

4月の 広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2018年4月号

2018年2月28日現在
組合員数 30,372人
出資金 12億1,360万円
発行責任者 生協広報委員会

No.539

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。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護「生協くさつ24」は、昨年3月に開所した新しい事業所です。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護というサービスは聞き慣れない方も多いと思いますが、地域包括ケアシステム構築のため平成



生協くさつ24 1年間を振り返り

24年度からスタートした新しい介護保険の訪問介護サービスの一つで、広島市内でも事業所は少なく、西区では「生協くさつ24」1事業所しかありません。

このサービスは、要介護高齢者の在宅生活を支えるため、24時間365日訪問介護と訪問看護が連携しながら定期巡回訪問と随時（臨時）対応を行います。また、サービスの内容や時間、回数にも制約がないので、それぞれの利用者の生活リズム

に合わせて、「必要な」サービスと「必要な」回数柔軟に提供できることが特徴です。定期巡回訪問は、あらかじめ決めておいた時間にヘルパーが巡回訪問し、安否確認、食事の提供、服薬確認、排泄介助、生活援助などを行います。臨時対応は、利用者やその家族などから転倒・転落、急な排泄介助などの通報を受け適切に対応し、必要に応じてヘルパーが訪問します。

このサービスは事業所からおおむね30分以内で訪問できる範囲で行っています。利用対象者は「要介護」の認定を受けておられる方のみです。利用料は要介護度に応じ、1か月あたりの定額制となります。また、サービス契約したのち、サービス利用開始となります。利用を希望される際は、まずはケアマネジャーか生協くさつ24にお気軽にご相談ください。

こんな心配や不安はありませんか？

ご本人

- トイレに行きたいけど、1人では行けない。
- ベッドから落ちてしまった!
- 施設は嫌だな…。家で暮らしたい。
- 子どもは遠くに住んでいるので、何かあったらどうしよう。

ご家族

- 食事はちゃんと食べたかな?薬はちゃんと飲んだかな?
- トイレに行けたかな?転んでないかな?1人にしておけないわ…。
- 病院はそろそろ退院だけど、家で看護できるかな?
- 離れて暮らしているから、何かあったらすぐに知らせてほしい。

感想

- 一人暮らしで不安ばかりだったが、毎日来てくれて何かあったら対応してもらえるので安心して生活できるようになった。
- 退院できないと思っていたが、最期に自宅まで通わせてやることができよかった。
- 母が認知症になって心配していたが、普段の様子がわかるようになって大変助かっている。



掲示板

広島中央保健生活協同組合 子育て応援企画 生協わくわくぱーてぃー

【日にち】4月14日(土)
【時間】10時30分～14時30分
【場所】いきいきプラザ3階和室



3月10日(土)開催のパーティではたくさんの方にご協力いただき、ありがとうございました。次回食材ご提供の申し出は4月10日(火)までにご連絡ください。

生協くさつ24
082-507-1222

心の窓

4月8日は花祭り。旧暦でお釈迦様の誕生日とされていますね。花祭りにはたくさんのお花で飾られた花御堂という小さいお堂の中に誕生仏を祭り、参拝者が甘茶をかけてお祝いします。

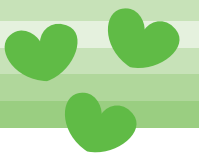
花御堂はお釈迦様が生まれたルンビニの花園に見立てられているそうです。甘茶をかけるのは、誕生当時九つの頭の龍が現われ甘露の雨を注いだと言い伝えられているからだそうです。

お釈迦様は生まれた時に「天上天下唯我独尊」と発せられたと言われていますが、その心は「生きとし生けるものは全て尊い命を持つ存在」ということなのですね。すごい!

私の祖父母は熱心な仏教信者でした。家の仏壇には皆が毎日手を合わせ、ご飯を供えるのは私の仕事でした。こうして仏さんに親しんでいた私ですが、クリスマスにはツリーを飾りケーキを食べて楽しみますが、花祭りは忘れていました。

最近になって、ようやく日本の伝統とか風習が愛しく感じるようになりました。お釈迦様は祖父母たちの心のより所だったのだなと思いを馳せながら、誕生仏に甘茶をかけた花祭りでした。
(チャーリー)

虹のバレンタイン行動



2月10日(土)医療福祉生協連が、明るいまちづくりや、平和を守る取り組み、社会保障制度を充実させる取り組みなどを皆さんに知っていただくために、毎年行う宣伝行動を、アルパークで行いました。

雨模様の中、アルパーク連絡通路で、署名はがき入りのティッシュや風船を配布。ティッシュは400個以上を配りました。「この前、憲法のことを習ったから」と署名をしてくれた井口小学校の生徒さん、はがきを受け取って一度通り過ぎたのに「読んだら大事なことが書いてあったから」と戻って署名をしてくれた方。署名の内容をみて、自分の考えを話される方もおられました。たくさんの方と対話ができました。終わるころには、雨がやんで記念撮影。組合員さん6名職員20名の総勢26名が参加して、50筆以上の署名が集まりました。

平和憲法を守るために、みんなでがんばりましょう。



私の日本国憲法

己斐本町1丁目 増田 順子

映画『この世界の片隅に』は、たくさんの人々が感動し大ヒットしました。庶民の何気ない日常の生活を破壊してしまう戦争が二度とあってはならないと、誰もが思ったはずです。それなのに、安倍政権が憲法改正(憲法9条1項、2項を残したまま3項に自衛隊を明記する)をしようとしていることに賛成する人が意外に多いのは何故なのでしょう。か。「戦争は嫌だ」という思いと「憲法」が結びついていな

いのでしょうか。

「自衛隊を明記するだけならいいのでは」ということをよく耳にします。

しかし、自衛隊が憲法違反だとする憲法学者が多い中、憲法に明記されれば憲法違反でなくなります。法律の世界では、後法優先の原則があり、第2項の戦力の不保持は空文化します。このことを私は憲法の学習会で学びました。もっともっと学習して、憲法のことをいろいろ話せるようになりたい。そして、3000万人署名を成功させたいと思います。まずは、ご近所から回ってみるつもりです。再び戦争の惨禍が起きることのないようにすると謳っている日本国憲法を守っていきたいです。



生協 シーサイドウォーキング

宮島の海沿い(シーサイド)をみんなで楽しく歩きながら、日本三景の宮島を満喫しちゃいましょう！
皆様のご参加お待ちしております！

日時 4月22日(日) 10:30~13:00

※受付開始 10:00~ 健康チェック実施

場所 廿日市市宮島町

集合 宮島棧橋前広場(フェリーで宮島に渡ってすぐ)

雨天中止 / 当日朝8時時点で雨の場合は中止

緊急連絡先 ☎080-5234-6305(毛利)

☎080-5234-6297(藤井)

ウォーキングコース(5km)

10:00 受付開始&血圧測定

10:30 開会あいさつ

10:35 準備体操

10:40 コース説明と諸注意

12:45 完歩賞授与

いきいき活動ポイント押印

※ゴールの包ヶ浦自然公園で、閉会挨拶は行わずに、完歩賞を受け取った後に自由解散となります。

持ち物

・動きやすい服装

・はきなれた靴

・雨具

・水分補給できるもの

・いきいき活動ポイント(ゴールで押印)



わたしの健康法

笑いヨガと私

左右田 留美子

毎日元気いっぱい笑顔で暮らしたいものですね。定年退職したら何か新しいことを始めたいと思い、ボランティア活動や健康麻雀などと同時期に笑いヨガのチラシを目にしたのです。私にとっては、最も近寄りたいたいと感じていたように思います。それというのも私は54歳の時に夫婦ともども大病を患い、互いが自分の病気を受けとめることで精一杯の日々でした。二人とも同業で病院勤務でしたが、病気になって初めて経験する辛いことが多すぎて、職場の仲間や家族にもたくさん心配や迷惑をかけて、今思うと「笑い」を忘れて過ごしていた5年間だったからです。

ただ確実に歳を重ねて、私は定年退職の日までの時間をどう過ごしたらよいのだろうかともがいていたのです。喜びと不安の入り交じった複雑な気持ちでいっぱいでした。笑いヨガの担当者に連絡をして、見学させていただけますかとお願ひしたように記憶しています。

いよいよ初「笑いヨガ」事前にユーチューブで動画を見て少し心の

準備をして参加してみたのです。心の中ではそんなに簡単に笑えるはずがないと身構えていました。でも皆様と一緒に実際にやってみると、体がほんのりと温まり、最初はハハハハと発声練習のようなぎこちない笑いが、帰る頃には本当に笑えていたのです。

ウソ笑いでも脳によい、このことが一番の驚きでした。しかもヨガの呼吸法で免疫力アップと、かなり体によいことが解ったのです。何よりも誰とでも一緒に笑えることが最高の喜びとなりました。今では、朝ドラの「わろてんか」でも言われているように、笑いは心のお薬そのものと実感しています。

レッツ笑いヨガ!(笑)



みんなをリードする左右田さん(左)

私のおすすすめ本

もうすぐ後期高齢者になります。日野原先生の本を読ませていただくと「なるほど…」と思う内容が満載で、あまりにも雲の上の方の生き方ですが、高齢になった自分の今の日々と「ほんの少し重なるところがあるかなあ。」と感想文と言うか思ったことを綴ってみました。

「老いを楽しむ」

皆様よく御存知の日野原重明氏の本を2冊

- ①「生きていくあなたへ105歳 どうしても遺したかった言葉」
- ②「いくつになっても今日がいちばん新しい日」

来る誕生日には後期高齢者の仲間になる私なので、先生の本に重ねながら自分の人生を振り返ってみました。

先生は「始めることをわすれなければ老いはしない」「老いを高める」等々教えてくださっています。

還暦頃までは自営業の仕事に時を忘れて従事していました。段々に時間を貰いその頃ブームだった韓国語を学び始めたり、

健康のためにジムにも通い始めました。

70代に入り、コーラスに誘われて入団、同年にNHK講座を利用して川柳を学び、最近では元英語教師で現在91歳になられる方の英会話レッスンを受け始めて1年半が過ぎました。(高齢同士でとんちんかんなこともあり楽しい時間です。)

おかげさまで友人が老若男女と幅広くなり、ゆっくりする間も無く楽しくて忙しい毎日です。体力は年々老化を増して不安になることも多いですが、ワクワクしながら日々を送れることを嬉しく思います。

日野原先生がおっしゃる「始めることを…」が今の自分の生活にほんの少しですが通じる気がしています。

手前味噌ですが、2017年春のNHK川柳コンクールで嬉しくも佳作ではありますが「天寿まで狂わず居てね海馬さん」という句が入選いたしました。

健康寿命をキープするために日々「新しい日」を過ごしたいです。終わりに今の心境を「八十路前また蘇る青春が」と、詠んでみました。

ペンネーム TOKIKO

支部総会日程 3月8日現在

支部	とき	曜日	開催時間	開催場所
五日市支部	4月21日	土	10:30~12:20	コープ五日市診療所
五月が丘支部	4月27日	金	10:30~14:00	五月が丘5丁目集会所
美鈴が丘支部	4月17日	火	10:00~12:00	美鈴が丘東集会所
八幡東支部	4月21日	土	10:00~12:00	生協さえき病院5F
湯来支部		未定		サンピアゆき
佐伯支部	5月16日	水	10:00~13:00	グランドハイツ集会所
西区西支部	4月26日	木	13:30~15:30	庚午南集会所
田方支部	4月14日	土	未定	田方上集会所
井口・鈴が峰支部		未定		鈴が峰ガーデンハウス集会所
己斐上支部	6月2日	土	11:30~13:30	己斐上集会所
己斐支部	5月20日	日	10:00~12:30	己斐西町集会所
福島支部	4月14日	土	10:00~13:00	けんこうプラザ5F
都支部			未定	

支部	とき	曜日	開催時間	開催場所
観音・天満支部	4月11日	水	10:00~13:00	東観音住宅集会所
中広支部	5月17日	木	13:30~15:30	中広・天満会館
横川・三篠支部			未定	
中区北支部			未定	
中区南支部	4月27日	金	10:00~12:00	水資源センター
吉島支部	5月24日	木	11:00~13:00	吉島福祉センター
南区支部			未定	
南区東支部			未定	
東区北支部	4月23日	月	10:00~13:00	戸坂福祉センター
東区南支部	4月21日	土	10:00~12:00	二葉公民館
安芸府中支部			未定	
安芸中央支部	5月18日	金	10:00~12:00	安芸区総合福祉センター
安芸東支部	4月23日	月	13:30~15:00	ケアハウス安芸中野



診療のごあんない



2018年3月現在です。急な医師の交代で変更もあり得ますので、ご了承ください。 ※前回から変更している部分は網掛けで表示しています。

(2018年4月から)

受付時間			月	火	水	木	金	土	
<p>福島生協病院 082-292-3171 (健診:082-292-3215)</p>	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 保手浜 藤原 田中 多比良(予約) 楠本(予約) 高岡(予約)	多比良 神尾 宇野 藤原(予約) 高岡(予約) 飯田(予約)	飯田 宇野 田中 高岡(予約) 藤原(予約) 楠本(予約) 大津(予約)	宇野 宮庄 神尾 大津(予約) 高岡(予約) 多比良(予約) 濱本(予約)	濱本 田中 高岡 藤原(予約) 大津(予約) 多比良(予約) 大学(予約)	沼本 大 学 交 替 神尾(第4週) 交 替 (予 約)
			健診	伊藤 北口 宮庄 長谷川 杉本(予約)	桂田・佐藤 北口 原田	池本・桂田	佐々木・桑原 北口 原田	伊藤・宇野	交 替
			外科	北口 宮庄 長谷川 杉本(予約)	北口 原田	北口 11:00まで杉本	北口 原田	北口	交 替 9:30~受付 10:00~診察
			整形外科	長谷川 杉本(予約)	11:00まで杉本	11:00まで長谷川	長谷川	杉本	大 学
			婦人科	大学(完全予約制)		大学(完全予約制)		大学(完全予約制)	完 全 予 約 制 (第2・4週休診)
		眼科	高松 松浦	高松 松浦	高松 松浦	11:00まで高松 11:00まで松浦	高松 松浦		
		耳鼻咽喉科	川真田	川真田	川真田	川真田	川真田	川真田(第2・4・5週休診)	
		皮膚科	大学				大学	大 学	
		泌尿器科		10:00~診察大学		10:00~診察大学		大 学	
		午後	13:30~16:30 診察は14:00~	内科	多比良(予約) 飯田(予約)	大津(予約) 保手浜(予約)		藤原(予約) 叶(予約)	高岡(ペースメーカー) 多比良(予約)
外科 肛門科 眼科						原田 田代※ 高松			
13:45~16:00 診察は14:00~	耳鼻咽喉科		川真田	川真田	第2・4週補聴器外来	川真田			
13:45~16:45 診察は14:00~	内科					藤原(予約)			
夜間	16:30~18:00 診察は17:00~	内科				藤原(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 西川	吉野 西川	吉野 西川	吉野 西川	12:00まで吉野 (第1・3・5週)
		午後	13:00~14:00 14:30~16:30		予防接種		乳児健診 予防接種		
<p>生協歯科ひろしま 082-291-1333</p>	午前	8:30~11:30	今川 山本 平岡 高橋 高浜 古谷	高橋 松井 高浜 山本 平岡	今川 高橋 松井 山本 今川	高浜 松井 山本 平岡	今川 高橋 高橋 松井	11:30まで交替	
			午後	11:30~16:30	今川 山本 古谷 松井	高橋 今川 山本 平岡		高浜 松井 高橋 平岡	今川 高橋 高浜
			高橋 松井 平岡		今川 山本		今川 高橋	山本	
			高橋 松井 平岡		今川 山本		今川 高橋	山本	
			夜間	16:30~19:30	高橋 松井 平岡	今川 山本 高浜		今川 高橋 平岡	山本 高浜 松井

※3月10日(土)~5月6日(日) 福島生協病院 田代医師の外来は休診となります。5月7日(月)より再開いたします。

受付時間			月	火	水	木	金	土	
<p>生協さえき病院 082-926-4511</p>	午前	9:00~12:00	内科	黒川 沼本	福山 荒井	大学 佐藤	叶 荒井	高内 大	高内 交 替
			内科(予約)	福山	重本 伊藤	重本	福山	福山	服部10:30~(月2回)
			健診	交替	根本	南方	交替	佐藤	交 替
			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
午後	15:00~17:00	内科	高内	重本・黒川	南方・佐藤		佐藤・黒川		
		整形外科	倉員	14:00~17:00 伊藤			倉員		
夜間	17:00~18:30	内科	高内				17:00~19:00 福山		
<p>生協さえき歯科 082-926-1148</p>	午前	8:30~11:30 水曜は11:00まで	星	星	星	星	星	星	
			保子 末井 福井	保子 福井	保子 末井 福井	保子 福井	保子 末井 福井	保子 末井 福井	
			星	星16:00まで	星		星		
	午後	13:30~17:00 水曜は14:00~	保子 末井 福井	保子 末井16:00まで 福井	保子 末井 福井		保子16:00まで 末井 福井16:00まで		
			星				保子		
			末井				福井		
夜間	17:00~19:30		星 末井			保子 福井			

受付時間			月	火	水	木	金	土	
<p>コープ五日市診療所 082-924-0608</p>	午前	9:00~12:00	内科	佐々木	長谷	佐々木	佐々木	佐々木	佐々木(第1・3週休診)
	午後	15:00~16:30	内科		佐々木	佐々木			
	夜間	17:00~18:30	内科	佐々木				佐々木	
<p>草津診療所 082-272-8665</p>	午前	9:00~12:00	内科	診療	診療	診療	診療	診療	第2・4週のみ診療
	午後	15:00~17:00	内科	診療	診療	診療	診療		
	夜間	17:00~18:00	内科	診療					第2・4週のみ診療

※世戸所長体調不良のため。2017年5月22日より、代行医師による診療を行っていますので、午後・夜間については、都度草津診療所までお問合せください。大変ご迷惑をおかけします。

わがまち 散歩

厳島神社

Vol.63

市町村合併によって、地方自治体「宮島町」はなくなった。しかし今でも厳島神社と言えば宮島町とセットになって頭に浮かぶ。

祭神は、市杵島姫命、田心姫命、湍津姫命である。宝物は、国宝、重要文化財など60余点ある。宝物館に納められており、見学もできる。祭儀も年何回か行われている。

祭神、宝物、祭儀はひとつひとつ書くと、とても長いものになる。いろいろな資料、本が出ているので、それらを読んでいただきたい。

大鳥居、清盛神社、豊国神社、五重塔など有名であり、写真にするとみんなよくわかるが、あえて見慣れないひなびた写真をお見せすることにした。

厳島神社から対岸五重塔を望む。通常は浅い海が広がっているが、干潮時のみ干あがって砂洲になって人もおりられる。



厳島神社 広島県廿日市市宮島町

子育て広場 コープ 4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

4月

第1週 4日 栄養相談

第2週 11日 手作り工作

第3週 18日 ミニ講座お休み(広場解放のみ)

第4週 25日 子どもの耳そうじについて

「のびのび」行事

※企画内容は都合により変更となる場合があります。



出資金動向

2～3月の2ヶ月間、ラストスパート月間に取り組んでいます。この月間では、特に積み立て増資件数増に力を入れています。

2月は44人の方があらたに積み立て増資のご協力をいただけることになりました。

保健生協の事業と活動を支える元手としての出資金増やしにご協力いただける方をさらに広げてください。

さあ、新年度あらたな気持ちでガンバルゾー!



支部探訪

●中区南支部

中区南支部は、中区の平和大通り以南の中区全域になりますが、2006年、吉島支部が支部として独立し、平和公園のある州は吉島支部となっており、それ以外の中区の平和大通り以南の全域を支部の範囲としています。



市役所など公共の建物やマンションなど高層ビルの多い国泰寺中学校区と江波山皿山を中心とした昔ながら家並みの残る江波中学校地域で構成されている支部です。組合員数861人、機関紙配布数661部を56人で配布しています。

国泰寺学区は点在の組合員さんが多く、班活動などは困難な状態ですが、機関紙は10人で毎月きっちり配られています。

都市中心部としての活動は、なかなか困難な点が多く、運営委員8人と理事さんで月1度の話し合いを持ち、できるだけ多くの組合員さんに活動参加していただけるように話し合っています。ポール体操班月1回、健康麻将月2度、脳いきいき班会として憲法学習、口腔衛生など不定期に開いています。班会を開くことが、困難になっている班もあります。

支部全体としての活動は月1回スーパーでの健康チェック、そして舟入公民館でも健康チェックしています。同時に署名活動、大腸がん検診の取り組みは15年以上続いています。

2017年度は生協四課題を久し振りに達成できて元気が出てきたところ です。

2月からスーパーと江波地域包括支援センターのご協力で、スーパーのイートインでいきいき100歳体操を始めました。近隣地域の皆さんと組合員で40名前後、地域に開かれたサロンに定着できればと係は早朝からの準備に頑張っています。

「人とのつながり」が「健康に生きる力」として財産になれるよう、広げていける活動になればと願っています。

機関紙学校

写真の撮り方教室のご案内(第2報)

デジタルカメラの撮り方について学びます。

講師：藤岡 亜弥さん(写真家)

日時：5月30日(水) 14時～

場所：けんこうプラザ(広島市西区観音町16-19)

参加費：500円

*当日はご自分のデジタルカメラをご持参ください。



●藤岡亜弥さんのプロフィール●

広島生まれ、日本大学芸術学部写真学科卒業。2007年文化庁派遣海外留学生としてニューヨークに滞在。その後2012年までニューヨークに在住。現在広島にて制作活動を行う。主な作品に「さよならを教えて」「離愁」「私は眠らない」「川はゆく」がある。「さよならを教えて」でビジュアルアーツフォトアワード、「私は眠らない」で日本写真協会新人賞を受賞。「川はゆく」で第41回伊奈信男賞受賞。

連絡先、お問い合わせ 組織部 安徳 ☎082-532-1264

組合員の輪

徳丸さんだけじゃないんです…♪ 東区北支部



1月19日(金)、東区北支部でも新年会を行いました。今年の新年会の目玉は、何と云っても『秋風亭小まゆ』さんの落語!これがとても生協と縁

が深いのです。始まりは昨年支部総会。安産亭徳丸さんの落語を見た組合員さんがピン!と来て、すぐに弟子入り志願!…ではありませんが、徳丸さんに落語を教えてもらえるところを紹介してもらいました。それから1年も経っていませんが、今回、その組合員さんがお師匠さんから芸名をもらい、堂々とした落語を披露してくれたのです。ご本人は「まだまだ…」と謙遜されていましたが、テンポよく迫力あるせりふ回しに、会場には笑いと拍手があふれました。次は徳丸さんとの豪華共演!?これからが楽しみです♪

その他にも、「安倍九条改憲NO!」学習ビデオの視聴、朗読、お弁当と、盛りだくさんでした。

「いくつになっても輝ける」ということを体現してくれた小まゆさんからみんなが元気と勇気をもらい、本当におめでたい新年会になりました。

大勢でにぎわった新年会 己斐上支部

2月3日(土)、己斐上支部の新年会が開催され、な、な、な、なんと41人の参加者!うち3名は他支部からの参加で、賑わいのある



会となりました。いつも盛りだくさんで、今年も4つのプログラムが企画され、難波健治さんによる憲法学習やヴァイオリン演奏会、脳いきゲーム、ビンゴゲームと皆さんに楽しんでいただきました。ゲームの景品は20名限定で、特に今年は養蜂をしている組合員さんから、はちみつとはちみつ石鹸の景品提供もあり、いつも以上に豪華な景品に皆さん必死でした!

新年会を皮切りに、今年も組合員の皆さんに楽しんでもらえる行事をと願う、己斐上支部でした(*^^)

ラジオ体操インストラクター養成講座開催

2月13日(火)、生協けんこうプラザにて、ラジオ体操インストラクター養成講座が開催されました。今回の参加者は講師を含めて39名。中井理学療法士の指導の下、身体をしっかりと動かして、指導のコツを確認しました。「ここはこうだったかいね?」と、参加者同士で動きを確認しあう場面も。ラジオ体操は、「どの年代の方でも無理なく行えるプログラムで、循環機能・呼吸機能・消化器機能の向上も期待

できる。」と言われています。今後は、支部総会や班会など、ぜひ担当支部で実践の機会を作ってくださいね~(^ ^)



おたより募集

川柳、俳句、短歌

6月号の川柳のお題は「紫陽花^{あじさい}」(締め切りは4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

「憲法を語る」…憲法を守るのは当生協の取り組み方針です。皆様が身近に憲法を感じる、思うことなど寄稿をお願いします。

「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。

「わたしの感動した〇〇〇〇」…感動した本、映画、漫画、スポーツなどの記事も募集します。

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

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。お名前、ご住所、電話番号をお忘れなく。掲載させていただいた方の中から、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
FAX(082)-532-1267

俳句・山柳

へお題「桜」

- 泣き笑い別れ出合いを知る桜 / TOKIKO
- 車椅子押され桜の下をゆく / 油野はつ枝
- さくら花カーブの赤と競い咲き / アベ・マリア
- サクラサク爺々婆々孫とハイタッチ / 竹安八朗
- サクラサク諭吉が急ぎ飛んで行く / 波乃
- 賑わいて川面に映える桜道 / コスモス

*採用された方には図書カードをプレゼントします。ぜひご住所をお知らせくださいませ。 広報委員会

理事会より

- 1月の経営結果は、福島生協病院で過去最高の入院患者数となりましたが、生協全体では収益不足となり、経常剰余は予算に903万円不足し予算に届きませんでした。
- 4月1日付で、福島生協病院の病院長に北口浩医師(現院長代行)を任命する人事案が承認されました。
- 理事会では、総代会第一号議案「2018年度の重点課題と2017年度の活動の特徴」(案)の討議を始めています。3月理事会まで検討を進め、「けんこう」5月号(4月20日頃発行)に掲載します。今総代会では第6次長期計画(2018年度~2022年度)の提案も行われます。