

6月の

広島中央保健生活協同組合だより

# けんこう

2020年6月号

2020年4月30日現在  
組合員数 29,706人  
出資金 12億2,727万円  
発行責任者 生協広報委員会

No.563

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」



## 開業30周年を迎えて 生協歯科ひろしま

生協歯科ひろしまは、1990年7月の開業から、今年で30周年を迎えました。今川裕敏所長に、生協歯科ひろしまのこれまでの歩みと、今後の展望について伺いました。

Q. 30周年を迎えられた今のお気持ちをお聞かせください。

倉敷医療生協での研修を経て、31歳で生協歯科ひろしまの所長を務めてから、あっといふ間の30年でした。当時、福島生協病院と草津診療所に次いで3番目の事業所となった生協歯科ひろしまは、20代・30代の職員を中心に運営していました。歯科診療での治療以外に、地

域での歯科班会・子ども向けの講座・健康まつり・署名とカンパを集める8・6活動・職員合宿など、様々な取り組みに力を注いできました。いずれも、「生協・民医連の歯科として、地域の方・患者さんを支えていくために」という思いで始めた取り組みです。それらすべての活動が、今の生協歯科ひろしまに繋がっていると思います。

Q. 30周年を迎えた今、地域の方・患者さんのために改めて取り組みたいと思うことはなんでしょうか。

現在は、予防歯科の観点から、医科・歯科・介護連携に力を入れたいと思っています。また、歯科の保険制度の充実を訴える署名活動も継続する方向です。現在の歯科医療では、虫歯や歯周病の治療の大部分は保険でできますが、多くの患者さんが望む治療（セラミックの被せ、金属の義歯、歯科矯正、インプラント）は、一部を除き、殆どが保険外の自費治療となります。患者さんが希望

する治療・歯科医師が行いたい治療を実現するためには、国の歯科医療にかかわる予算を増やすよう、声を上げなければいけません。

Q. 今川先生や、歯科のスタッフが特に大切にしていることを教えてください。

スタッフの間でよく話題として上がるのは、SDH（健康の社会的要因）についてです。近年、経済的な貧困・労働環境・家庭環境などにより歯の治療を受けられなかった結果、口腔崩壊（口腔環境の悪化）を起し、食事をすることが困難に

なっている事例が民医連歯科部から報告されています。一人ひとりの事情を考慮しながら、患者さんに寄り添って治療することを、スタッフ一同心がけています。

Q. 今後の生協歯科ひろしまの展望についてお聞かせください。

患者さんとの信頼関係を何より大切に、事業を進めたいと思います。また、お口の健康について学び実践する「予防歯科」について、広く伝えていきたいです。お口の健康を保てないことにより糖尿病・メタボリックシンドローム・認知症・肺炎など様々な病気の発症のリスクは高まります。当生協の介護・医療の事業所が増えた今だからこそ、より一層他職種との連携を強め、地域まるごと健康づくりに取り組んでいきたいです。

### 新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた ブロック別総代会議および 第65回通常総代会の開催について

1. 6月1日(月)～6月3日(水)に予定していましたブロック別総代会議は中止となりました。
2. 6月20日(土)の第65回通常総代会は例年の総代会議事内容を短縮化し、13時30分より14時30分までのおおむね1時間の開催とします。
3. 参加人数についても各ブロックごとに調整を行っています。出席されない総代の方は、書面による議決にご協力ください。

※詳細については、組合員活動推進課の職員にお問い合わせください。

(☎082-532-1264 担当:藤井・島)

### 心の窓

1945年8月6日、人類初の原爆が広島に投下されました。多くの人が亡くなられ、生き永らえた方々も戦後過酷な生活を余儀なくされました。

しかしそのような生活の中で、研ぎ澄まされた小説や詩が生まれました。昨年8月、学生時代の同級生・大平泰さんから一冊の本「おおきなまちのちいさいはなしー大平数字の世界ー」をいただきました。彼のお母さん・数字さんは、原爆詩を代表する「慟哭」の作者として知られ、吉永小百合さんの朗読などで耳にされた方も多いのではないかと思います。

彼によれば、お母さんの三十三回忌を迎える中で新たな直筆原稿が見つかり、それらを「ききがき ひろしま」としてまとめ、本にすることを決意したとのことでした。原爆による彼や彼の家族の大きな傷跡も書かれており、私にとって深く心に残る一冊となりました。残念ながらその本の在庫はまったくなく、中央図書館に行けば読めるとのことでした。是非一読されることをおすすめいたします。

(もうちゅん)

### 2020年度 総代公示

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 倉野 隆行

- 〈総代数210人〉
- 西部ブロック**  
(定数47人)
- 中島 惇子
  - 小松 京子
  - 金本 美香
  - 川村 恵子
  - 戸谷悠紀子
  - 石川恵津子
  - 藤本 聡志
  - 沖野奈穂子
  - 本岡 房恵
  - 安森百合子
  - 竹原 純子
  - 山下 憩
  - 小林トシミ
  - 仙谷 岑生
  - 小田 久子
  - 横田志津子
  - 岡 綾子
  - 馬場キミ子
  - 小泉喜代子
  - 俵 逸子
  - 森崎八重子
  - 杉島 悦子
  - 渡野己喜恵
  - 梅田 明子
  - 木下 啓子
  - 安清 菊子
  - 中島美奈子
  - 丸山 栄子
  - 土井ツルコ
  - 長谷川美恵子
  - 藤澤 信子
  - 松野 敦子
  - 宮田三千男
  - 西村真須恵
  - 山下 英管
  - 沓内 重信
  - 牧野 一見
  - 牧野 輝子
  - 佐々木ミチ子
  - 矢口 愛子
  - 三宅 節子
  - 石井 康夫
  - 遠藤 昭光
  - 遠藤 叶枝
  - 向 靖子
  - 思田 恭子
  - 牛島由紀子

- 中央ブロック**  
(定数87人)
- 藤井 哲成
  - 藤井みな子
  - 沖田 朋恵
  - 大越 和子
  - 齋藤美津子
  - 宮下 貴子
  - 平山ミサコ
  - 山城 利子
  - 山田 公子
  - 三村ミドリ
  - 新田恵美子
  - 後田加寿子
  - 桑原 澄子
  - 野口 亨江
  - 隆杉 桂子
  - 岡本 和枝
  - 隅田 美幸
  - 河本 敏子
  - 下井田慶子
  - 西本 敏子
  - 中塚 那枝
  - 田中 道子
  - 林田 架美

- 東部ブロック**  
(定数72人)
- 藤井 哲成
  - 藤井みな子
  - 沖田 朋恵
  - 大越 和子
  - 齋藤美津子
  - 宮下 貴子
  - 平山ミサコ
  - 山城 利子
  - 山田 公子
  - 三村ミドリ
  - 新田恵美子
  - 後田加寿子
  - 桑原 澄子
  - 野口 亨江
  - 隆杉 桂子
  - 岡本 和枝
  - 隅田 美幸
  - 河本 敏子
  - 下井田慶子
  - 西本 敏子
  - 中塚 那枝
  - 田中 道子
  - 林田 架美

- 職員**  
(定数4人)
- 中村 和広
  - 永井恵里香
  - 村上美紀子
  - 堀 直斗 (敬称略)

# けんこうチャレンジ2020

チャレンジコースの中から、自分にあったものを選んで1~2か月挑戦するけんこうチャレンジ。  
外出自粛が続く中ですが、おうちでできる健康づくりをして、元気に過ごしましょう♪

**取り組み期間** 大人:7月~10月のうち、30日間または60日間 キッズ:7月~10月のうち30日間  
**報告締切** 大人・キッズともに11月30日まで

## 大人用チャレンジコース

**食**

- いつもよりす味にして減塩を心がける『すこしお生活』
- 家族と一緒に朝食か夕食を食べる
- 毎日朝食を食べる
- 野菜をいっぱい食べる(目標:1日350g、両手いっぱいに乗る量)
- 1日2回以上の主食、主菜、副菜を組み合わせた食事の摂取

**運動**

- ちよい足し運動(歯磨きしながら片足立ち、料理しながらつま先立ち、デスクワークで脚上げ、テレビを見ながら足踏みなど)
- 毎日体操をする(ラジオ体操、百歳体操など)

**生活習慣**

- 早寝早起き
- 週2回以上の休肝日を作り、飲酒は適量に抑える(日本酒なら1合、ビールならロング缶1本、ウイスキーならダブル1杯)
- 禁煙に挑戦
- 毎日の体重を記録
- 適正体重(BMI 18.5~25未満)の維持

**お口の健康**

- 1日30回のあいうべ体操(朝・昼・晩10セットずつ計30セットを目標に)
  - あー 「あー」の口を大きく開く
  - いー 「いー」の口を大きく横に開く
  - うー 「うー」の口を大きく前に突き出す
  - べー 「べー」の口を突き出して下に伸ばす
- 1日1回は8分以上かけて歯みがき

**心の健康**

- 誰かと楽しくおしゃべり
- 鏡の前で1日1回にっこりスマイル

**自由に目標を決めよう**

- 自分で目標を決めて取り組む

昨年のけんこうチャレンジャーより

- 「『ちよい足し運動』は気張らずにできて楽しいです」(80代女性)
- 「自分をほめてあげたい」(70代男性)
- 「子どもの登校時間に合わせ、みんなで朝食を心がけた」(40代女性)
- 「自分の健康を考えて全然苦にならなかったです」(70代男性)

## けんこうチャレンジ参加方法

- パンフレットを手に入れる  
5月中旬以降に、下記までお問い合わせください。郵送などでお届けします。
- チャレンジコースと期間を決める(複数選択も可能)  
月の途中から始めても、続けてできなかった日があってもOK。  
☆おすすめコース  
おうちの中でやってみましょう!  
・あいうべ体操(大人用コース⑬参照)  
・ちよい足し運動(大人用コース⑥参照)
- パンフレットから切り取った報告カードを提出する  
ポストへの投函、または所属の協同組合へ提出

## キッズ用チャレンジコース

- 歯みがき……あさとひるとねるまえにしっかりと
- 早寝早起き……おさる時間とねる時間決めよう
- お手伝い……1日1回はお手伝いをしよう
- ごはんをしっかりと食べよう
- 外で遊ぼう
- 運動
- テレビやゲームは、決めた時間まで
- あいうべ体操

「けんこうチャレンジ2020」パンフレットをご希望の方は下記までお問い合わせください。  
(広島中央保健生協・組合員活動推進課)

☎082-532-1264 / FAX 082-532-1267 / E-mail soshikibu@hch.coop

### 掲示板

広島中央保健生活協同組合  
子ども食堂  
生協わくわくぱーてぃー

【日にち】6月13日(土)  
【時間】10時30分~13時30分  
【場所】いきいきプラザ3階和室  
どなたでも参加できます。

※アレルギー対応はしていませんので、ご了承ください。



調理・あそびボランティアさん大募集中!!

お米・野菜等食材のご提供もお待ちしております(^\_^)  
お申し込みは☎082-532-1264(組合員活動推進課)まで

### 2019年度分「みなし自由脱退」脱退処理確定値について(報告)

2019年度分は2020年1月度理事会で「みなし自由脱退」脱退処理の実施承認を受けましたが、このたび2019年度末(2020年3月31日)の確定値が判明しましたので報告いたします。

2019年度決算で「出資金」から「預り金」へ下記金額を経理処理いたします。

確定値は以下の通り。

2019年度	みなし自由脱退件数	398件
	みなし自由脱退金額	4,535,750円

※1月度理事会では、みなし自由脱退件数466件、同11,265,970円と報告しましたが、公告及び所在確認等を行った結果、上記件数・金額となりました。

※みなし自由脱退処理は通常総代会の報告事項となっております。

※引き続き、所在が判明すれば直ちに組合員復活登録を行います。

※2年経過後(2021年度決算にて)「雑収益」処理を実施いたします。

以上

# 診療のごあんない

2020年5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。(2020年6月から)

受付時間			月	火	水	木	金	土				
<b>福島生協病院</b> 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	池本	多比良	飯田	井原	神尾	沼本			
				神尾	松原	宇野	浜本	田中(千)	大学			
				藤原	宇野	田中(千)	神尾	保手浜	交替(予約)			
				田中(千)	三善	神尾	池本	藤原(予約)				
				多比良(予約)	藤原(予約)	交替(予約)	大津(予約)	大津(予約)				
				高岡(予約)	高岡(予約)	藤原(予約)	高岡(予約)	多比良(予約)				
	午後	8:30~11:00	健診	伊藤・杉原	佐藤・杉原	杉原・佐伯	佐々木・杉原	伊藤・井原	伊藤・石田 (第1・3・5週) 田中(貴)(第2・4週)			
				8:30~11:45 診察は9:00~	外科	北口	田代	前田	北口	田代	交替 9:30~受付 10:00~診察 大学	
						宮庄	原田	宮庄	原田	前田		
				午後	13:30~16:30 診察は14:00~	内科	多比良(予約)	大津(予約)		神尾	高岡(ペースメーカー)	
							飯田(予約)	保手浜(予約)		藤原(予約)	多比良(予約)	
										叶(予約)		
			原田									
夜間	16:30~18:00 診察は17:00~	内科	高松				松浦(予約)					
			高松				松浦(予約)					
			大学				大学	大学				
			大学				大学	大学				
生協小児科ひろしま	午前	8:30~11:30 診察は9:00~	北村	北村	北村	北村	北村	12:00まで 北村・吉野 (第1・3・5週)				
			泉	吉野	吉野	吉野	吉野					
生協小児科ひろしま	午後	13:00~14:00	北村	北村	北村	北村	北村					
			吉野	吉野	吉野	吉野	吉野					
<b>生協歯科ひろしま</b> 082-291-1333	午前	8:30~11:30	今川	高橋	今川	高浜	今川	11:30まで交替				
			平岡	平岡	高橋	松井	高橋					
			高橋	松井	松井	山本	平岡					
			高浜	高浜	山本	今川	山本					
	午後	11:30~16:30	今川	高橋		高浜	今川					
			松井	今川		松井	高橋					
			高浜	山本		高橋	高浜					
				(平岡)		平岡						
	夜間	16:30~19:30	高橋	今川		今川	山本					
			松井	山本		高橋	高浜					
			平岡	高浜		平岡	松井					
				宮崎								


※福島生協病院 耳鼻咽喉科・皮膚科・泌尿器科…急な休診の可能性あり。事前にお問い合わせください。

受付時間			月	火	水	木	金	土	
<b>生協さえき病院</b> 082-926-4511	午前	9:00~12:00	内科	黒川	荒井	佐藤	叶	高内	高内
			内科(予約)	沼本	岡田	黒川	佐藤	大学	交替
			健診	福山	重本	重本	福山	福山	
			整形外科		伊藤		荒井		
午後	15:00~17:00	内科	渡辺	南方		根本	佐藤	交替	
			三好	三好	本山	三好	三好	三好10:30まで(隔週)	
夜間	17:00~19:00	内科				佐藤			
<b>生協さえき歯科</b> 082-926-1148	午前	8:30~11:30 水曜は11:00まで ※予約制です	星	星	星	星	星	星	
			保子	保子	保子	保子	保子	保子	
			末井	福井	末井	福井	末井	末井	
	午後	13:30~17:00 水曜は14:00~ ※予約制です	星	星16:00まで	星		星		
			保子	保子	保子		保子16:00まで		
			末井	末井16:00まで	末井		末井		
夜間	17:00~19:30 ※予約制です	福井	福井	福井		福井16:00まで			
			星			保子			
			末井			福井			

受付時間			月	火	水	木	金	土
<b>コープ五日市診療所</b> 082-924-0608	午前	9:00~12:00	内科	佐々木	長谷	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
<b>草津診療所</b> 082-272-8665	午前	9:00~12:00	内科	世戸	福山	八田	世戸	世戸
	午後	14:00~17:00	内科		世戸(第3週休診)			世戸
	夜間	17:00~18:00	内科		福山	八田		

## 新型コロナウイルス関係の補償一覧 (5月11日時点。詳細は自治体の関係部署にお問い合わせください)

国民の運動によって大きく変動する可能性もあります。また、様々な詐欺が横行する可能性もあります。行政などが電話で個人情報を知ることはありません。くれぐれもご注意ください。

名称	対象	金額など	問い合わせ先など
生活福祉資金貸付制度	①休業された方向けの緊急小口資金と②失業された方向けの総合支援資金。	①無利子で最大20万円借りられる。返済期間は最長3年以内。②単身世帯は最大45万円。2人世帯以上は最大60万円を無利子で借りられる。	各区社会福祉協議会
住居確保給付金制度	新型コロナウイルスのため収入が減り自宅の家賃が払えない。	家賃の支払額を3か月支給。「特別な事情」がある場合、最長9か月まで延長。	各区社会福祉協議会
生活保護制度	新型コロナウイルス関係に関わりなく、生活保護以外に活用する制度が無い場合。	厚労省は事務連絡で、「生保の要否判定に直接必要な情報のみ聴取」し、「面接時の適切な対応、速やかな保護決定」を自治体に求めています。稼働能力の判断も「新たな就労の場を探すこと自体が困難であるなどやむを得ない場合は、緊急事態措置期間中、こうした判断を留保」としています。自動車保有などの弾力運用も求めています。	各区生活課 
税金・納付金の減免・免除等に関する事	税金、介護保険・国民健康保険・国民年金・後期高齢者医療保険料の減免・徴収猶予。	税金は前年同期比概ね20%以上減少した場合。保険料については、国の通知に基づき実施予定ですが、詳細は後日公表予定。	税金については 財政局収納対策部各課 各区保険年金課・福祉課
国民健康保険でも傷病手当金を支給	新型コロナ患者となった国保加入の被用者に傷病手当金を支給。	給与などの支払いを受けている国保加入者であること。感染または感染の疑いによって3日連続して仕事を休み、4日以降の休みについて支給される。5月1日以降受付開始。	各区保険年金課
休校に伴う補償制度	①労働者を雇用する事業主。 ②委託を受け個人で働くフリーランス。	①の場合、休校などで子どもの世話をする必要のある従業員に特別な有休休暇を取得させた企業に対し、上限日額8,330円。②の場合、国から日額4,100円。	②の場合は学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金コールセンター0120-60-3999 (受付時間9時~21時)土日・祝日可

## 家庭での消毒方法について

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効です。新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスなどにも有効です。

○食器や箸などは、80℃の熱水に10分間さらすと消毒ができます。



○塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム) 薬局で売られているハイターやブリーチなどを、濃度0.05%に薄めた上で拭くと消毒ができます。



- 注意**
- ・家事用手袋を着用して行ってください。
  - ・金属は腐食することがあります。
  - ・換気をしてください。 ・他の薬品と混ぜないでください。
  - ・ハイター等の薄める前の濃度はメーカーにより異なります。商品裏面を参照の上薄めてください。

●「新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。」  
(厚生労働省 啓発資料)  
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614437.pdf>

## おたより募集

### 川柳、俳句、短歌

8月号の川柳のお題は「天の川」(締め切りは6月22日)です。自由演題でも結構です。その他、「私の家族(ペット)」「私のとっておきの一枚」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。

**宛先** 733-0031 広島市西区観音町16-19-4F  
広島中央保健生協 組合員活動推進課 けんこう編集係  
E-mail: soshikibu@hch.coop FAX(082)-532-1267

## 子育て広場 コープ 6月の予定

### のびのびクラブ



日時 毎週水曜日 10時~12時 場所 生協けんこうプラザ5階

- 6月 「のびのび」行事
- 第1週 3日 栄養相談
  - 第2週 10日 おやこ体操
  - 第3週 17日 無添加虫よけスプレー作り
  - 第4週 24日 こどもに多い眼の病気

※企画内容は都合により変更となる場合があります。

### 俳句・山柳

へお題「鮎」

- 食事に夏呼ぶ鮎の姿焼き / ゆめ
- 鮎と食べ 若みの旨さ知る年に / 吹き矢のフーさん
- 旅先で食べた鮎寿司もう一度 / 熊のブーさん
- 過ぎし日に涙流眺め鮎尽くし / TOKIKO
- コロナ禍に消されて悲し 鶉飼船 / 野の花
- 梅雨さなか苔の香りの鮎上がる / からたら

\*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

- 旧福島生協病院の土地売却案について、組合員・職員向けの9回の説明会(138名の参加)で異論がなかったとの報告があり、理事会で売却を決議しました。
- 新型コロナウイルス感染症対応下でも保健生協でできることとして、マスクが手に入らない方に手づくりマスクを贈ろうなどの呼びかけがありました。
- 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)から地域の医療・保健・介護・福祉を守ることに、資金を確保し事業経営と職員の雇用・生活を守るという2つの困難を克服しようという、職員向けアピール文を確認しました。