

7月の

広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2016年7月号

2016年5月31日現在
組合員数 30,032人
出資金 12億127万円
発行責任者 生協広報委員会

No.520

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

FAX(082)-532-1267

アドレス

http://www.hch.coop/

Facebook

「広島中央保健生活協同組合」

法人理念

ともにいのちを大切に、
みんなが健康で安心して暮らせる社会をつくりまします。


取り組み方針

- 1.安心・安全な医療・介護・福祉の事業に取り組みます。
- 2.協同の力で、安心して暮らせるまちづくりに取り組みます。
- 3.憲法を守り、平和を守る運動に取り組みます。

けんこうチャレンジ

コース

- ①つづけよう すこしお生活
- ②家族そろって食事
- ③ちょい足し運動
- ④プラス1,000歩 ウォーキング
- ⑤いいこといっぱい 早寝早起き
- ⑥リフレッシュ 自分満喫
- ⑦健康はお口から あいうべ体操
- ⑧お口さわやか きっちり歯みがき
- ⑨お酒は上手に
- ⑩禁煙に挑戦
- ⑪これがわたしの健康法



期間	・大人…9月～10月の2ヶ月間 ・キッズチャレンジ…7月～10月のうち30日間
申込締切	・大人…2016年8月31日 ・キッズチャレンジ…9月30日
報告締切	2016年11月30日 ※報告カードを提出いただいた方には 修了記念品をさしあげます。

おもしろ企画

	広島市地域	福山市地域
食 おいしく 減塩	9/21(水) 13:30～ お問合せ:広島中央保健生協 会場:生協けんこうプラザ5階	9/21(水) 10:00～ お問合せ:福山医療生協 会場:未定
運動 楽しく ウォーキング	10/5(水) 13:30～ お問合せ:広島医療生協 会場:虹の会館1階「ほっこり」	10/19(水) 13:30～ お問合せ:福山医療生協 会場:ふれあい診療所2階
歯 あいうべ体操 歯みがきのコツ	10/19(水) 13:30～ お問合せ:広島中央保健生協 会場:生協けんこうプラザ5階	10/11(火) 13:30～ お問合せ:福山医療生協 会場:城北診療所3階

掲示板

無料法律相談のご案内

7月16日(土)10時半～、
福島生協病院相談室にて
無料法律相談を行います。
ご希望の方は下記まで
ご予約ください。

お申込み
福島生協病院 医療相談室
☎082-292-3171(代)

最近、「健康寿命」という言葉をよく耳にされませんか？健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と言われています。日本は長寿世界一となり、国民の関心は健康寿命を延ばしていく取り組み、いわゆる「健康づくり」へ移ってきています。昨年引き続き、「けんこう

けんこうチャレンジ」に取り組んでいます。チャレンジコースは充実の11コースになりました。また、期間中は「食事・運動・お口」のことについて楽しく学べる催しも開催します。具体的なチャレンジ内容と目標は自分で決めていきます。

す。子どもから大人まで、ご家族でも参加できます。家族や友人、職場の人たちを誘って一緒に取り組んでみませんか。一人で続けるのは難しくても、家族や仲間と励まし合いながらの2ヶ月間(子どもは30回)はあっという間です。

チャレンジ期間中には、三生協(広島中央保健生協、広島医療生協、福山医療生協)で「食」「運動」「お口」に関するおもしろ企画を開催予定です。一緒に健康習慣を見直してみませんか！

今度の熊本地震でも一回目の地震で大きいのは終わった、やれやれ今夜は家に帰ってゆっくり寝ようと思っ、避難所から自宅に帰ってその夜の本震で自宅は崩れて不運にも亡くなられた人もいます。厳しいこの世で火事、交通事故、風水害、病気などに耐えて生き抜いてきたことは本当に立派だし運がよかった。熊本地震で犠牲になられた御霊に哀悼の意をささげ、安らかに眠りつたこと祈る。(信天)

健康づくりの輪を 広げよう！



健康づくりの輪を広げよう！
けんこうチャレンジ
2016 challenge

ご家族や友人、地域の皆さんと一緒に健康増進を目指します。11項目のチャレンジコースの中から自分に合ったコースを選択し、大人は9～10月の2ヶ月間、キッズは7～10月のうち30日間の目標をつけていきます。この企画を通して、生活習慣の改善と健康づくりの習慣を身につけましょう。

大人 9月～10月の2ヶ月間
キッズチャレンジ 7月～10月のうち30日間

申込締切日: 2016年8月31日(キッズチャレンジ) 2016年11月30日

主催: 広島県生活協同組合連合会
共催: 広島医療生協同組合、広島中央保健生活協同組合、福山医療生協同組合、生活協同組合ひろしま、日立達達広島生活協同組合
協賛: ひろしま食育・健康づくり実行委員会、広島県農業協同組合中央会

心の窓

地震、雷、火事、親父…恐ろしいと言われる四つの言葉である。今は親父のこわいのは低下して「かあちゃん」がこわくなったという説もあるが、それはさておき本当にこわいのは地震である。日本に住む人で、一生のうち一度も地震を経験しなかったという人はまずいないだろう。日本に住んでいる限り、地震にいつ遭うかわからない。今夜か、三日後か、年末か、地震予知が全くできないのだから予測しようがない。

今後30年以内に南海地震発生の確率は、70パーセントなどの余地は何回読み直しても地震があるのか、ないのかわからない。

支部総会始まる

続報

でリラックスタイムをして閉会しました。

西区西支部

5月7日(土)開催

後半の学習会では、相談室の松井科長より「入院からお家に帰るまでに知っておきたいこと」というテーマで事例を加えながら介護保険の説明をしていただきました。介護認定の受け方や各病棟の特徴や入院期間、施設特徴について学習をしました。その後は座談会となり、各参加者の介護をしてきた時の大変だったことや心配事など話されました。

佐伯支部

5月13日(金)開催

2016年度活動方針の中で、組合員訪問の意義について、遠藤支部長から「訪問をきっかけに脱退に繋がる可能性があるが、現状を正確に把握して、今後の支部の活動方針に生かしたい」という意向が示されました。企画の笑いケアでは、足の悪い方も無理なくできる体操が好評でした。

安芸中央支部

5月10日(火)開催



総会後、「介護保険制度の使い方」について学習しました。瀬野川・船越地域包括支援センターの方からわかりやすく説明してもらい、参加者も身近な話として興味深く聞いていました。お弁当とお茶

中区北支部

5月13日(金)開催



「笑いケア」を楽しみました

県営住宅跡地利用について行動を提起されました。高齢化率が非常に高い地域であり、福祉施設建設の要望は高

田方支部

5月14日(土)開催



いが、それを形あるものにするのが改めて確認されました。笑いケアは、高齢の方でも座ったまま楽しくできるとも好評でした。

田方支部では、地域でたすけ合いが必要ではないかという考えから、まずは運営委員の方に佐伯区のボランティア活動のお話をさせていただきました。説明を聞いたうえで、参加者からは「たすけ合いが



総会後は歌声喫茶で楽しみました

出資金動向

支部総会、総代会を力に頑張るゾー!



支部総会も全支部で開かれ、各支部や職場では新しい目標を立てて取り組み始めていますが、5月度の組合員増やしは69名と三ヶタには及びませんでした。また、出資金増やしは670万円と1,000万円には届きませんでした。

2016年度の仲間増やしは目標3,000人、出資金は1億5千万円を目標に掲げようとしています。生協四課題プラスワンの「積立増資協力者」を増やす取り組みにも力を入れていきましょう!

安芸府中支部

5月14日(土)開催

あれば利用したい」「ご飯を作りに行つてあげたい」などの意見がありました。その後、たすけ合いを進めていくという議案は承認されました。総会の最後には、歌声喫茶を開き、みんなで生演奏のとききれいな歌声を響かせました。

福島生協病院の村田事務次長を講師に、民医連発行のパンフレットを使用して社会保障についての学習を行いました。学習によって、社会保障の制度がどんどん悪くなっていくことがはっきりと分かり、「社会保障を自分たちの問題としてとらえて、行政に対して声を上げていかないといけない」との感想がありました。

井鈴支部

5月17日(火)開催

会の初めにみんなで「青い空は」を歌いました。学習企画は介護保険制度について、相談室より2名来ていただきました。以前と制度が変更していることや聞きなれない単語が出てきて「とても勉強になりました」という意見がありました。新たな参加者が4名ほど来られ、その中のお一人が、「おしゃべりサロンのような班会を我が家で開いてもいいですよ」と言っておられました。

中広支部

5月19日(木)開催

組合員でない方も落語を聞



車座で熱く討論!

きたいと参加されました。討論では旧病院の跡地を老健施設などに利用できないかとの声が出ました。また、生協病院の職員は親切である、付け届けはもらわないとの声も聞きました。介護保険の話から政治談話になり、論議が深まりました。参加者からは勉強になるので運営委員ではないが、運営委員会に参加したいとの人もいました。

子育て広場 コープ 7月の予定

のびのびくらぶ



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 6日 わくわく絵本の世界・身体測定
- 第2週 13日 テレビがなくても大丈夫!?
- 第3週 20日 予防注射について
- 第4週 27日 親子で楽しむ日本語・英語手遊び

※企画内容は都合により変更となる場合があります。

己斐上支部

5月21日(土)開催



脳いききゲーム

昨年度まとめ報告の際、トマト班・絵手紙班・ウォーキング班の紹介をそれぞれ班長さんが行い、班会への参加を呼び掛けました。学習企画では「福島生協病院6階回復期リハビリ病棟」について説明があり、質問も多数出て、理解を深めることができました。後半は、たすけ合いの会の紹介、また、脳いきき班より、みんなのできる歌に合わせた脳いききゲームや首読をして和やかな雰囲気となりました。最後は、恒例のビンゴゲームをして親睦を深めました。

都支部

5月22日(日)開催

カラオケサロン班の方々、

お誘い訪問で誘った方々、シーサイドウォーキングに参加された方々など、初めての方々を含めて18名の参加がありました。議案はすべて承認され、支部三役については運営委員会で論議することになりました。運営委員から支部運営委員会参加の呼びかけがありました。議案承認後、脳いきき模擬班会を行い、紙芝居と組み合わせ川柳づくりを行いました。

湯来支部

5月25日(水)開催

議案について、運営委員さんから、「重点課題のうちの事業について、三生協とほどこそさすのか」と質問がありました。今後の共同事業計画の方針について、浜名理事から説明がありました。班会については、今年度から活動予定の指編み教室の紹介や、脳いきき班の再開が提案されました。議案の承認後には自己紹介の場面があり、普段どのような班会に参加しているか、2015年度の活動についてどのよう感じられたかなどを、お互いに話し合いました。落語と笑いケアは好評でした。

吉島支部

5月26日(木)開催

総会の中での学習会は「エンディングノート」であったため、いわゆる「終活」につ

いて深く広く考える機会となりました。総会での講師のお話も参加者の関心事に慮える内容であり、これからの活動にも活かしていただけるよききっかけとなりました。組合員新規加入が1名ありました。

横川・三篠支部

5月26日(木)開催

質疑・討論では、四課題目標や支部財政、けんこう仕分けや定例会議の変更、班会の頻度について発言がありました。総会企画として、中広地域包括支援センターの役割と活動について学習しました。支部の活動やめざす方向などお互いに情報を交換しました。中広地域包括支援センターの方は、特にながらマップに関心を示されています。今後よい関係が築いていけそうです。



中広包括支援センターの方を呼んで学習しました

『被爆二世健診』を受けましょう!

今年度も被爆二世健診が始まりました。まずは専用ハガキで申し込みを

広島県内にお住まいの被爆二世の方は、無料で健康診断を受けることができます。ご希望の方は、専用ハガキで、広島市(市外の方は広島県)に申し込みが必要です。今年度より多発性骨髄腫(血液のがん)検査がご希望で受診可能です。この機会に健康診断を受診しませんか。

申込期間

2016年6月1日(水)~2017年1月31日(火)

実施期間

2016年6月10日(金)~2017年2月28日(火)

健診内容	血圧、検尿、貧血検査、肝機能検査、糖代謝など
費用	無料(受診にかかる交通費は支給されません)

専用ハガキ

区役所や公民館に設置されています。福島生協病院総合受付(1階)、健診センター(2階)、生協さえき病院、草津診療所、コープ五日市診療所でも取り扱っています。

広島市の各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がんなど)や、それぞれの医療機関で実施している各種オプションと一緒に受けると、より充実した内容になります!

(注)広島市のがん検診を受けられる場合は、広島市発行の「がん検診受診券」が必要です。

実施できるオプションや健診料金は、医療機関によって異なりますので、詳しくは、ご希望の病院または診療所までお問い合わせください。

お問い合わせ

- 福島生協病院 健診センター …… ☎082-292-3215
- 生協さえき病院 …………… ☎082-926-4511
- 草津診療所 …………… ☎082-272-8665
- コープ五日市診療所 …………… ☎082-924-0608



『選挙に行こう!実行委員会』が立ち上がりました。

広島中央保健生協の教育委員会と社会保障・平和委員会は「憲法を守る」「いのちを守る」という同じ目的を持った委員会として協力して職員に投票に行くことを呼びかけることにしました。

村田良二実行委員長は職員への呼びかけ文の中で『医療や介護などの社会保障の充実は、政治に左右されます。社会保障に回すお金は削り、軍備に回す。兵器を作り使うサイクルで一握りが利益を得るための法をつくる。憲法は国(政府)ではなく全国民が守るものに変える。(そうそう、ついでに憲法9条も変えておけば海外で兵器を消費するのが楽になるよね。)つまり、今は、いのちよりお金が優先される政治の状況なのです。患者や家族、わたしたちのくらしも守れないこのような状況は、変えられないのでしょうか。変えられるとしたら、それは、「わたしたちは、この状況を受け入れない」と意思表示をすることだと、私は思います。投票という形で意思を示さなければ、引き続き、国民の2割しか支持しない政治が横行することになります。わたしたちの意思を示しましょう。』と訴えています。

7月の参議院選挙へ向けて、職員へのアンケートや、各職場へ選挙の意味、投票の意義を考える勉強会を開いています。



診療のごあんない



(2016年7月から)

受付時間			月	火	水	木	金	土	
福島生協病院 082-292-3171 (健診:082-292-3215)	午前	8:30~11:45 診察は9:00~ (予約は8:30~12:00) 診察は9:00~	内科	大津	多比良	高岡	石橋	藤原	大 学
				保手浜	楠本	飯田	宮庄	濱本	交 替
				藤原(予約)	神尾	宇野	神尾	石橋(予約)	交替(予約)
				高岡(予約)	藤原(予約)	藤原(予約)	世戸(予約)	高岡(予約)	交替(予約)
				多比良(予約)	石橋(予約)	石橋(予約)	高岡(予約)	多比良(予約)	
				楠本(予約)	高岡(予約)	楠本(予約)	多比良(予約)	大津(予約)	
					飯田(予約)	大津(予約)	濱本(予約)	琴崎(予約)	
	午後	8:30~11:45 診察は9:00~	健診 外科 整形外科 婦人科 眼科 耳鼻咽喉科 皮膚科 泌尿器科	伊藤	宇野	大石・山本	佐々木・桑原	伊藤	石田・佐倉
				北口	田代	北口	北口	田代	9:30~交替 10:00~診察
				宮庄	原田		原田		
				長谷川	11:00まで杉本	11:00まで長谷川	長谷川	杉本	9:00~診察は9:30~ 交替
				杉本(予約)			杉本(予約)	長谷川(予約)	
				交替		交替		交替	交替(第2・4週休診)
岡野				岡野	岡野	11:00まで岡野	岡野	交 替 (第2週休診)	
松浦				松浦	松浦	11:00まで松浦	松浦		
川真田	川真田	川真田	川真田	川真田	川真田(第2週休診)				
梅田				戸田	交 替				
		10:00~栗村		10:00~亭島		交 替			
午後	13:30~16:30 診察は14:00~	内科 外科 整形外科 眼科 耳鼻咽喉科	石橋(予約)	世戸(予約)	石橋(予約)	藤原(予約)	高岡(ペースメーカー)		
			多比良(予約)	大津(予約)		叶(予約)	多比良(予約)		
			飯田(予約)			石橋(予約)	大津(予約)		
						田代・原田			
								装具外来 予約制	
夜間	13:45~16:00 診察は14:00~ 13:45~16:00 診察は14:00~ 13:45~16:45 診察は14:00~ 16:30~18:00 診察は17:00~	整形外科 眼科 耳鼻咽喉科 内科	岡野				松浦		
			川真田	川真田	第2・4週 補聴器外来	川真田			
						藤原/石橋(予約)			
生協小児科ひろしま 082-532-1260	午前	8:30~11:30 診察は9:00~	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野 (第1・3・5週)	
		13:00~14:00	予防接種	予防接種		乳児健診	予防接種		
	午後	14:30~16:30	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野		
生協歯科ひろしま 082-291-1333	午前	8:30~11:30	今川	高橋	今川	今川	今川	11:30まで交替	
			高橋	保子	高橋	高橋	保子		
			保子	山本	保子	山本	山本		
			平岡	古谷	平岡	松井	平岡		
	午後	11:30~16:30	今川	今川		高橋	今川		
			山本	高橋		保子	高橋		
夜間	16:30~19:30	平岡	山本		松井	平岡			
			古谷 (平岡)			松井			
		高橋	今川		今川	高橋			
		山本	保子		保子	山本			
		松井	平岡		平岡	松井			
生協さえき病院 082-926-4511	午前	9:00~12:00	内科 内科(予約) 健診 整形外科	重本	福山	占部	叶	高内	高内
				沼本	荒井		荒井		高内 交替
				福山	重本	重本	福山	福山	服部10:30~(月2回)
				根本	伊藤				
	午後	15:00~17:00	内科 整形外科	倉員(初診)三好(再診)	三好	倉員	三好	三好	交替 10:30まで
				高内	重本	南方		荒井	
夜間	17:00~18:30	内科	倉員		倉員	倉員			
生協さえき病院歯科 082-926-1148	午前	8:30~11:30	末井	末井	末井	末井	末井	末井	
			星	星	星	星	星	星	
			高浜	高浜	高浜	高浜	高浜	高浜	
	午後	13:30~17:00	末井	末井16:00まで	末井		星16:00まで		
			星	高浜16:30まで	星		高浜		
			高浜		高浜				
夜間	17:00~19:30		17:00~末井			16:00~末井			
			16:00~星			17:00~星			
			17:30~高浜						
コープ五日市診療所 082-924-0608	午前	9:00~12:00	内科	佐々木(敏)	佐々木(敏)	佐々木(伸)	佐々木(伸)	佐々木(敏)	佐々木(敏) (第1・3週休診)
	午後	15:00~16:30	内科	佐々木(敏)		佐々木(敏)			
草津診療所 082-272-8665	午前	9:00~12:00	内科	世戸	世戸	世戸	福島生協病院医師	世戸	世戸(第3週休診)
	午後	15:00~18:00	内科	世戸		世戸	世戸	世戸	
	夜間	18:00~19:00	内科					世戸	

わがまち散歩 住吉神社 Vol.45

広島市中心部の国道2号線が本川を渡るところに「新住吉橋」があります。橋の西詰にあるのが住吉神社で川に面して社殿があるのですぐわかります。

散歩していた地元に住んでいるご老人が教えてくれました。「原爆が落ちる前までは神社は森に囲まれていた。」今の住吉町は家が密集し、車が走り、森があったなど想像できません。



住吉神社 広島市中区住吉町5

住吉神社御由緒

当神社は享保十八年(1733年)に始まります。その後元文三年(1738年)船府の守護神となって境内が拡充され、水主の信仰を集めました。

寛政十年(1798年)、水主町(現在の加古町)に大火があり、その火が当神社で鎮火しました。時の人は神威の偉大さに驚きました。

御祭神、御神徳、恒例祭なども書かれていますが省略いたします。

支部探訪

湯来支部

当生協の支部設立の方針が出された時に、広島市に合併する前の湯来町時代に発足した支部で、組合員は380名です。



今年の支部総会の様子

過疎・高齢化で支部活動も困難になっていますが、年一回の総会と毎月の運営委員会を軸に、こじんまりと活動しています。毎年行っているのは秋のリンゴ狩り、JA支所(3店舗)での健康チェック、料理教室、それに毎月の転倒予防体操などです。

機関紙「けんこう」は全戸手配りしていますが、面積が広いので車での配達となり、参加者が限られて、持ち部数も多く、時間もかかります。今年もそうでしたが、厳冬期は積雪で運営委員会が中止になることがあります。



総会後は落語で笑いました

美しくもあり厳しくもある大自然の中で、のびのびと活動しています。

湯来支部 支部長 牧野 一見

私の趣味・特技・生きがい

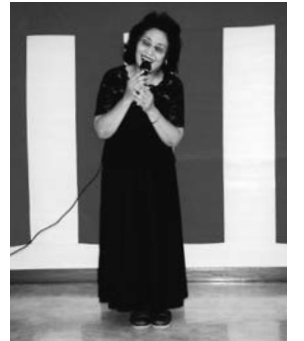
♥ カラオケで今日も元気! ♥ 五月が丘支部運営委員 五月が丘五丁目在住 丸山 榮子

私は今年77歳になりました。2年前に大腿骨頭壊死で股関節手術をしました。

今から元気で長生きをするには何をするのかと考えました。皆様と仲良く過ごすには決められたことはしなければと思い、生協の手伝い、風船増資係、そして10年ぐらい前からカラオケ教室に月に2回通っています。これは私の元気の源です。

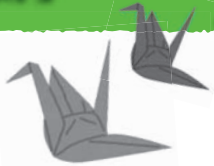
数ある持ち歌の中で特に十八番(おはこ)は「ここに幸あり」「だいじな人だから」です。老人施設に慰問にも行きますが、この曲を歌うとみんなが喜んでくれます。みんなの笑顔を見るのが私の生きがいです。何も考えないで歌うからストレスも発散できます。この幸せは、いろんな場に出かけるから


ですし、一緒に過ごして下さるたくさんの友達がいるからです。心から今日、この一日一日に感謝します。生協の会員の皆様と歌って勉強して過ごしています。



2016ピースアクションinヒロシマ (8月4日~6日)のご案内

「ヒロシマの心を次世代のあなたへ」
～学び・知り・伝える～



	8月4日(木)	8月5日(金)	8月6日(土)
午前		〔分科会〕 ●被爆の証言 ●碑めぐり ●平和Cafe ●子ども平和会議	〔広島市原爆死没者慰霊式 並びに平和記念式典〕 〔分科会〕 ●被爆の証言 ●しげるくんのまっ黒なお弁当 ●碑めぐり
午後	〔分科会〕 ●川から見える被爆の実相 ●被爆の証言 ●碑めぐり	〔虹のひろば〕 ●虹のステージ ●みんなのひろば	

主催：広島県生活協同組合連合会、日本生活協同組合連合会

こんにちは! 生協さえき病院から来ましたー!



5月11日、統一訪問行動を開催しました。地域は八幡東地域、生協さえき病院のお膝元といえる地域です。日ごろから生協さえき病院で組合員加入の声掛けが精力的に行われていることもあり、訪問用の地図を作っていくと、たーっくさんの組合員さんが住んでおられることが分かりました。

今回は、「脳いきいき教室」のお誘い訪問でした。生協さえき病院からも職員5名の参加があり、15名(組合員7名・職員8名)7コースに分かれて訪問しました。

事前に教室のチラシを「けんこう」に折り込んで配っていましたが、中には今回の訪問で初めて知ったといわれる方もいらっしゃいました。地域の集会所でいろんな活動が活発にされていることもあり、みなさん元気な方が多かったです。何人かの方からは「教室に参加します!」とうれしい返事をいただくことができました。脳いきいき教室を成功させ、八幡東支部の再開に勢いをつけていこう!



八幡東地域を元気に訪問

組合員の輪

20人の参加で熱気ムンムン〜八幡東で「脳いきいき教室」〜

5月26日、生協さえき病院の「虹の部屋」は熱気で包まれました。元生協さえき病院総師長の沖田さんを講師に「脳いきいき教室」(3回シリーズ)が開かれました。認知症への関心は高く多くの組合員が参加されました。



最初の簡単なテストに参加者はおおいに盛り上がり、認知症とはどういう症状か、認知症の方への接し方などの話にうなずいたり笑ったり…。



ゲームでは大笑い

最後に、参加された方に自己紹介してもらいながら感想や、質問を出してもらいました。身近な実体験の話にも共感の声が寄せられました。

みんなで歩けば疲れ知らず? 南区支部ウォーキング班

5月24日、南区支部ウォーキング班第1回目の班会を開催、参加者は6人でした。歩きやすい恰好で集合、いい天気の中、元気に歩き始めました。

コースは原生林や自然海岸が今も残っている“元宇品”。瀬戸内

海国立公園に指定されている場所です。いろいろな植物と、キレイな砂浜と海を見ながら気持ちよく歩きました。さらに若光支部長が観光ガイドとなって、縄文時代に波によって浸食された海食崖や、露出した断層、由緒あるお寺などを紹介してくれました。「元宇品には来たことがあるけど、こんな見どころがあるなんて知らなかったわ〜」と、参加者も感心していました。



汗をかいた後に、プリンスホテルでおいしいコーヒーを飲みました。

やっぱり大切だね!地域で班で健康チェック

各地で「健康チェック講座」が開催され、これまでに76名の参加がありました(5/17五日市診療所22名、5/30生協けんこうプラザ31名、5/31生協さえき病院23名)。

五日市診療所・福島生協病院・生協さえき病院の看護師・保健師・理学療法士を講師に、血圧・尿・体組成からわかる身体の状態や測定方法、測定結果に対するアドバイスの仕方、地域や班会でおこなう健康チェックの大切さなどについて学習しました。塩分の



摂りすぎによる血圧の上昇や塩分をひかえるための工夫、脂肪がつきにくい体づくりなどの学びがたくさんあった講座でした。安芸区地域福祉センター、二葉公民館でも開催する予定です。

おたより募集

川柳、俳句、短歌

9月号の川柳のお題は「すすき」(締め切りは7月末)です。自由演題でも結構です。

その他、「私の家族(ペット)」を募集しています。写真と簡単な紹介文を編集部までお送りください。



けんこう読者投稿企画

「百歳万歳」…百歳に近い元気な組合員を紹介したいと思います。「わたしの趣味、特技、生きがい」…こんな凄い組合員がいるよ、という紹介があれば、ご連絡ください。もちろんご自分のことでも結構です。

「わたしの健康法」…健康のために心がけていること、やっていることなど投稿をお待ちしています。

その他、身の回りのことや最近思うことなどなんでも結構です。

文字数

原稿用紙1枚程度(約400字)

応募方法

郵便か電子メールでお送りください。お名前、ご住所、電話番号をお忘れなく。

*以上のおたよりは、お手紙、ハガキ、ファックス、電子メールにてお寄せください。掲載させて頂いた方の中から、抽選で5名の方に図書カードをプレゼント。たくさんのおたよりお待ちしております。当選は発送をもって代えさせていただきます。

宛先

733-0031 広島市西区観音町16-19-4F
広島中央保健生協 組織部 けんこう編集係
E-mail:soshikibu@hch.coop

俳句・山柳

お題:浴衣(ゆかた)

藍浴衣 オリンピックのエンブレム

油野はつ枝

ゆかた地のおしめは日本遺産だね

ななかまど

自由句

ドライブも危機感じて気が減入る

TOKIKO

更衣 派手やかに又軽やかに

協子



理事会より

- 年度初めから、増資よりも減資が上回る状態となっています。支部や事業所で増資のお願いを強めることを確認しました。
- 厳しい診療報酬改定後でしたが、福島生協病院は4月の予算を達成しました。法人全体では昨年より1,000万円ほど収益を伸ばしましたが、収益予算には1,300万円不足状態となりました。
- 4月に続き5月も、熊本地震支援に職員を派遣しています。支援参加職員は26名となりました。