。今回は5月1日の写真で、杭打ちが行われています。



あがまち散歩 24

太田川放水路事業

3月2日(日)観音公民館主催の市民ウォーキングに参加しました...

広島市はデルタの上に築かれた町です。デルタ、扇状地とは、川が山地から平地へ流れる所...

昭和7年〜昭和30年 デルタの地形は洪水の被害

を受けやすく、度々悩まされてきました。そこで7本の川のうち、西側の2本を合流、拡大し、延長9kmの放水路を造ることが計画されました...

- List of water projects and completion dates: 昭和36年 大芝、祇園水門 着工; 昭和40年 5月14日 通水式; 昭和42年 竣工...

2014年度 総代公示 総代数210人

定款第44条・45条および総代選挙規約にもとづき、総代を以下のとおり選出しました

広島中央保健生活協同組合総代選挙管理委員会 委員長 山本 麻衣

- 西部ブロック (定数47人): 中島 惇子, 小松 京子, 小川 美香, 戸谷 悠紀, 黒田 信子, 牛尾 節彦, 藤本 聡志, 倉田 順子, 本岡 房恵, 山本 幸子, 岡田 満子, 岡尾 良己, 小林 トシミ, 岡 綾子, 小田 寛恵, 小泉 喜代子, 依 逸子, 西岡 俊次, 森崎 八重子, 渡野 己喜恵, 梅田 明子, 仁井 恭子, 木下 啓子, 佐竹 美智子, 中島 美奈子, 丸山 栄子, 土井 ツルコ, 村島 恵子, 藤沢 清野, 竹森 久美, 西村 時男, 矢口 愛子, 宮田 三男
- 中央ブロック (定数87人): 重見 輝子, 内野 克彦, 菅野 高三, 菅野 登石, 菅野 大城, 菅野 向遠, 菅野 井原, 菅野 薄井, 菅野 大楠, 菅野 桑田, 菅野 西島, 菅野 藤井, 菅野 平山, 菅野 三田, 菅野 安光, 菅野 秋田, 菅野 有田, 菅野 栗田, 菅野 隅田, 菅野 田中, 菅野 増村, 菅野 宮平
- 東部ブロック (定数72人): 皆川 千有, 佐古 野内, 佐野 中岡, 佐野 正生

組合員の輪

脳いきいき班会終了!

4月17日、己斐上支部脳いきいき班会では、7回目となる班会を開催しました。昨年9月に第1回目の班会で、認知症予防のため

の班会であることを確認し、食・動・楽・知・休の五ヶ条カレンダーに記録することからスタートしました。無事に7回目の班会で各人の得意な事、不得意な事がわかり、日々の生活で脳いきいきさせる様に頑張りました。話し、リラックスメ、懐かしい紙風船でのゲーム、懐かしい紙風船でのゲームをし、脳を活性化させました。

班会に参加された皆さん、ご苦労様でした。また元気にお会いしましょう!



石田先生飛び入り演奏

4月19日、五日市支部総会終了後、春のミニコンサートを開催しました。フルートの演奏では、演歌の「天城越え」や「また、君に恋してる」、かぐや姫の物語の「いのちの記憶」など、素敵な曲を聴くことが出来ました。

大きな歓声が起こったのは、石田先生が大きなお腹で飛び入り参加された時でした。相変わらずお元気で軽妙なお話、そしてヴァイオリンの音色に聞きほれました。

フルートとヴァイオリンに合わせてみんなで歌い、とても楽しい春のミニコンサートになりました。石田先生の出産予定日は7月だそうです。今度は元気でカワイイ赤ちゃんと一緒に来てくださいなね。



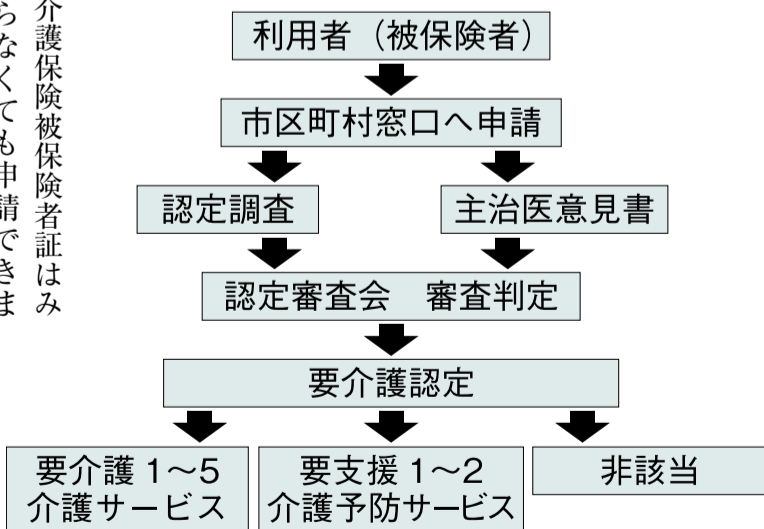
「介護保険利用の流れ」

第1回 相談から申請まで

いざ利用しようと思ったとき、「利用方法がわからないで困った」なんてこと、ありませんか。65歳以上の方のうち、約18%が利用している「介護保険サービス」について、利用までの流れを紹介していきます。第1回目は「相談から申請まで」です。

介護保険サービスの利用を考えているときには、まず市区町村に申請をして、どの程度の介護や支援が必要かについて、要介護認定を受ける必要があります。申請は市区町村の介護保険担当窓口か居住地域の地域包括支援センターまたは、近くの居宅介護支援

介護保険サービス利用までの流れ



事業所に相談して下さい。相談は本人、家族等どなたでもできます。申請の際、「要介護認定申請書」に記入が必要です。申請時には65歳以上の方は役所より郵送されている介護保険被保険者証を、40歳以上65歳未満の方は、医療保険証を用意する必要があります。今回は「認定調査と認定について」紹介します。

4月 理事会より

- 2013年度経常剰余(決算後)は1億5,347万円の黒字ですが、予算には4,824万円の不足でした。(予算比76・1%、前年比87・2%)
- 2014年度予算案は事業収益52億7,408万円、経常剰余1億2,508万円が提案されました。
- 2013年度出資金純増分1億円を新病院建設の頭金として定期預金に預け入れることが承認されました。
- 2014年度特別増資キャンペーンのとりくみ準備状況について報告がありました。

私の家族(ペット)

野良猫時代はブサイクちゃんと呼ばれていましたが、少しはハンサムになったかな?名前はジュビちゃんです。

(西区竜王町在住 組合員)



- 俳句・川柳
- 夫留守 一人天下の 鮭茶漬け / 花子
 - 高齢で 句もうかばない 情けなさ / 安芸東支部
 - 断捨離の まず手始めは 夫から / 安芸東支部
- 俳句・川柳大募集
- あなたのご自慢の句をお寄せください。紙面で紹介いたします。(雅号(ペンネーム)でも可)

子育て広場「コープのびのびクラブ」7月の予定

日時: 毎週水曜日10時~12時 ■ 場所: 生協けんこうプラザ5階

7月	第1週	2日	わくわく絵本の世界
	第2週	9日	皮膚のお話
	第3週	16日	リズム遊び
	第4週	23日	手作りおもちゃを作ろう
	第5週	30日	お休み

見守りボランティア募集!

コープのびのびクラブでは、子どもの見守りボランティアとしてお手伝い頂ける方を探しています。

詳しくは生協組織部 (082-532-1264) へお問い合わせください。